



ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ XXI ВЕКА

**Сборник материалов
XII краевой научно-практической конференции
14 апреля 2016 года**

Барнаул 2016

Главное управление образования и молодежной политики Алтайского края
Краевое государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования
«Алтайский краевой институт повышения квалификации работников образования»

ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ XXI ВЕКА

**Сборник материалов
XII краевой научно-практической конференции
14 апреля 2016 года**

Барнаул 2016

УДК 61
ББК 51
3 46

Под общей редакцией Лопуги В.Ф., канд. пед. наук,
доцента кафедры управления качеством образования КГБУ ДПО АК ИПКРО

Ведущие секций конференции:

Лопуга Василий Федорович, доцент кафедры управления качеством образования КГБУ ДПО АК ИПКРО

Гайдукова Вера Васильевна, старший инспектор отдела воспитания и дополнительного образования Главного управления образования и молодежной политики Алтайского края

Лопуга Елена Владимировна, доцент кафедры ЕНД, физической культуры и ОБЖ КГБУ ДПО АК ИПКРО

Колтыгина Елена Владимировна, доцент кафедры медицинских знаний и безопасности жизнедеятельности АлтГПУ

Горн Надежда Павловна, главный специалист отдела воспитания и дополнительного образования Главного управления образования и молодежной политики Алтайского края

Клочко Вероника Владимировна, старший инспектор отдела воспитания и дополнительного образования Главного управления образования и молодежной политики Алтайского края

Молчанова Наталья Васильевна, директор КГБОУ ДОД «Детский оздоровительно-образовательный центр «Алтай»

Ниженец Ирина Васильевна, главный специалист отдела воспитания и дополнительного образования Главного управления образования и молодежной политики Алтайского края

3 46 Здоровое поколение XXI века: сборник материалов XII краевой научно-практической конференции 14 апреля 2016 года, г. Бийск / под ред. В.Ф. Лопуги. – Барнаул : АК ИПКРО, 2016. – 172 с.

В сборник вошли статьи, доклады и тезисы выступлений участников конференции, в которых отражены актуальные проблемы сохранения, укрепления и формирования здоровья детей в Алтайском крае. В материалах представленных педагогами, психологами и другими специалистами образования рассматриваются вопросы обеспечения образовательной деятельности на основе здоровьесберегающих подходов, представлен опыт работы образовательных учреждений Алтайского края по формированию здоровья и безопасного поведения в условиях реализации образовательных программ в школе и детских оздоровительных лагерях

УДК 61
ББК 51

© КГБУ ДПО АК ИПКРО, 2016

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ЭФФЕКТИВНЫЕ МОДЕЛИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ	7
Школа как ресурсный центр по сохранению здоровья <i>Голощапова М.В.</i>	7
Здоровьесберегающие технологии в учебно-воспитательном процессе <i>Бадулина Н.Н.</i>	9
Проектирование здоровьесберегающей модели ученического самоуправления..... <i>Жданова Т.В.</i>	12
Проектирование здоровьесберегающей модели образовательной среды <i>Знобина Т.В.</i>	15
Вперед, к ГТО!..... <i>Знобина Т.В.</i>	17
Формирование здоровьесберегающей среды в условиях сельской школы..... <i>Касаткина Н.В.</i>	19
Модель формирования здоровьесберегающей среды в условиях сельской школы <i>Катанаева Л.Л.</i>	22
Содержательно-деятельностные аспекты проектирования деятельности по сохранению и укреплению здоровья школьников <i>Лопуга В.Ф.</i>	25
Создание организационно-педагогических условий для развития в образовательном учреждении восстановительного способа реагирования на конфликты и правонарушения с участием несовершеннолетних <i>Лосенкова С.А.</i>	30
Школьная служба примирения как модель здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации..... <i>Митина А.А.</i>	33
Формирование корпоративного духа педагогического коллектива как фактора здоровьесберегающей среды образовательной организации..... <i>Пономарева Т.В.</i>	36
Формирование здоровьесберегающей среды лица как условие эффективного внедрения ФГОС <i>Сверчкова Л.В.</i>	38
Повышение качества питания через реализацию программы «Разговор о правильном питании» <i>Скиба Л.М., Ведерникова С.В., Тарасова Л.А.</i>	41
Усовершенствование модели «Школа здоровья» для развития самоактуализации в условиях реализации ФГОС <i>Харламова Н.В.</i>	44

РАЗДЕЛ 2. ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ	47
Формирования культуры здорового образа жизни младших школьников через организацию физкультминуток.....	47
<i>Бабинчук Н.В.,</i>	
Формирование ценностной ориентации на здоровый образ у младших школьников в учебном процессе	49
<i>Басалаева О.А.</i>	
Метод здоровьесберегающих проектов на уроках английского языка как способ формирования культуры здоровья учащихся в условиях реализации новых федеральных государственных образовательных стандартов	52
<i>Балуева Т.И.</i>	
Домашнее задание по физической культуре как форма физического воспитания и укрепления здоровья обучающихся	55
<i>Володарский В.В., Шипунова Е.С.</i>	
Из опыта работы использование современных технологий на уроках физической культуры	58
<i>Волошина И.П.</i>	
Здоровьесбережение на уроках информатики	61
<i>Ганов А.А.</i>	
Использование здоровьесберегающих технологий на уроке	62
<i>Гурьянова Л.П.</i>	
Педагогические условия реализации основной образовательной программы ...	65
<i>Жаркова Е.В.</i>	
Сохранение психического здоровья младших школьников на уроках литературного чтения через творческую деятельность.....	68
<i>Залалиева Н.Г.</i>	
Программа формирования личной безопасности в условиях реализации рабочей программы по биологии для 5–9 классов	71
<i>Катанаева Л.А.</i>	
Здоровьесберегающие технологии на уроках технического труда	74
<i>Кормачев С.Б.</i>	
Интеграция психологических коррекционно-развивающих упражнений и игр на уроках физической культуры	77
<i>Кулиш М.М.</i>	
Проблемы обеспечения объективности измерений при проведении испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).....	81
<i>Лопуга Е.В.</i>	
Подготовка обучающихся к выполнению испытаний Комплекса ГТО на выносливость	83
<i>Савченко В.И.</i>	
Активные формы обучения как фактор сохранения психического здоровья учащихся.....	87
<i>Сокова С.И.</i>	

Создания бесстрессовой среды на уроках в начальной школе с использованием групповой формы работы	90
<i>Титкина Л.В.</i>	
Основы формирования культуры здоровья младших школьников в учебно-воспитательной деятельности.....	92
<i>Часовских Т.П.</i>	
Использование возможностей инновационного оборудование при формировании здоровьесберегающего пространства образовательного учреждения	95
<i>Шайхитдинова И.М.</i>	
Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни на учебном предмете «Биология»	98
<i>Шорина А.А.</i>	
РАЗДЕЛ 3. ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ. ПРОЕКТЫ И ПРОГРАММЫ ЭФФЕКТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ В ЛЕТНЕЕ И КАНИКУЛЯРНОЕ ВРЕМЯ.	102
Региональный стандарт первичной профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися общеобразовательных организаций Алтайского края как механизм обеспечения качества профилактической работы	102
<i>Лопуга Е.В.</i>	
Сотрудничество семьи и школы в формировании здорового образа жизни	105
<i>Акатьева Н.В.</i>	
Программа организации оздоровления детей в летнем оздоровительном лагере «Школа выживания»	107
<i>Анохина О.И. учитель истории и обществознания</i>	
Сказкотерапия – одна из форм профилактики курения в школе	110
<i>Акатьева Т.А.</i>	
Программа работы профильной смены «Маленькие академики» летнего лагеря с дневным пребыванием детей.....	112
<i>Брусянина И.Н.</i>	
Формирование жизнестойкости на уроках «Основы медицинских знаний»	115
<i>Вопиловская Р.И.</i>	
Смартфон на страже здоровья (из опыта организации исследовательской деятельности с использованием инновационного оборудования)	117
<i>Воронина Е.Г.</i>	
Преимственность дошкольного и школьного образования: своевременное выявление детей с задержками в развитии	119
<i>Глушченко М.В.</i>	
Роль школьного спортивного клуба «Русский богатырь» в формировании здоровья и безопасного поведения школьников	121
<i>Денисов М.А.</i>	
Опыт работы МО учителей начальных классов по теме «Здоровьесберегающие технологии на уроках и во внеурочное время».....	124
<i>Жукова Е.В.</i>	

Возможности внеурочной деятельности для сохранения и укрепления здоровья обучающихся в условиях реализации ФГОС	127
<i>Ковязина Н.А., Тарасова С.Ю.</i>	
Диагностические методы исследования для коррекции здоровья школьников в работе классного руководителя	129
<i>Косенко И.С.</i>	
Взаимодействие семьи и школы по формированию здорового образа жизни младших школьников через организацию внеурочной деятельности	131
<i>Ларькина Е.В.</i>	
Система работы по реализации программы внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании»	134
<i>Максимова Т.А.</i>	
Пропаганда ЗОЖ во внеурочной работе (в рамках литературного кружка «Вариации слов»)	137
<i>Микитюк Л.Г.</i>	
Особенности организации оздоровления детей в ЛООЛ «Радуга»	139
<i>Лосева О.С.</i>	
Организация внеурочной деятельности у младших школьников с использованием здоровьесберегающих технологий	143
<i>Нечаева Т.В.</i>	
Сотрудничество семьи и школы по оздоровлению младших школьников	146
<i>Осинцева С.М.</i>	
Как создать психологическое благополучие ребенка в школе, реализуя программы факультативного курса по психологии для 5–8 классов	148
<i>Пономарева Е.Ю.</i>	
Формирование психологического здоровье учащихся на внеурочной деятельности	151
<i>Саблина Н.В.</i>	
Формирование навыков здорового образа жизни младших школьников во внеурочной деятельности в рамках реализации ФГОС (обобщение опыта)	153
<i>Сергеева Н.В.</i>	
Организация летнего отдыха учащихся через реализацию программы «Босиком по радуге»	156
<i>Скиба Л.М., Ведерникова С.В., Сачкова И.А.</i>	
Система работы над формированием здорового образа жизни у младших школьников на занятиях по гимнастике во внеурочной деятельности	159
<i>Сусуев В.М.</i>	
Комплекс ГТО – миф или реальность в формировании мотивации к здоровому образу жизни	162
<i>Ходакова А.И.</i>	
Особенности организации занятости детей в каникулярное время в условиях сельской школы	165
<i>Фогель В.Р.</i>	
Факторы развития интернет-зависимости у подростков	168
<i>Юрчикова Л.В.</i>	

РАЗДЕЛ 1. ЭФФЕКТИВНЫЕ МОДЕЛИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ

Школа как ресурсный центр по сохранению здоровья

*Голощапова Марина Викторовна,
заместитель директора по УВР
МБОУ «СОШ № 17» г. Бийска*

Основной компонент понятия «здоровый образ жизни» – здоровье. Оно рассматривается как «динамическое состояние (процесс) сохранения и развития биологических, физиологических и психологических функций, оптимальной трудоспособности и социальной активности при максимальной продолжительности жизни» (академик В.П. Казначеев).

Здоровье нации во многом определяет состояние здоровья подрастающего поколения, поскольку известно, что потенциальные возможности человека закладываются в детстве, формируются в юношеском возрасте, обуславливая степень устойчивости приспособительных адаптационно-гомеостатических механизмов. Наиболее высокая чувствительность к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды отмечается в возрасте от 3 до 18 лет – периоде интенсивного процесса роста и развития организма, совпадающего с обучением.

В «Национальной доктрине развития образования», в «Концепции долгосрочного социально-экономического развития РФ до 2020 года» отмечается, что сегодня приоритетной задачей системы образования в нашей стране является воспитание человека в духе ответственного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих, как наивысшей социальной и адаптивной ценности, формирование высокого уровня здоровья детей и учащейся молодежи во всех его аспектах – духовном, психическом и физическом, которая получила отражение в новых федеральных стандартах образования в начальной и основной школе.

Сегодня нужны образовательные учреждения, которые будут обучать здоровью, вырабатывать единый подход к решению вопросов формирования, сохранения и укрепления здоровья, основанный на научном обосновании оздоровительного, воспитательно-образовательного процесса.

В Алтайском крае ведется целенаправленная работа по сохранению интеллектуального, психического и физического здоровья на всех этапах образования.

Становление МБОУ «СОШ № 17» ресурсным центром формирования здоровьесберегающего пространства на территории микрорайона «Зеленый клин», что создает условия для пропаганды культуры здоровья и здорового и безопасного образа жизни среди населения района, формирования традиций сохранения и укрепления здоровья взрослых и подрастающего поколения.

Одним из основных направлений работы школы является повышение качества образования при сохранении и укреплении здоровья обучающихся и педагогов. А так же широкое привлечение жителей микрорайона «Зеленый клин» к мероприятиям по пропаганде культуры здорового и безопасного образа жизни.

Программные мероприятия школы направлены на обучающихся, родителей и педагогов, что создает условия для непрерывного здоровьесберегающего и психолого-педагогического сопровождения учащихся и широкого охвата детского и взрослого населения микрорайона «Зеленый клин».

Здоровьесберегающая деятельность МБОУ «СОШ № 17» включает:

- создание безопасных здоровьесберегающих психолого-педагогических, социальных и медико-гигиенических условий учебной деятельности (здоровьесберегающей инфраструктуры) образовательных организаций МБОУ «СОШ № 17»;

- рациональную научно обоснованную организацию учебного процесса;

- физкультурно-оздоровительную работу с субъектами воспитательно-образовательного процесса и всеми категориями населения микрорайона «Зеленый клин»;

- создание системы воспитательной работы с учащимися и просветительской с педагогами и родителями, способствующей осознанию ценности здоровья и формированию навыков здорового образа жизни;

- организацию научной и методической работы с педагогами, специалистами и родителями, направленной на повышение мотивации к охране и укреплению своего здоровья и здоровья окружающих, обучение эффективным здоровьесберегающим педагогическим технологиям, методам и методикам;

- информационно-просветительскую работу в области здоровьесбережения с социальными партнерами, в том числе с общественными организациями;

- использование педагогических технологий оздоровительной направленности.

В школе созданы условия, позволяющие выработать единый подход к решению вопросов сохранения и укрепления здоровья, основанный на научном подходе к организации воспитательно-образовательного процесса с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей и возможностей учащихся.

Литература

1. Беднарская И.Г. Искусство быть красивым / И.Г. Беднарская. – М., 1994.

2. Карасева Т.В. «Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий», М., 2005.

3. Коновалов С.С. Книга, которая лечит / С.С. Коновалов. – СПб., 2002.

4. Коростелёв Н.Б. Воспитание здорового школьника / Н.Б. Коростелёв. – М., 1986.

5. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие технологии и психология здоровья в школе / Н.К. Смирнов. – М.: АРКТИ, 2005.

Здоровьесберегающие технологии в учебно-воспитательном процессе

*Бадулина Наталья Николаевна,
учитель физической культуры
МБОУ «Шелаболихинская основная школа»
Шелаболихинского района*

Появившееся в последние годы понятие «здоровьесберегающие технологии» интегрирует все направления работы по сохранению, формированию и укреплению здоровья учащихся. Задача школы – не «дотянуть» школьника до последнего звонка, радуясь, что за школьные годы с ним не случилось ничего плохого, а полноценно подготовить его к самостоятельной жизни, создав все предпосылки для того, чтобы эта жизнь сложилась счастливо, и дав ему для этого необходимое образование. И здоровье здесь играет отнюдь не последнюю роль.

Каждый профессионально подготовленный педагог не может бесстрастно относиться к неблагоприятному состоянию здоровья своих воспитанников, его прогрессирующему ухудшению. Поэтому и возросла у педагогов образовательных учреждений востребованность в здоровьесберегающих образовательных технологиях, которые можно определить как науку, искусство и обязанность так обучать и воспитывать учащихся, чтобы они укрепляли своё здоровье и смогли в будущем вырастить здоровыми своих детей, являясь им достойным примером.. Все это требует от педагогов особых подходов в образовании и воспитании, основанных на принципах здоровьесбережения. «Здоровьеформирующие образовательные технологии» – это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Работа учителя физкультуры является важнейшим звеном здоровьесбережения учащихся, и ведётся в двух направлениях: учебная и внеурочная деятельность.

Учебная деятельность. Я, как учитель физической культуры, основной целью своей работы считаю, чтобы в нынешних экологических условиях научить учащихся заниматься своим здоровьем. В своей работе использую инновационные здоровьесберегающие технологии, включающие в себя личностно-ориентированный подход в обучении и воспитании. Свои уроки строю с учетом индивидуальных возможностей и способностей учащегося,

использую разноуровневые задания. И у меня появляется возможность дифференцированно помогать слабому ученику и уделять внимание сильному, более эффективно работать с трудными детьми. Сильные учащиеся активно реализуют своё стремление быстрее продвигаться вперёд и вглубь, слабые – меньше ощущают своё отставание от сильных.

Важным моментом в своей работе считаю оценивание учащихся, которое дает мотивацию к учебе и получению знаний. Самое главное здесь индивидуальный подход – оценивание не по контрольным нормативам, а по прогрессу ребенка относительно самого себя.

Обучение и воспитание – процесс непрерывный и неразрывный, и, начавшись на уроке, он продолжается, углубляется и дополняется во внеурочной деятельности. В нашей школе эта сторона жизни богата традициями и ведется в разных направлениях.

Школьная спартакиада. Спортивно-массовая оздоровительная работа в нашей школе постоянно совершенствуется. Уже несколько лет в составе органов самоуправления школьной ДПО «Ровесники» работает спортивная комиссия, в которую входят представители от каждого класса. Все решения по планированию, организации и проведению мероприятий мы принимаем вместе с учащимися. В 2010 году спортивные соревнования, по решению комиссии, были объединены в рамки школьной спартакиады учащихся, которая проходит среди учеников 1–9 классов по 6 видам спорта. Система подведения итогов позволяет становиться победителем любому классному коллективу независимо от возраста (в этом году победителем стал 2 класс). В целом спартакиада проводится с целью популяризации различных видов спорта среди учащихся школы, вовлечение подростков в систематические занятия спортом, повышение социальной активности и укрепление здоровья учащихся.

Кружковая работа. Её цель: физическое развитие, становление физической культуры учащихся и достижение результатов в выбранном виде деятельности. В нашей школе это секции по баскетболу, волейболу, настольному теннису и легкой атлетике. Результатом этой работы являются призовые места в районных соревнованиях по этим видам спорта.

Спортивные праздники. Это самые массовые и зрелищные спортивные мероприятия. Их цель: вовлечение детей в различные формы физкультурно-оздоровительной работы, пропаганда здорового образа жизни. Подготовка к праздникам и их проведение способствуют укреплению здоровья детей и формированию у них важнейших двигательных умений и навыков, воспитывают у ребят сознательную дисциплину, организованность, коллективизм и трудолюбие, приобщают детей к регулярным занятиям в школьных кружках и секциях. В нашей школе традиционно проходят Дни здоровья, «Веселые старты», «А ну-ка, парни!», «Вперед, мальчишки!», игра «Зарничка».

Работа с родителями. Одним из важнейших условий воспитания и развития полноценного, здорового человека мы считаем взаимоотношения педагогов с родителями учащихся. Большое значение имеет умение учителя правильно консультировать родителей, регулярно привлекать их к занятиям

вместе с детьми. Эту работу мы ведем в двух направлениях: Беседы с родителями на классных часах и общешкольных родительских собраниях. Цель этих бесед – донести до родителей знания о важности занятий физическими упражнениями для организма школьника, о том, что готовность к здоровому образу жизни формируется у человека с ранних лет, прежде всего внутри семьи, в которой родился и воспитывается ребенок. Искусство укрепления здоровья осваивается детьми в процессе совместной деятельности с родителями. Поэтому второе направление нашей работы это совместные с родителями спортивные праздники: «Папа, Мама, Я – спортивная семья!», турниры по волейболу, пионерболу и футболу. Целью таких мероприятий является организация здорового отдыха семьи, воспитание чувства любви и гордости за свою семью, уважение к родителям, содействие укреплению взаимопонимания и сплоченности в семье, воспитание дружеских отношений в единой команде, чувства справедливости.

ЗОЖ педагогов. Сегодня это неотъемлемое профессиональное качество необходимое для формирования ЗОЖ ребенка. Здоровый, веселый, улыбающийся педагог сумеет создать на уроке обстановку взаимного понимания и доверия. Наши учителя согласны с этим мнением, они с удовольствием участвуют в школьных соревнованиях по волейболу и стрельбе, тем самым являются примером для своих воспитанников.

Проектная деятельность. Цель: обучение на активной основе, через практическую деятельность ученика, соответствующую его личной заинтересованности именно в этом знании, через совместный труд, сотрудничество учащихся в процессе работы над проектом.

Главное, что обретает наша школа в последнее время и что дает основание для оптимизма, – это стремление к перестройке своей работы с учетом приоритета, каковым являются сохранение и укрепление здоровья учащихся.

В настоящее время проблем много, но и многое зависит от сознательного отношения к своей работе, взаимопонимания с коллегами и учениками, индивидуального подхода к детям. Надеемся, что общие задачи найдут своё решение.

Литература

1. Научно-методический журнал «Физическая культура в школе». № 3 2012 г.

Электронные ресурсы:

1. Здоровье и образование – www.valeo.edu.ru
2. Применение здоровьесберегающих технологий в школе № 1317 г. Москвы – <http://www.specialschool.ru/health/>

Проектирование здоровьесберегающей модели ученического самоуправления

*Жданова Татьяна Васильевна,
заместитель директора по ВР,
МБОУ Дмитро-Титовская СОШ
с. Дмитро-Титово Кытмановского района*

Во-первых, предлагаю простую «словарную работу»: самоуправление – это управление самим собой, а управлять – значит приводить систему в заданный порядок. Управлять можно процессами и деятельностью. Как только коллектив педагогов-единомышленников нашей школы определился с тем ЧТО? и ЗАЧЕМ? делать, система управления стала нам предельно ясной и для достижения цели организуемой деятельности возникли необходимые органы управления. Самоуправление возникает в воспитательной системе тогда, когда обеспечивается единство целей, задач, содержания, форм и методов, находящихся во взаимосвязи и взаимодействии. Уже в те далёкие (90-ые) годы педагогическим коллективом были созданы необходимые условия, и сотрудничество детей и взрослых стало благоприятной средой для их собственного развития. Каждого в своей роли.

«Все социальные институты одновременно и управляемы и самоуправляемы. Это относится как к школе, так и к отдельному человеку: он самоорганизуется, самоопределяется и одновременно кому-то подчиняется, кем-то направляется, даже если не ощущает этого. Значит, каждое подразделение, каждый элемент целого являются одновременно и подчинённым, и самостоятельным звеном управления» [1, с 78].

Речь поведу о модели ученического самоуправления. Ученический совет школы состоял (и до сих пор состоит) из шести действующих центров: старостат, дисциплинарный центр, спортивный, оформительский, центры «Книголюб» и «Журналист», деятельность которых регламентируется положением ученического совета школы и закреплена в Уставе образовательного учреждения. Ребята занимают позицию организаторов школьной жизни, чувствуют себя хозяевами и ведут себя соответственно. Многолетний опыт успешного функционирования системы управления в школе доказал существование необходимых определённых условий: **наличие лично и социально значимой деятельности**, в которой обучающиеся удовлетворяют свои психосоциальные потребности: в общении, признании, в принадлежности, в самоутверждении, самоопределении, самопроявлении; **взаимоотношения поколений**, присутствие и поддержка взрослых; **социально-ценные чувства и переживания**, которые бесконечно значимы, которые в сущности и воспитывают.

90% обучающихся являются участниками модели ученического самоуправления «Лидер», а наиболее активные, обладающие лидерскими качествами, принимают участие в конкурсах. С 2008 года в школе началось конкурсное движение «лидеров». С того времени, вместе с детьми, мы научи-

лись презентовать личностные деловые качества, способности и склонности, обобщать и распространять эффективные технологии, формы и средства организации самоуправления, приобретать социальный опыт. Формирование активной гражданской здоровьесберегающей позиции ребёнка – одна из главных целей деятельности педагогического коллектива. Всегда стараемся поддержать наиболее активного и инициативного, мотивируя подростка на реальное управление своей жизнедеятельностью. Каждое участие с детьми в конкурсах «Я – лидер» и «Волонтёр года» является результативным:

Год	ФИО участников	Результат
2008	Мусаев Андрей, председатель дисциплинарного центра	участие в окружном конкурсе
2009	Плотникова Яна, председатель оформительского центра	победитель муниципального конкурса
2010	Иванова Маргарита, председатель центра «Книголюб»	победитель окружного конкурса, участник краевого
2010	Старцева Ксения, председатель ученического совета школы	призёр окружного конкурса
2013	Беспалова Анна, председатель ученического совета школы	призёр муниципального конкурса
2013	Шмидт Дарья, председатель оформительского центра	участник муниципального конкурса
2012–2013	Дурманова Татьяна, Автоманов Сергей – члены волонтёрского отряда «ЗОЖ – здоровый образ жизни»	победители окружного, победители краевого конкурса «Волонтёр года 2012», «Волонтёр года 2013»
2014	Знобина Анна – командир волонтёрского отряда «ЗОЖ – здоровый образ жизни»	победитель окружного и краевого конкурса «Волонтёр года 2014»

Коллективная деятельность всех участников образовательного процесса, направленная на сохранение и укрепление здоровья, приобрела правильные ориентиры, в результате: в 2012 году школе предоставлено право быть муниципальной пилотной площадкой по теме «Сохранение и укрепление здоровья школьников», в 2014 году, благодаря созданной комплексной системе работы по формированию здоровьесбережения, вручён сертификат о присвоении статуса «Школа здоровья Алтайского края».

Перед педагогическим коллективом встали очередные задачи о проектировании здоровьесберегающей модели, и было вынесено единственно верное решение: сохраняя положительное, применять инновационные формы, методы и средства в системе управления.

Так наряду:

- с организацией соревнований на «Самый организованный», «Самый дисциплинированный», «Самый спортивный» класс, «Самый чистый кабинет»;
- с планированием и организацией воспитательных модулей, коллективно-творческих дел, спортивных соревнований по технологической цепочке: коллективное целеполагание – планирование – подготовка – проведение – анализ и оценка;

- с организацией дежурства по школе;
 - с созданием рабочих и инициативных групп;
 - проведением выборов, сменой и выполнением поручений
- появились новые должностные обязанности, расширилась деятельность ответственных ребят в центрах самоуправления.

Для организации внеурочной деятельности дежурный класс и центры самоуправления еженедельно проводят перемены активного отдыха:

- каждый класс с 5 по 11 становится разработчиком и инициатором творческой мастерской «Помоги человеку» – одной из форм проектной деятельности;

- дежурный класс предлагает коммуникативные акции с использованием арттерапии, музыкотерапии, игровых технологий «Моё настроение», «С песней по жизни», «Обними меня», День комплиментов и другие;

- спортивный центр еженедельно организует «перемену активного отдыха», предлагая игры, конкурсы, состязания;

- центр «Книголюб» приглашает ребят на интеллектуальные конкурсы и участие в электронных библиоиграх;

- актив школы организует игры на командообразование, такие, как, например: игры-кругосветки «Здоровое поколение», «Помоги себе сам», чемпионат по несуществующим видам спорта, акция «Снежный десант».

Инновационный подход в системе управления даёт положительный результат: обучающиеся становятся более открытыми, жизнерадостными, свободными в общении. В течение учебного периода, по данным медицинских работников, заметно снизился уровень заболеваемости по школе. Наблюдается массовое увлечение подвижными и настольными играми. Мальчишек особенно привлекает хоккей, шахматы, настольный теннис, девочки с удовольствием учатся кататься на коньках, а родители поддерживают своих детей, разделяя с ними столь интересные и полезные занятия.

По данным наблюдений и диагностик у учащихся сформировалась активная жизненная позиция: ученики принимают участие в мероприятиях, исследовательских, проектных и творческих конкурсах.

На лицах наших детей сияет улыбка, они переживают положительные эмоции, а всё потому, что девиз нашей школы Здоровья таков «Счастливый ребёнок – здоровая нация».

Литература

1. Байкова Л.А., Гребёнкина Л.К. Справочник заместителя директора по воспитательной работе. – М.: Центр «Педагогический поиск», 1999. – 160 с.

2. Голубева Л.В., Попова Г.П. Справочник заместителя директора по воспитательной работе. – Волгоград: Учитель, 2007. – 139 с.

Проектирование здоровьесберегающей модели образовательной среды

*Знобина Татьяна Викторовна,
педагог-психолог МБОУ Дмитро-Титовская СОШ,
с. Дмитро-Титово, Кытмановский район*

Вот уже шестой год наша школа работает в направлении сохранения здоровья школьников. За это время сложилась определенная система, которая дает положительные результаты. Проект построен таким образом, чтобы школьники обучались ценностному отношению к здоровью одновременно через формирование необходимых знаний, отработку умений и реализацию навыков на практике. Для этого вся деятельность школы определяется направлениями, тесно взаимосвязанными друг с другом.

Перейти на качественно новый уровень формирования здоровьесберегающей образовательной среды позволяет включение в образовательный процесс разнообразных психолого-педагогических технологий, приемов, и практик, которые используют педагоги в своей работе как на уроках, во внеурочной деятельности.

Так, формирование здоровьесберегающих стратегий поведения и жизнестойкости, мотивации обучающихся (совладающего поведения, ценностно-смысловой здоровьесберегающей сферы) осуществляется посредством применения активных форм работы в образовательном процессе.

На уроке – через интеграцию предметов, включение системно-деятельностного подхода с элементами тренинга, исследовательской работы, реализацию проектной деятельности в формате творческой мастерской.

Также, в режиме урочной деятельности применяются упражнения, которые позволяют поддерживать работоспособность обучающихся, стимулировать умственную деятельность и удерживать уровень утомляемости в разумных пределах. Школьники знакомы с методами самопомощи и используют их при появлении симптомов утомления, а учитель включает упражнения в «минутки здоровья» на уроке.

Внеурочная деятельность также охватывает в себе нетрадиционные активные формы взаимодействия: акции, кругосветки, экшн-тренинги, фабрики здоровых дел, чемпионаты.

Кроме того, в нашей школе стало уже традицией включать в режим учебного времени перемены активного отдыха, которые являются очень ценными для восстановления организма после предельной умственной нагрузки и статичной позиции на уроках, повышения общего эмоционального самочувствия обучающихся. Именно на таких переменах ребята и их классные руководители снимают напряжение школьного дня, общаются, набираются позитивной энергии.

Как это происходит? Перемены активного отдыха проводятся в самые загруженные дни – во вторник, среду и четверг и в самый пик рабочего дня – после четвертого урока, когда ребята и учителя уже достаточно устали.

Каждая переменка распределена между центрами ученического самоуправления и дежурным классом, которые и решают, чем они будут наполнять свободное время ровесников и взрослых. Формы возможны самые разнообразные. Это могут быть коммуникативные акции, игровые переменки на контакт и взаимодействие, переменки арттерапии, когда рисует или раскрашивает детские раскраски вся школа или ярмарки мастерства, когда каждый раз какой-либо класс обучает мастерству окружающих. На переменках библиотерапии ребята с удовольствием разгадывают или сами составляют сканворды, участвуют в электронных библиоиграх, сочиняют синквейны, акrostихи. А на переменках музыкотерапии ребята и учителя просто поют. Так, например, дежурный класс предлагает всем акцию тематической песни, и все поют замечательные трогательные песни.

Обязательно в один из загруженных дней недели организуется переменка оздоровительной разгрузки, которую готовят для школы ребята из спортивного центра при координации руководителя. В такой момент ее участники, например, могут играть в боулинг, запускают бумажные самолетики на дальность полета, кидают мячи в цель (время от времени игровые моменты спортивный центр придумывает новые).

Каждый раз наполнение перемен меняется, чтобы не надоело, а порой бывает так, что все направления перемен отменяются, и ребята и взрослые с удовольствием контактируют, просто играя в ручеек.

Все переменки активного отдыха сопровождаются музыкальным оформлением. Обязательно в них присутствует особая приветственная мелодия, которая настраивает участников на минуты отдыха. Кроме того, каждая переменка начинается с ритуала приветствия, когда организаторы и участники особым образом здороваются друг с другом. Такие формы разнообразного контакта дают возможность почувствовать общность, единение, повышают значимость и настроение каждого ее участника.

Ребята проводят такие переменки самостоятельно, педагоги являются лишь координаторами и участниками проектов. Все с удовольствием принимают участие в активных переменках и знают, что если заиграла приветственная мелодия, их ждет снова замечательный активный отдых.

Начальная школа проводит такого рода перемены каждый день после третьего урока. И точно так же учителя являются координаторами, а обучающиеся 4 класса самостоятельно управляют залом во время переменок. И кроме игровых моментов на переменках обязательно присутствуют упражнения для укрепления мышцы глаза, позвоночника, снятия общего напряжения, дыхательная гимнастика, и традиционно завершают динамические перемены танцевальные флеш-мобы.

Такого рода мероприятия дают большой эффект не только в плане сохранения физического здоровья школьников. Они помогают выровнять психологический настрой школьника, снизить негативное психическое напряжение после уроков, учат контактному общению, формируют сотрудничество, культуру общения, сплоченность и взаимопонимание.

Мы обратили внимание, что именно живая, творческая деятельность в кругу своих ровесников более эффективно влияет на поведение и мировосприятие сверстников

Здесь нет рамок – будь только в команде, делай как все, походи туда, принеси это. Здесь каждый выбирает то, что он хочет, что ему по силам. Робкие, застенчивые ребята учатся переступать через свои страхи, общаться, лидеры имеют возможность реализовать свой потенциал. И тем и другим это дает большой плюс в их личностном росте.

В итоге дети меняются, становятся более раскованными, общительными. Прощаются со своими комплексами. У них в глазах загорается искорка, появляется желание что-то совершать, действовать и ...жить дальше активной полнокровной жизнью и, как бы трудно ни было, преодолевать любые трудности.

Вперед, к ГТО!

*Знобина Татьяна Викторовна,
педагог-психолог МБОУ Дмитро-Титовская СОШ,
с. Дмитро-Титово, Кытмановский район*

В 2014/15 году приказом Главного управления нашей школе доверили организовать пилотную площадку по внедрению физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Коллектив школы откликнулся на такое предложение. Осуществление проекта было не только почетным, налагало серьезную ответственность, но и было интересным в плане реализации. Ведь, работая в рамках площадки, можно было продолжать реализовывать цели формирования у обучающихся здорового и безопасного образа жизни согласно программы школы. Кроме того, организация деятельности площадки давала возможность поэкспериментировать с различными инновационными формами и посмотреть их эффективность в укреплении здоровья школьников и повышения мотивации к сдаче норм ГТО.

В школе была создана рабочая группа по подготовке, организации и реализации проекта и спустя определенный период времени спроектирована система работы, стержнем которой стала организация системной спортивно-оздоровительной работы не только с учениками. Предстояла большая работа с населением, родителями обучающихся.

Прежде всего, были организованы часы родительских встреч, заседания родительской академии, совместные классные часы, на которых обсуждались вопросы воспитания осознанных потребностей в занятиях физической культурой, спортом, физического совершенствования, ведения здорового образа жизни. Ребята с удивлением узнавали, что комплекс ГТО уже был учрежден в нашей стране и назывался – «Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР», что он составлял основу государ-

ственной системы воспитания, был направлен на укрепление здоровья и всестороннее развитие всех советских людей. Школьники узнали, что было пять ступеней, и каждая ступень ГТО носила свое название – «Смелые и ловкие», «Спортивная смена», «Бодрость и здоровье», и что если человек выполнял нормы ГТО несколько лет подряд, его награждали «Почетным значком «ГТО». Ребятам было интересно узнать, что их родственники, также сдавали нормы ГТО и сегодня ребята являются продолжателями этого курса, так же как когда-то их мамы папы, бабушки и дедушки.

Родители поддержали идею укрепления здоровья, вспоминали свое детство, когда сдавали сами нормы ГТО, приносили и показывали школьникам сохранившиеся значки. Именно после таких встреч дети были заинтересованы в том, чтобы проверить и натренировать свои качества – скоростно-силовые, координационные, скоростные качества, выносливость, гибкость, меткость в стрельбе из пневматической винтовки. На уроках при разминке и во внеурочной деятельности ребята с упорством испытывали свои силы и сравнивали свои результаты с нормами испытаний, стараясь улучшить в дальнейшем свои показатели.

В школе, согласно намеченному плану были систематизированы разного рода соревнования и конкурсы. Школьники принимали участие в лыжных гонках, стрельбе, легкой атлетике, в соревнованиях по гимнастике. Кроме того, в рамках проекта для ребят была организована игра – чемпионат «Вперед, к ГТО!», на этапах которой дети могли попробовать свои силы в любом из этапов многократно. Такой нетрадиционный формат еще более мотивировал школьников на дальнейшую тренировку и оттачивание мастерства. Тем более что еще было время до сдачи норм ГТО.

В марте, в назначенное время, в торжественной обстановке был дан старт сдаче норм ГТО по пяти ступеням. Школьники с удовольствием включились в процесс. Результаты были достаточно серьезны: старшеклассники, абсолютно все учащиеся 10–11 классов выполнили нормативы ГТО на значки разного уровня, 70% школьников 5–9 классов также подтвердили уровень, соответствующий трем категориям нормативов. Младшие школьники немного не дотянули до уровня нормативов, но у них еще есть достаточно времени, чтобы развить спортивные качества и вырасти сильными, ловкими, меткими, гибкими и выносливыми.

В этом учебном году команда спортсменов из нашей школы приняла участие в муниципальных соревнованиях по зимнему комплексу ГТО. Из 8 участников, четверо заняли первое место и стали претендентами на участие в краевых соревнованиях.

Таким образом, организованная работа площадки стала стартовым стимулом школьников и их родителей для сохранения и укрепления здоровья, развития физических качеств, формирования мотивации на здоровый образ жизни, осознанных потребностей в физическом самосовершенствовании.

Формирование здоровьесберегающей среды в условиях сельской школы

*Касаткина Наталья Владимировна,
директор МБОУ «Контошинская средняя
общеобразовательная школа» Косихинского района*

Сохранение здоровья подрастающего поколения – задача государственной важности, так как современные школьники составляют основной трудовой потенциал страны.

Обращение к теме здоровья для нашей школы является не случайным и связано оно не только с необходимостью решения проблем с состоянием здоровья современных школьников, но и с новыми нормативными документами, определяющими направление их реализации в области здоровьесберегающей и профилактической деятельности и имеющими обязательный характер для всех:

- Федеральные государственные образовательные стандарты
- Приказ Минобрнауки РФ от 28.12.2010 № 2106
- Санитарные правила и нормы (СанПиН 2.4.2. 2821-10)
- ФЗ-120 РФ «Об образовании»,

Одной из приоритетных задач Национальной образовательной инициативы «Наша новая школа» также является сбережение и укрепление здоровья учащихся, формирование у них ценности здоровья, здорового образа жизни, выбора образовательных технологий, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье школьников.

Здоровьесберегающая школа – это место, где ребенку комфортно, где он может спокойно учиться и развиваться без излишнего утомления и нервного напряжения. Иными словами, школа здоровья – это то место, где здоровью ребенка ничто не угрожает.

Поэтому можно утверждать, что педагогический коллектив нашей школы не только верно выбрал стратегическую цель, но и грамотно определил тактические задачи по оздоровлению своих учащихся и пропаганде здорового образа жизни у всех участников образовательного процесса.

Основными направлениями организации здоровьесберегающей деятельности нашей школы являются:

- Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения;
- Рациональная организация образовательного процесса;
- Рациональная организация физкультурно-оздоровительной работы;
- Медицинская профилактика и наблюдение за состоянием здоровья;
- Просветительно-воспитательная работа с учащимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни;
- Организация системы просветительской и методической работы с педагогами, специалистами и родителями.

В связи с этим педагогический коллектив школы определил для себя первостепенную роль в поддержании, сохранении и укреплении здоровья детей, через формирование здоровьесберегающей образовательной среды.

В условиях сельской местности логичным является вопрос «Кто – если не школа, должен и главное может более полноценно организовать здоровьесберегающее пространство для подрастающего поколения?» Школа в нашем селе является социокультурным центром, и поэтому именно ей отводится главная роль в формировании осознанного отношения подрастающего поколения к своему здоровью.

Здоровьесберегающее пространство мы рассматриваем как многокомпонентную систему гармоничного развития личности обучающегося.

В нашей здоровьесберегающей школе различные участники образовательного процесса решают самые разные, специфические задачи в единой системе мероприятий здоровьесбережения.

Задачи школьной администрации:

соблюдение СанПиНов; внедрение новейших технологий обучения и оздоровления, прошедших экспертизу; обеспечение переподготовки кадров; создание инфраструктуры для оздоровительной деятельности;

Задачи учителя и классного руководителя:

выбор адекватных средств и методов обучения и воспитания; индивидуальный подход к обучению и воспитанию; создание эффективного психологического климата в классе; просвещение учащихся; взаимодействие с семьей.

Задачи родителей:

создание необходимых условий для занятий ребенка; создание условий для оздоровления ребенка; формирование морали, социальных установок; формирование мотивации; передача культурной традиции; взаимодействие с учителем в проблемных ситуациях;

Есть свои задачи в сохранении и укреплении собственного здоровья и у самих учащихся:

формирование собственной мотивации к здоровью; формирование привычки соблюдать гигиенические правила и нормы; изучение учебного материала и соотнесение его с собственным опытом; нацеленность на поиск позитивного выхода в проблемных ситуациях.

Школа, в том числе и сельская, тесно взаимосвязана с обществом. Любое изменение ситуации в обществе обязательно сказывается на жизни школы, меняет ее задачи, приоритеты, требования к ученику, структуру и содержание образования.

Безусловно, школа не может обойтись и без помощи окружающего социума; необходима совместная деятельность педагогических работников, обучающихся и родителей, медико-психологической службы, а также других заинтересованных организаций в сохранении и укреплении здоровья участников образовательного процесса.

Социальными партнёрами нашей школы являются:

администрация села, фермерские хозяйства и предприниматели, сельская амбулатория, культурно-спортивный центр, школа искусств, МДОУ «Ягодка», сельская библиотека, почта, ГИБДД, лесхоз, районная газета «На земле Косихинской»

В нашей школе для учащихся создана такая атмосфера, чтобы они чувствовал себя успешным.

Самыми популярными формами работы по ЗОЖ в нашей школе являются:

- Уроки физической культуры, которые проводятся 3 раза в неделю в каждом классе. Уроки физической культуры содействуют повышению эмоционального состояния, желанию активно заниматься физической культурой, укреплению здоровья, имеют тенденцию к положительному влиянию на двигательную активность и физическую подготовленность детей.

- Физкультурно-оздоровительная работа, которая включает в себя: утреннюю зарядку; физминутки во время уроков; динамические перемены; прогулки; работа спортивных кружков и секций; дни здоровья.

- Во внеурочное время: спортивные секции, кружки, спортивные праздники, спортивные состязания, конкурсы, викторины, олимпиады, оздоровительный лагерь дневного пребывания в период летних каникул.

Физкультурно-оздоровительные мероприятия охватывают всех учащихся школы

В учебно-воспитательном процессе осуществляется нормирование учебной нагрузки. Применяются здоровьесберегающие технологии.

Пропагандируя здоровый образ жизни, учителя служат примером ученикам. Их образ жизни, отношение к своему здоровью свидетельствуют о высокой ответственности педагога перед подрастающим поколением. Результатом сформированности культуры здоровья у педагогического состава является высокая работоспособность, творческая активность.

Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье. Если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически. Если раньше говорили: «В здоровом теле – здоровый дух», то не ошибется тот, кто скажет, что без духовного не может быть здорового.

Считаю, что деятельность нашей школы по здоровьесбережению способствует созданию такого образовательного пространства, которое формирует здоровую личность с развитым интеллектом, навыками исследовательского труда, высоким уровнем культуры, способную жить и действовать в постоянно меняющемся мире.

Литература

1. Глущенко О.Н. Здоровьесберегающий подход к организации обучения в начальной школе // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2012. – № 2. – С. 52
2. Стратегия развития: здоровое поколение // Обруч: образование, ребенок, ученик. – 2007. – № 1. – С. 2–8.

Модель формирования здоровьесберегающей среды в условиях сельской школы

*Катаньева Лидия Леонидовна,
заместитель директора по УВР
МБОУ «Солонешенская СОШ» с. Солонешное*

Вопросам здоровьесбережения в ОУ уделяется большое внимание. Работа по данному направлению ведется систематически и целенаправленно. В школе разработана и реализуется программа «Здоровье и здоровый образ жизни», целью которой является создание оптимальных психолого-педагогических условий для развития и самореализации индивидуальных способностей ребенка, сохранение и укрепление его здоровья; разработка механизма и включение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий обучения.

В Программе развития школы одним из приоритетных направлений является «Наша школа – школа здоровья». Работа проводится по следующим направлениям: просветительская работа с родителями (законными представителями); реализация дополнительных образовательных программ; эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы; рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся; создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения; методическая работа с педагогами, специалистами, направленная на повышение квалификации работников образовательного учреждения по проблемам охраны и укрепления здоровья детей; укрепление материальной базы спортивных и тренажерного залов; организация эффективного медицинского сопровождения школьников.

Обеспечена комфортная обстановка в ОУ для образовательного процесса: порядок, чистота, эстетический вид, озеленение, зоны отдыха. Порядок и чистота поддерживается силами дежурных: администрации, учителей, классов по графику и технического персонала. Обеспечены безопасные условия жизнедеятельности. Охват горячим питанием – 100 %.

Школа активно работает не только над сохранением, укреплением физического, психического здоровья детей, формированием привычки к занятиям спортом, решением таких острых проблем, как наркомания, алкоголизм, детская безнадзорность, но и над формированием культуры здоровья. В рамках просветительско-воспитательной деятельности: работа с учащими-

ся по программам, направленным на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни (профилактические программы «Полезные привычки», «Полезный навык», «Полезный выбор», «Две недели в лагере здоровья», «Разговор о правильном питании», интеграция программ по ОБЖ в курс физической культуры; работа по программе олимпийского образования; тематические классные часы в рамках: школьного месячника, посвященного вопросам здоровья; краевых мероприятий: антинаркотических акций «Родительский урок», «Классный час: Наркотики. Закон. Ответственность».

Активизации двигательного режима обучающихся способствуют следующие мероприятия: с 2006 года введен 3-й час физической культуры во всех классах; организована работа спортивных кружков и секций (легкая атлетика, лыжные гонки, волейбол, баскетбол, футбол, «Безопасное колесо»); в рамках ФГОС (внеурочная деятельность) реализуются программы «Русские народные и подвижные игры», ритмика «Душа народного танца»; налажено посещение секций районной спортивной школы и военно-спортивного клуба «Витязь»; внедрены в практику школы часы активных движений (динамической паузы) между 3-м и 4-м уроками для учащихся начальной школы; динамические перемены, физкультминутки на уроках, способствующие эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности; здоровьесберегающие технологии на уроках: использование методов, адекватных психофизиологическим особенностям учащихся; чередование различных видов учебной работы; соблюдение требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств; поддержание благоприятной психологической обстановки; применение оздоровительных моментов: минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз; обеспечивается регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней здоровья, соревнований, олимпиад, походов, экскурсий и т. п.).

Традиционными стали школьные массово-оздоровительные мероприятия: осенний кросс «Золотая осень», проводимый ежегодно в апреле между командами 5–10 классов; Президентские соревнования, спортивный праздник «Здоровому образу жизни скажем – да!»; в каникулярное время работают летний оздоровительный пришкольный лагерь «Лесовичок», в котором ежегодно укрепляют здоровье 100–130 детей; эколого-археологический лагерь «Карам» на базе археологического памятника «Денисова пещера», в котором задействовано 25–30 учеников; предоставлен тренажерный зал для учащихся и работников школы, желающих укрепить общую физическую подготовку. Условием, способствующим эффективности оздоровительных мероприятий, является конструктивная работа педагогов и родителей по проведению совместных детско-родительских спортивных соревнований, дней Здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п. В школе стали традиционными Веселые старты между командами детей, родителей и учителей.

В школе осуществляется медицинское и психологическое сопровождение учащихся: обеспечение своевременной диспансеризации школьников;

проведение профилактических прививок; организация просветительских бесед по профилактике заболеваний; выпуск информационного Санбюллетеня; мониторинг состояния физического и психического здоровья школьников; разработана и реализуется программа специальных коррекционных занятий с учащимися с ОВЗ.

Налажена методическая работа с педагогами, специалистами, направленная на повышение квалификации по проблемам охраны и укрепления здоровья детей: проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов и т. п.; приобретение для педагогов необходимой научно-методической литературы; размещение на школьном сайте методических разработок; возможность выхода на Интернет-ресурсы через ссылки школьного сайта; привлечение педагогов, медицинских работников, психологов к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.

Особенностью педагогического коллектива ОУ является активная позиция в вопросах здоровьесбережения: команда педагогов школы – постоянный участник и призер сельской спартакиады (в 2015 г. – заняла II место). Многие педагоги занимаются туризмом, есть любители-моржи, волейболисты, футболисты, лыжники. В свободное время педагоги организовано выезжают на отдых на природу.

Рациональная организация учебного процесса позволяет в условиях получения дополнительных знаний в рамках элективных курсов, профильных предметов не оказывать отрицательного влияния на здоровье школьников. Важное значение отводится индивидуализации обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности); работе по индивидуальным программам.

Важным показателем эффективности работы школы по здоровьесбережению является оценка изменения отношения детей к своему здоровью, здоровому образу жизни: количество учащихся, имеющих вредные привычки; количество, употребляющих наркотические вещества; доля учащихся, занимающихся в спортивных секциях и кружках (активного движения – танцы); количество учащихся, принявших участие в походах, экскурсиях и других мероприятиях оздоровительного характера.

Количество наград, грамот, публикаций в СМИ, музея ЗОЖ свидетельствуют об эффективности работы ОУ по физическому воспитанию учащихся.

Кроме того, в целом эффективность здоровьесберегающей деятельности школы мы определяем:

- общей удовлетворенностью родителей, обучающихся, работников школы, отсутствием жалоб (определяется через анкетирование, так в 2014/2015 учебном году проведено анкетирование по удовлетворенности питанием в школьной столовой);

- отсутствие карантинных случаев на время массового распространения сезонных заболеваний;

- выбор учебного учреждения учащимися сел района (в том числе детьми дошкольного возраста, родители которых сделали выбор в пользу предшкольной группы);
- отсутствие случаев травматизма.

Литература

1. Лопуга В.Ф., Лопуга Е.В. Теория и практика школы здоровья: методическое пособие. – Барнаул: Центр валеологии АК ИПКРО, 2003. – 122 с.
2. Дерябо С.Д. Диагностика эффективности образовательной среды. – М., 1997. – С. 45–48

Содержательно-деятельностные аспекты проектирования деятельности по сохранению и укреплению здоровья школьников

*Лопуга Василий Федорович,
доцент кафедры управления качеством
образования КГБУ ДПО АК ИПКРО*

Проблемно-ориентированный анализ ситуации в области сохранения, укрепления и формирования здоровья учащихся

Рабочая группа, созданная в образовательном учреждении, последовательно осуществляет следующие мероприятия:

- *Количественный анализ* состояния здоровья учеников и работников школы. Анализируется структура и уровни заболеваемости по данным статистики в динамике за несколько лет; кроме того, анализируется уровень физического развития всех участников учебного процесса.

Источниками получения информации служат документы статистической отчетности, медицинские карты, результаты профосмотров (при соблюдении конфиденциальности информации), данные о пропусках занятий по болезни, иные показатели статистики.

Данный ситуационный анализ позволяет выявить количественные показатели заболеваемости участников образовательного процесса. Он оформляется в виде таблиц и диаграмм.

- *Качественный анализ* образа жизни школьников на основе анкетирования.

Для того чтобы проанализировать образ жизни школьников, необходимо было получить информацию по перечисленным ниже составляющим, используя анкетирование:

- социально-бытовые условия жизни;
- потребление табака;
- потребление алкоголя;
- физическая активность;
- проведение досуга;
- привычки питания;
- личная гигиена;

- потребление лекарств;
- отношение к своей внешности;
- самооценка состояния здоровья;
- психическое здоровье;
- отношения со сверстниками;
- отношения с родителями;
- школьная успеваемость и отношения с педагогами;
- травматизм.

На основании собранной информации о состоянии и эффективности здоровьесберегающей деятельности вашего образовательного учреждения выделите ключевые противоречия между реальным состоянием (положением дел) в области здоровья учащихся и предполагаемом (желаемом) состоянии. Запишите их или нарисуйте схему, выделив в ней проблемы, и причины возникновения этих проблем. Укажите приоритетные индикаторы, на основании которых вы оценили эффективность вашей деятельности по направлению

Цель и задачи ОУ по реализации проекта.

На основе выделенных противоречий и проблем можно двигаться по определению целей и задач проекта в области здоровьесбережения. Решение проблемы становится целью проекта, а устранение причин – задачами проекта. При этом нужно учесть, что цели должны быть реальными и гибкими, учитывать внутренние и внешние условия деятельности, тенденции изменения этих условий. В зависимости от объема проблем цели могут различаться как долгосрочные, среднесрочные и краткосрочные.

Долгосрочные цели проекта в области здоровья направлены на создание в школе условий, способствующих сохранению, укреплению и формированию здоровья, на улучшение динамики показателей уровня здоровья обучающихся и работников школы, расширение сети «Школ здоровья» (в районе, городе, крае).

Среднесрочные цели проекта в области здоровья направлены на разработку и создание системы (технологий, нормативно-правовой базы, отношений) по обеспечению здоровья в рамках межведомственного сотрудничества, создание материально-технических условий (процент соответствия санитарно-гигиеническим требованиям), изменения у большинства участников образовательного процесса отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих.

Краткосрочные цели проекта в области здоровья планируются на 1–2 года и направлены на «промежуточные» показатели (отношение, знания, навыки, умения, удовлетворенность), которые являются обязательными для отслеживания перемен поведенческих факторов риска (в привычках, смене стереотипов и т.д.). Краткосрочные цели могут служить не только показателем эффективности программы в ближайший период времени, но и быть индикатором развития всей программы развития.

Цель проекта декомпозируется (раскладывается, разделяется) на задачи, то есть достижение цели будет зависеть от полноты задач и точности их решения.

Задачи проекта должны быть:

- реалистичными, учитывающими существующие возможности в отношении кадровых, финансовых и организационных ресурсов;
- четкими, краткими и конкретно сформулированными;
- измеримыми, иметь количественные или качественные критерии достижения результата;
- определёнными во времени (начало и конец).

Обоснование комплекса мероприятий по проекту и их связь с другими мероприятиями программы.

Выбор приоритетов деятельности школы следует проводить составом рабочей группы, желательно привлечь к обсуждению специалистов, опытных педагогов, экспертов в области здравоохранения, физической культуры, профессиональных психологов и социологов. Это может занять определенное время, поэтому необходимо подготовить рабочие материалы и план их обсуждения в рабочей группе. Определение приоритетов помогает выполнить следующие задачи:

- наметить первоочередные мероприятия;
- установить наиболее эффективные пути использования ресурсов;
- определить сроки, в рамках которых может быть осуществлено дальнейшее планирование;
- определить основные цели программы, адресованные каждой целевой группе.

Приоритетные направления проекта в области здоровья могут соответствовать наиболее значимым областям и процессам образовательной среды:

- инфраструктура и внутришкольная среда
- организация учебного процесса
- организация двигательного режима и физкультурно-оздоровительной работы
- организация работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни
- медико-психологическая помощь

План-график по реализации комплекса мероприятий, включая количественные и качественные показатели результативности

Прежде чем составлять план-график, необходимо последовательно по предложенному ниже алгоритму подготовить основные стратегические и тактические подходы по реализации направлений в области сохранения и укрепления здоровья учащихся.

Шаг 1. Определение концепции реализации проекта по направлениям. Запишите или нарисуйте схему взаимодействия различных компонентов образовательной среды в области здоровьесбережения с помощью ряда предлагаемых действий.

1) Выделите основных субъектов, определите позиции, которые они реализуют по отношению к проблеме сохранения, укрепления и формирования здоровья детей.

2) Определите, где находятся основные точки рассогласования между позициями субъектов при реализации образовательных программ в области здоровья.

3) Определите набор идей, реализация которых позволит оптимизировать систему отношений в рамках предполагаемой деятельности.

4) Определите, каким образом эти идеи можно реализовать (определите принципиальные механизмы реализации идей).

5) Определите, при каких условиях возможна реализация данных механизмов в вашем учреждении.

Шаг 2. Определите типы работ по основным направлениям деятельности, показатели, и индикаторы эффективности деятельности.

Направление деятельности	Типы работ	Индикаторы	Ожидаемые результаты	Кто может выполнять эти работы

Шаг 3. Определите модель взаимодействия организационных структур. Укажите все структуры, которые необходимо задействовать в рамках проекта и виды работ, которые могут проходить на базе этих структур. Какие типы связей предполагается организовать между ними? Зафиксируйте эти данные в таблице.

Структура	Виды работ, которые она выполняет	С кем необходима координация	Форма связи и способ контроля

Шаг 4. Разработка модели управления проектом. Ряд вопросов помогает определить ключевые позиции этого шага.

1) Как можно координировать работу по сохранению, укреплению и формированию здоровья учащихся?

Как обеспечивать эффективность такой работы?

Как проводить работу по развитию ресурсов, обеспечивающих эффективность реализации проекта?

Опишите или схематично нарисуйте, как Вы видите модель управления проектом в области сохранения, укрепления и формирования здоровья.

Шаг 5. Нормативно-правовое обеспечение реализации проекта. Необходимо определить основные категории документов для обеспечения деятельности в рамках проекта.

1. Составьте список, нормативных документов, которые уже приняты на федеральном, региональном и отраслевом уровнях для обеспечения эффективной деятельности в области здоровья детей и молодежи.

2. Определите список необходимых документов локального уровня, которые должны быть разработаны и приняты в школе в области здоровья учащихся.

Тип документа, который необходимо разработать	Кто может войти в состав разработчиков	Кто утверждает данный документ	Кого необходимо ознакомить с данным документом

Шаг 6. Материально-техническое обеспечение реализации проекта.

Запишите или схематично отобразите, какие необходимы материально-технические ресурсы и как они должны быть организованы в рамках реализации проекта. Использование предлагаемых ниже таблиц может усилить эффективность данного шага.

Организационная структура	Необходимые материально-технические ресурсы	Кто дополнительно может использовать данные ресурсы в сохранении и укреплении здоровья детей	Какое обучение необходимо провести для сотрудников

Необходимый технический ресурс	У кого имеется данный тип ресурсов	Кто принимает принципиальное решение об обеспечении работ по проекту материально-техническими ресурсами	Какую заявку, к какому сроку и в какой форме необходимо составить

Результаты проведенного анализа используйте при разработке плана-графика по следующим позициям, приведенным в таблице ниже.

Мероприятия по направлению	Документы, обеспечивающие эти мероприятия, их наименование и аннотация	Результаты	индикаторы	Сроки реализации (начало – окончание)	ответственные	Объем и источник финансового обеспечения

Дальнейшее использование результатов проекта.

Определение перспектив проекта – сложный интегративный процесс наблюдения за ходом реализации проекта с измерением, анализом посту-

пающей информации и прогнозированием возможных ситуаций. Оценка результатов проекта должна включать:

- оценку краткосрочных результатов проекта на основе мониторинга сопровождения программы развития;

- оценку долгосрочных результатов (эффективности, результативности) на основе показателей здоровья и влияющих на него факторов.

Для выявления возможного дальнейшего использования результатов проекта необходимо ответить на следующие вопросы:

1. Какие конкретные изменения произошли относительно поставленных целей и задач в укреплении здоровья участников образовательного процесса в результате реализации проекта?

2. Насколько получаемые результаты совпадают с теми, которые ожидались?

Оценка позволяет провести сравнительный анализ (сравнение реальных результатов с теми, которые ожидались, т.е. оценка до реализации проекта и после нее), выяснить, отвечает ли проект индикаторам и критериям, установленным для данного образовательного учреждения.

Перспективный план мероприятий (действий) во время реализации следующих этапов развития образовательного учреждения должен постоянно обновляться и пересматриваться, цели – видоизменяться, одни – исчезать, другие – появляться.

Создание организационно-педагогических условий для развития в образовательном учреждении восстановительного способа реагирования на конфликты и правонарушения с участием несовершеннолетних

*Лосенкова Светлана Александровна,
заместитель директора по УВР
МБОУ «Контошинская СОШ» Косихинского района*

Практика школьной жизни не всегда способствует социализации детей в плане освоения ими навыков общения, культурных форм завоевания авторитета и формирования способностей взаимодействия с другими людьми, необходимых для будущей взрослой жизни.

Реакция правонарушителей на оказываемую им помощь зачастую не соответствует нашим ожиданиям, дети не исправляются, не испытывают благодарности, очень часто избегают сотрудников учреждений и относятся к ним отчужденно или даже враждебно. К сожалению, и школа с трудом устанавливает партнерские отношения с такими детьми и их семьями т.к. часто школа не имеет инструмента для работы по разрешению напряженных ситуаций. В результате конфликтные ситуации либо замалчиваются, либо происходит развитие конфликта до такой степени, что разрешить его можно только силовыми методами.

Результаты опроса учащихся 2–9 классов показывает, что чаще всего происходят конфликты между одноклассниками, иногда и вне стен школы. Реже происходят конфликты детей с учителями и родителями.

Данное исследование помогло проанализировать состояние конфликтности взаимоотношений учащихся, а также выбрать актуальные направления работы школьной службы примирения.

Создание в школе Службы Примирения – это необходимость для решения вышеперечисленных проблем, т.к. Школьная Служба Примирения (ШСП) – служба, осуществляющая работу с конфликтными ситуациями, возникающими внутри школы. В нашей школе приказом директора Н.В. Касаткиной создана такая служба.

Опираясь на нормативно-правовые документы, были разработаны нормативные документы на уровне школы это – устав, положение о ШСП и др.

Целью деятельности Школьной Службы Примирения (ШСП) является развитие в образовательном учреждении восстановительного способа реагирования на конфликты и правонарушения с участием несовершеннолетних.

Задачами деятельности службы примирения являются:

Проведение примирительных программ для участников школьных конфликтов и ситуаций криминального характера, обучение школьников методам урегулирования конфликтов.

Школьная служба примирения – это:

1. Разрешение конфликтов силами самой школы.
2. Изменение традиций реагирования на конфликтные ситуации.
3. Профилактика школьной дезадаптации.
4. Это школьное самоуправление и волонтерское движение подростков школы.

Школьная служба примирения (ШСП) – это команда школьников и взрослых, которая, пройдя специальную подготовку, выполняет в школе общественную работу по мирному (ненасильственному) урегулированию школьных конфликтов таким образом, чтобы наладить между конфликтующими сторонами взаимопонимание, примирение и заглаживание вреда. Ядром этой работы является процедура переговоров между сторонами конфликта, называемая «программой примирения» (медиацией), где волонтер или куратор ШСП выступает в роли нейтрального посредника (медиатора).

Не зря говорят: «В хорошей школе – хорошие отношения!»

Представители ШСП анализируют конкретные случаи, отслеживают исполнение договора по программам, привлекают учащихся для данной деятельности.

Работа СП носит сервисный характер, те работает по запросу родителей, педагогов и учащихся. Это может быть личное обращение, либо через ящик доверия, расположенного в коридоре школы.

Сейчас Школьная Служба Примирения создает условия для привлечения лидеров подростковых групп, которые готовы разрешать конфликтные

ситуации в классе. Вести работу по изменению культурных норм школьной среды, а также участие школьников в деятельности службы является способом позитивной самореализации подростков, учит выстраивать отношения и реагирования в конфликтных ситуациях.

Участники школьной службы примирения могут проводить программы примирения в ситуации межличностных конфликтов (учащийся – учащийся, учащийся – педагог, педагог – родитель), возникающие из-за нецензурных оскорблений, угроз, причинения незначительного материального ущерба, взаимных обид и т.д. Кроме этого, в службе могут рассматриваться более сложные конфликтные отношения, следствием которых могут быть длительные прогулы учащихся, изгои в классе.

В результате работы у учащихся повысился уровень самоорганизации, стали более ответственными и культурными.

Учащиеся умеют конструктивно общаться со сверстниками и взрослыми.

Участвуют в интересной «взрослой» и общественно-полезной (волонтерской) деятельности.

Умеют конструктивно выходить из конфликта, ссоры, обиды.

Осваивают новую профессию – медиатор, получают уникальные навыки и опыт миротворческой деятельности.

Можно выделить такие показатели достижения цели – восстановительное реагирование на конфликтные ситуации.

К коммуникативным действиям, развиваемых в рамках реализации проекта относятся:

- планирование сотрудничества с куратором, учителем, волонтерами школьной службы примирения – сверстниками в рамках просветительской работы и в условиях реального конфликта (готовность прийти на помощь и попросить о помощи);

- развитие умения ставить вопросы, ориентированные на прояснение ценностей человека, нарушение которых произошло во время конфликта, умение ставить вопросы, помогающие конфликтующим сторонам найти возможную площадку общности, исходя из которой необходимо вести восстановительный диалог;

- владение техникой понимающего слушания.

По результатам опросов учащихся 3, 8, 10 классов: готовы в результате прийти на помощь в конфликтной ситуации 75% учащихся начальных классов, 58% основной школы; 50% старшей школы; Готовы сами попросить о помощи в конфликтной ситуации 60% учащихся начальных классов, 55% основной школы; 47% старшей школы.

85% медиаторов умению ставить вопросы, ориентированные на прояснение ценностей человека, нарушение которых произошло во время конфликта, умеют ставить вопросы, помогающие конфликтующим сторонам найти возможную площадку общности, исходя из которой необходимо вести восстановительный диалог; 90% из них владеют техникой понимающего слушания.

Положительная динамика (до 60 % педагогов и родителей) психологической готовности педагогов и родителей к решению конфликтной ситуации через переговорную площадку и с привлечением посредника-медиатора. 35% взрослых считают, что источник конфликтов в коммуникативной некомпетентности. Это конструктивный запрос на социально-педагогическую работу с родителями.

Проведя анализ работы по созданию и развитию школьной Службы примирения можно сделать вывод о том, что наши результаты соответствуют требованиям ФГОС. Используя техники медиации, образовательная и воспитательная деятельности направлены на становление личностных характеристик выпускника как уважающего других людей, умеющего вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов.

Достигнутая успешность инновационной деятельности в нашем образовательном учреждении зависит не только от создания школьной службы примирения, но и от того, что в нашем коллективе царит творческая атмосфера и позитивный эмоциональный фон взаимодействия учителей, а также конструктивная совместная работа с учениками и их родителями.

Школьная служба примирения как модель здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации

*Митина Алёна Александровна,
доцент кафедры истории, обществознания
и экономических дисциплин КГБУ ДПО АК ИПКРО*

Создание школьных служб примирения и развитие в образовательных организациях восстановительного подхода в разрешении школьных конфликтов задача не одного дня. Это не просто проект, который связан с необходимостью реализации Указа Президента РФ от 1 июня 2012 г. № 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012–2017 годы» [1]. Это системная работа, связанная с новой философией, новым мировоззрением и гуманитарными технологиями в образовательных практиках. Именно указанный факт позволяет охарактеризовать Школьную службу примирения как модель здоровьесберегающей деятельности.

Сам восстановительный подход предполагает: реализацию примирительных программ, возмещение ребенком-правонарушителем ущерба потерпевшему, проведение социальной, психологической и иной реабилитационной работы с жертвами и виновниками правонарушений, преступлений; сотрудничество педагогических и родительских сообществ в области воспитания и социализации детей; внедрение социальных технологий для привлечения детей к участию в жизни местного сообщества, в рассмотрении и экспертизе решений, касающихся прав и интересов детей, на всех

уровнях. Все перечисленные механизмы «включаются» в форму, которая и получает название «школьная служба примирения».

Эти механизмы «вписываются» в уже сложившееся правовое пространство образовательной организации под влиянием требований уже действующих законов, в том числе: Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями); Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями), Федеральный закон от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (с изменениями и дополнениями). Кроме того, идеологически ведущим, нормативно закрепленным педагогическим инструментом складывания нового нормативного образовательного пространства является Федеральный государственный образовательный стандарт (далее – ФГОС) основного общего образования, утвержденный приказом № 1897 Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. Более подробно указанные документы рассмотрены нами в учебно-методическом пособии [2].

Важно, что указанные документы создают нормативные основания для двух различных способов действий в отношении несовершеннолетних при разрешении конфликтов в образовательной организации.

Первый – традиционный, ориентирован на контроль за соблюдением нормы права, которое установлено иерархически-вертикально: от федерального центра до образовательной организации и оно раскрывается в рамках института – «комиссия по урегулированию споров участников образовательных отношений» (ст. 45 ФЗ № 273), основным кругом рассматриваемых конфликтом становится реализация права на образование.

Второй способ, назовем его инновационный, ориентирован на коммуникацию и развитие культуры диалога по спорным, конфликтным вопросам, расширением правосознания участников образовательных отношений. Оно раскрывается в рамках института «школьная служба примирения» как «структура, обеспечивающая социальную адаптацию и реабилитацию нуждающихся в них обучающихся...» (ст. 27.п. 2 ФЗ № 273).

Как показало наше исследование, где изучался опыт Ханты-Мансийска (мы опираемся на работу Е.Ю. Зиновой «Организация школьной службы примирения») в практике работы образовательной организации возможны различные модели создания школьной службы примирения. С учетом опыта пилотных школ Алтайского края, результатов обсуждения идеи создания школьных служб примирения на общественных слушаниях в образовательных округах в октябре 2014 года, мы выделяем четыре организационно-педагогические модели ШСП. Три из них – в рамках одной образовательной организации, учитывая собственные ресурсы: профилактическая, воспитательная, сервисная; четвертая – сетевая, которая может включать вертикальное – сообщества иерархизированные – соподчиненные (регион, муниципалитет, образовательная организация) или горизонтальное – сообще-

ства распределяющие функции-задачи – взаимодействие. Представим некоторые характеристики моделей. Для более подробного изучения описания моделей отправляем читателя к пособию «Вариативные модели разрешения школьных конфликтов» [2]

Профилактическая модель. ШСП – структурное подразделение Совета профилактики. Цель: декриминализовать подростковую среду, содействовать устранению причин противоправного поведения школьников. Целевая категория Подростки, демонстрирующие отклоняющееся поведение.

Воспитательная модель ШСП – часть программы воспитания и социализации: вариативный учебный курс, программа внеурочной деятельности, система классных, общешкольных мероприятий. Цель: создать условия для проявления детской активности, способ самореализации детей в позитивном ключе. Целевая категория все учащиеся образовательной организации.

Сервисная модель (структура самоуправления). Структурное подразделение или самостоятельная организация школьного самоуправления без образования юридического лица, как общественное объединение взрослых и детей-медиаторов. Цель: получить возможность некарательного, конструктивного разрешения конфликтов, возможность влиять на школьную политику через участие в принятии решений, которыми руководствуется администрация. Целевая категория участники конфликтной ситуации, учащиеся, родители, педагоги, прошедшие обучение как медиаторы и проводящие примирительные процедуры.

Сетевая «вертикальная модель» Школьной службы примирения – может курироваться Муниципальной службой примирения, которая организуется на базе Центра психолого-педагогической реабилитации и коррекции, Центра диагностики и консультирования, а также являться одним из направлений работы Муниципальной ювенальной службы, которые создаются на базе судов, прокуратуры, возможно на базе служб социальной защиты.

Сетевая «горизонтальная модель» – может создаваться сообществами классных руководителей школ школьного (или образовательного округа); или сообществом педагогов-психологов, социальных педагогов, родителей и детей-волонтеров, которые специализируются на отдельных видах конфликтных ситуаций, например: конфликты в начальной школе, в основной, учительско-детские конфликты и т.д.

Литература

1. Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г. № 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012–2017 годы». Режим доступа: <http://base.garant.ru/70183566/> (Гл. VI п. 4 и Гл. 7)

2. Митина А.А. и др. Вариативные модели профилактики и урегулирования конфликтов в образовательных организациях: учебно-методическое пособие / А.А. Митина, И.А. Новикова, Я.Е. Измерова. – Барнаул: АК ИПКРО, 2014. – 51 с.

Формирование корпоративного духа педагогического коллектива как фактора здоровьесберегающей среды образовательной организации

*Пономарева Татьяна Викторовна,
директор МБОУ «СОШ № 52» г Барнаула*

О корпоративном духе, на первый взгляд, и его влиянии на эффективность работы организации в целом говорят в последнее время довольно много. Однако я попробую связать воедино два понятия «корпоративный дух» и «здоровьесбережение» в единое целое, выстроить модель формирования ценностей работников организации, направленных на сохранение своего здоровья и преумножения такового у учащихся.

Попробуем сформулировать понятие «корпоративный дух» не как некую абстрактность, но как некую культуру ценностей, отношений и поведения работников. **Корпоративная культура – это совокупность принимаемых всеми членами организации идей, взглядов, ценностей, которые являются ориентирами их поведения и действий.** Главный показатель развитой корпоративной культуры: убежденность всех сотрудников в том, что их организация – наилучшая в том или ином вопросе, что именно это или иное дело получается у всех не просто хорошо, а лучше чем в других организациях. Когда разные по характеру и содержанию люди объединяются для достижения единой цели и при этом отождествляют себя с организацией – можно говорить о корпоративном духе.

Отсюда можно вычленить первый принцип действия руководителя по построению модели – найти то самое объединяющее зерно, которое сплотит коллектив в осознании «Мы – лучшие!». У нас это – воспитательная система, ее патриотическая составляющая. На тот момент у нас был военно-патриотический клуб, музей органов госбезопасности. Именно вокруг этих двух составляющих и стали планироваться проекты, мероприятия налаживаться партнерские связи. Потом появилась собственная газета, потом открылись кадетские классы, потом развилось мощное волонтерское движение и т.д. Потом пришли победы учащихся от районного до всероссийского уровней. Все это сплотило и воодушевило педколлектив, родителей и просто работников школы.

А дальше, чтобы исключить стихийность в процессе формирования ценностей коллектива, необходимо, на наш взгляд, просто этот процесс возглавить, перейти к воспитанию этого самого корпоративного духа. Объединяющей идеей нашей школы стала идея заботы о здоровье, как о самой важной ценности человеческого бытия.

Совместно с родителями мы постарались создать комфортные условия для работы педагогов и учебы ребят: ремонт рекреаций, ремонт музея, библиотеки, учительской, санитарно-гигиенических комнат, ремонты самих учебных кабинетов. Постепенно школа старой постройки стала приобретать современный вид. Победа в конкурсе «Новая школа Алтая-2014» позволила

на выигранный миллион рублей оснастить кабинеты современной техникой. Такая забота о создании условий здоровьесбережения на рабочем месте, имела ответную реакцию со стороны педагогов. В образовательный процесс была внедрена междисциплинарная программа «Здоровье» В.Н. Касаткина, при чем число педагогов, вовлеченных в данный проект составило более 80 %, значительно вырос процент работников, удовлетворенных условиями работы (от настроения учителя зависит 100% успеха урока и психологическое здоровье учащихся), значительно возрос процент внеклассных мероприятий на лыжных базах, в парках отдыха, в центрах культуры и дополнительного образования города, резко возрос интерес к экскурсиям, походам за пределы города Барнаула.

Однако, корпоративный дух – больше состояние души, поэтому состояние это необходимо поддерживать всегда. Мы для себя определили следующие мотивационные моменты: внесение вопросов формирования культуры здоровья учащихся в оценочные листы педработников, система моральных поощрений – грамоты, благодарности, а также корпоративные мероприятия. Особое внимание хочется уделить важности корпоративных мероприятий: выезды совместные на базы отдыха, совместное празднование памятных дат, дней рождения сотрудников – все это способствует формированию корпоративного духа, а культуры корпоративного духа. А вот совместные мероприятия «педагоги – учащиеся», «педагоги – учащиеся – родители», где все – активные участники, проходят красной нитью в модели формирования корпоративного духа здоровьесбережения. Стало доброй традицией совместно отмечать памятные даты и праздники. В сочельник мы с ребятами и педагогами и родителей гадаем, а в масленицу угощаем друг друга блинами и жжем чучело во дворе школы, катаемся на санках и играем в лазертаг. Примеров таких совместных мероприятий можно привести множество, все они направлены на воспитания духа единения, культуры уважения, командного духа и т.д. А самым грандиозным совместным проектом стал проект «Белые журавли». Это марафон в День Великой Победы: учащиеся, педагоги во главе с директором, родители, партнеры школы в особых белых футболках, на которых фотографии дедов и прадедов – участников ВОВ, бегут в особом строю, напоминая слова одноименной песни, словно клин белых журавлей. Нас, участников, каждый год становится все больше и больше. Такие акции дают сильнейший посыл к единению, душевной близости, испытанию чувства гордости, имеют мощный воспитательный потенциал.

Способствует ли корпоративная культура духа педколлектива созданию среды здоровьесбережения? Мы теперь точно знаем, ДА! Команда – это отсутствие конфликтов, это корпоративная этика, это забота о коллегах, это быстрая и слаженная работа с четким распределением ролей, это самоорганизация и самоуправление внутриучрежденческими проектами без внешнего давления администрации, это уверенность быть услышанным. Безусловно, все эти факторы способствуют созданию среды для сбережения здоровья. Бережное отношение к собственному здоровью педагога форми-

рует такое же отношение и у учащегося. Именно мотивированный на здоровье педагог может создать такие же мотивы у ребенка.

Формирование здоровьесберегающей среды лица как условие эффективного внедрения ФГОС

*Сверчкова Людмила Васильевна,
заместитель директора по ВР
КГБОУ «Бийский лицей-интернат Алтайского края»*

Одним из важных условий успешной реализации ФГОС является создание здоровьесберегающей среды образовательного учреждения и формирование культуры здорового и безопасного образа жизни у обучающихся. В Программе развития Бийского лицея направление о здоровьесбережении всех субъектов образовательного процесса выделено в отдельный проект «Здоровье». Разрабатывая его, исходили из того, что процесс обучения не должен негативно отражаться на здоровье субъектов образовательного процесса, в нем должны присутствовать вариативные формы активности, направленные на сохранение здоровья субъектов, формирование компетенций здорового образа жизни.

Здоровье зависит от разных факторов: состояния окружающей среды, наследственности, условий жизни в семье, условий обучения в образовательном учреждении, условий работы для взрослого. Комплексное воздействие неблагоприятных факторов учебного процесса (большой объем учебной нагрузки, увеличение времени работы за компьютером, снижение двигательной активности, сокращение времени пребывания на свежем воздухе и др.) приводит к ухудшению адаптационных процессов, формированию функциональных расстройств и хронической патологии у обучающихся. Для здоровья педагогов актуальны проблемы профессионального выгорания, возрастных заболеваний. Поэтому вопросы организации здоровьесберегающей среды в лицее регулярно ставятся в повестку дня заседаний педагогических советов и административных совещаний. Рассматриваются итоги контроля за санитарно-гигиеническими условиями в лицее, распределение учебной нагрузки по дням недели в расписании уроков, соблюдение норм дозировки домашних заданий, результаты профилактических осмотров школьников, оздоровительные мероприятия для учащихся в период каникул, профилактика травматизма, санитарно-гигиеническое состояние столовой, контроль за состоянием качества питания, роль родителей в оздоровительной программе и др.

В целях сохранения физического и психического здоровья учащихся учителя лицея используют на уроках разнообразные, постоянно сменяющие друг друга виды деятельности. Используют методики, способствующие снятию проблемных ситуаций на уроках, и предотвращению психологического, эмоционального и умственного переутомления обучающихся. На всех уро-

ках в разных формах проходит изучение и обсуждение тем о здоровом образе жизни: продукты и правильное питание, режим дня и отдых, экологические проблемы, гигиена и здоровье, социальные болезни и качество жизни, и многие другие актуальные вопросы. Проводятся физкультминутки и зарядка для глаз. В кабинетах соблюдается режим проветривания.

На уроках физкультуры ведущими являются задачи, направленные на укрепление здоровья учащихся. Учителя физкультуры проводят занятия в оборудованных спортивных залах, на стадионе лицея, на катке, в бассейне «Заря». Проводятся занятия по ЛФК для учащихся с проблемами здоровья. Ученики лицея любят участвовать в спортивных мероприятиях: первенства по волейболу, баскетболу, легкоатлетические кроссы, лыжные эстафеты, «Веселые старты с родителями», «Рыцарский турнир», турниры по разным видам игр и игры на воде, спортивный праздник, посвященный Дню Победы и т.д.

На базе спортивного клуба «Лицей» работают спортивные секции: хоккей, баскетбол, волейбол, пулевая стрельба, шахматы, атлетизм, художественная гимнастика, спортивные танцы. В них занимаются 45% учащихся лицея.

Организация школьного питания является основным аспектом в формировании здорового образа жизни лицеистов. В рамках реализации проекта «Здоровье» в столовой обновлено оборудование, проведен капитальный ремонт пищеблока, обновлена мебель. В зале столовой одновременно могут разместиться более 200 человек, для дополнительного принятия пищи имеется буфет на 36 мест.

В 2012–13 учебном году в лицее был введен аппаратно-программный комплекс «Инфошкола», который позволяет производить безналичную оплату за питание. Облегчен способ групповых заказов (с любого компьютера в лицее) и оплаты за питание, охват горячим питанием увеличился. Появилась возможность расширить меню. Учащимся предлагается три комплекса ежедневно. И дополнительное меню, в которое включены выпечка, салаты, мясные блюда, напитки.

В столовой лицея работают официанты, которые обеспечивают быструю и бесперебойную работу столовой на переменах, что позволяет не задерживать учащихся для дежурства в столовой, а полноценно получать знания, заниматься дополнительным образованием.

Несмотря на очевидность здорового питания, проводится профилактическая большая работа с учащимися и родителями по пропаганде горячего питания в столовой. Проводятся тематические Дни питания, беседы о правильном питании, о вреде и пользе различных продуктов питания, о необходимости сбалансированного питания.

Для обеспечения отслеживания состояния здоровья учащихся и оказания медицинской помощи лицей располагает медицинским и процедурным кабинетами, стоматологическим кабинетом. Ежегодно проводится углубленный медицинский осмотр учащихся лицея. Все необходимые прививки учащимся осуществляются по плану, с учетом показаний. Фельдшер оказывает первичную медико-санитарную помощь.

Разработан цикл мероприятий, направленный на формирование законопослушного поведения и навыков здорового образа жизни. В 6–11 классах проводится разъяснительная работа по профилактике употребления психоактивных веществ, алкоголя, курения. Организуются встречи с инспектором ИДН, сотрудниками ФСКН, медиками наркологического кабинета. В результате реализации такой системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, наркомании и алкоголизма среди лицистов нет правонарушителей, состоящих на учете в милиции, в наркологических учреждениях.

В целях укрепления здоровья воспитателями совместно с родительским активом классов организуется активный воскресный и каникулярный отдых учащихся: экскурсии в Горный Алтай, круглогодичные походы в лесопарковую зону квартала АБ, поездки в аквапарки г. Белокуриха и г. Барнаула, посещение бассейна «Заря», походы классом на каток, на снежную горку, на лыжную базу, на конный двор.

В плане работы лица отдельно выделено направление «Дорожная безопасность». Для предупреждения детского дорожно-транспортного травматизма ежегодно, в начале учебного года, проводится месячник «Азбука пешехода» с целью восстановления навыков, связанных с безопасным поведением на улицах и дорогах, адаптации обучающихся к транспортной среде, в местах постоянного проживания и учебы, а также для обеспечения безопасности детей при организации перевозок. В 4–5-х классах ведутся уроки по ПДД. Традиционными стали такие мероприятия, как конкурс рисунков «По дороге со Смешариками», акция «Стань заметнее» и др.

Психологическая служба лица проводит комплекс мероприятий по сохранению психологического здоровья всех субъектов образовательного процесса. Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся осуществляется в течение всего времени обучения. Реализуется программа по ФЖО. С учащимися проводятся групповые и индивидуальные занятия, с родителями индивидуальные консультации. Для педагогов лица проводятся семинары: цикл «Профилактика профессионального выгорания», «Психолого-педагогическая компетентность педагога».

Зеленые уголки, мягкие диванчики, уютные холлы, комната психологической разгрузки способствуют отдыху и учеников и педагогов на переменах. Эстетическое оформление лица, создание комфортной обстановки для всех остается актуальным вопросом всегда. Появляются новые идеи и потребности, изыскиваются возможности.

Гигиеническое обучение и воспитание учащихся лица, привитие им норм и навыков здорового образа жизни носит комплексный и непрерывный характер. Проводимые мероприятия побуждают их к активным и сознательным действиям в настоящем и будущем, направляют на улучшение собственного психического и физического состояния; отказ в образе жизни от поведения, наносящего вред своему здоровью и здоровью окружающих; развитие уверенности в себе, волевых качеств, коммуникативных умений.

Повышение качества питания через реализацию программы «Разговор о правильном питании»

*Скиба Л.М., директор школы
Ведерникова С.В., заместитель директора по УВР
Тарасова Л.А., заместитель директора по ВР
МБОУ «СОШ № 5» г. Бийск*

Здоровье детей и подростков в любом обществе, в любых экономических и политических условиях является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, так как этот фактор в значительной степени определяет будущее страны. Одним из важнейших показателей, определяющих здоровье человека, является питание.

Осуществив в 2014–2015 учебном году мониторинг состояния здоровья учащихся школы, выявили группу детей и подростков, имеющих хронические заболевания, связанные с нарушением питания.

Было обследовано 400 школьников 1–11 классов. Из них:

- 4% учащихся 1–11 классов страдают ожирением;
- 2% учащихся 5–11 классов имеют хронический гастрит;
- 25% учащихся 1–11 классов подвержены частым ОРВИ.

В рамках мониторинга провели анкетирование учащихся и их родителей по вопросам, касающимся режима, структуры и организации полноценного питания. Анкетирование выявило следующие проблемы:

- недостаточная сформированность знаний о здоровой пище и рациональном питании;
- низкая культура питания.

Осознавая, важность вопроса правильного и здорового питания, учитывая запросы участников образовательного процесса, с целью формирования у школьников основ культуры питания, как одной из составляющих здорового образа жизни в школе реализуется для 1–2 классов программа «Разговор о правильном питании», разработанная в Институте возрастной физиологии Российской академии образования в 1998 году по инициативе компании «Нестле Россия», которая стала спонсором программы. Руководитель Авторского коллектива – директор института, академик Российской академии образования М.М. Безруких.

Эффективность реализации данной программы повышается за счет развития взаимодействия с родителями, сотрудниками школы, организациями, оказывающими помощь в проведении массовых мероприятий.

Содержание данной программы знакомит с основами рационального питания как составной части здорового образа жизни, представляет интерес не только для детей и педагогов, но и родителей школьников, помогает лучше и полнее использовать продукты питания, сделать пищу вкуснее и полезнее для здоровья.

Целью работы по программе «Разговор о правильном питании» является создание условий для формирования у детей и подростков основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

Среди задач, которые призвана решать данная методика, наиболее важными видятся следующие:

- формирование у детей знаний о законах здорового питания;
- расширение знаний о пользе и ценности продуктов питания;
- формирование представлений о необходимости заботы о своем здоровье и здоровом образе жизни.

Предполагаемые методы

Для решения намеченных задач и получения информации о результатах работы использовались следующие методы:

- Анализ специальной литературы;
- Педагогическое наблюдение;
- Беседа с участниками работы над программой;
- Анкетирование;

С учащимися школы проводится разъяснительная работа направленная, в первую очередь, на формирование у школьников рационального пищевого поведения, профилактику поведенческих рисков здоровью, связанных с нерациональным питанием.

Кроме того в практике нашей школы одной из форм реализации программы является летняя оздоровительная работа. В отрядах традиционно проводятся следующие мероприятия: «Что нужно есть в разное время года», «Как правильно питаться, если занимаешься спортом», «Какую пищу можно найти в лесу», «Кулинарное путешествие» по России». Большую помощь в реализации программы оказывают родители, которые проводят беседы на классных часах, контролируют питание в классах, входят в состав комиссии по организации питания в школе.

Одним из главных направлений реализации данной программы является внеклассная работа и сфера досуга. В ходе реализации программы используются разнообразные формы работы.

Досуговая деятельность предполагает проведение на основе игрового сюжета мероприятий разной направленности: интеллектуальные, развлекательные, конкурсные программы.

Содержание занятий носит игровой характер, педагоги наполняют игровые занятия со сказочными персонажами и игровыми сюжетами, что позволяет сохранить специфику младшего школьного возраста и обеспечивает интерес к последующей работе по этой программе. В нашей игротке каждая игра по-своему интересна. Лото «Продукты питания» поможет определить, что полезно нашему организму и от каких продуктов стоит отказаться. Чтобы узнать вкус ребёнка и его приоритеты в питании, проводим игру «Моя скатерть-самобранка». Динамическая игра «Весёлые повара» не только помогает научить ребёнка «варить» борщ или компот, но и заставляет его активно подвигаться, чтобы не быть последним в игре. А сколько нужно

приложить смекалки, чтобы вместе с ребёнком собрать пазлы разноцветного человечка, которому для жизни так необходимы белки, жиры, углеводы, витамины, вода и минеральные вещества!

В процессе реализации программы педагоги не забывают об одном существенном правиле: вся работа должна проводиться в системе и в союзе с родителями. Поддержка родителей, осознание ими важности и необходимости проводимой педагогом работы – неременное условие эффективности решения поставленных задач. Чтобы не возникло сомнений в пользе проведения внеклассных занятий по курсу о правильном питании, было проведено родительское собрание на тему «В чём секрет правильного питания?». При реализации программы формируется социальная поддержка. Определяющую роль в этом играют родители.

Ежегодно в нашей школе проводится неделя здорового питания, во время которой детям предоставляется возможность проявить свои творческие способности. Разрабатываются и проводятся различные мероприятия, в рамках программы «Разговор о правильном питании», ООО «Угринич» предоставляет продукцию своего завода для проведения мероприятий.

Результатом совместной работы администрации школы, педагогического коллектива, родителей и учащихся по реализации программы «Разговор о правильном питании» является следующее:

– Введена автоматизированная система безналичной оплаты в школьной столовой с использованием пластиковых карт (в школьной столовой устанавливается аппаратно-программный комплекс, обеспечивающий регистрацию ученика и быстрый ввод информации о покупаемых учеником блюдах. В системе на каждого ученика заводится лицевой счет, и выдаются пластиковая карта, связанная с этим счетом. Оплата за питание производится безналичным путем с лицевого счета ученика. При считывании карты на мониторе у кассира высвечивается фотография ребенка, по которой кассир в столовой определяют принадлежность данной карты ученику, который совершает покупку. Информация о купленных блюдах и остатках на лицевом счете, сообщается родителям по электронной почте, SMS-сообщением, а так же доступна родителям на сайте в личном кабинете ученика.

- охват горячим питанием 98% обучающихся;
- получают двухразовое питание 31% обучающихся;
- снижение заболеваемости учащихся на 22%;
- успеваемость школьников 100%;

Подводя итог, хотелось бы отметить, актуальным является для нас решение вопроса культуры питания ребенка, чтобы он с детства был пропитан пониманием, что здоровье – это основа интересной, продуктивной жизни, а основа здоровья – это правильное питание. Организация рационального сбалансированного питания детей и подростков является для нашего учреждения одним из важнейших факторов сохранения их здоровья.

Усовершенствование модели «Школа здоровья» для развития самоактуализации в условиях реализации ФГОС

*Харламова Надежда Валентиновна,
директор школы МБОУ СОШ № 30 г. Новоалтайска*

Вот уже почти 10 лет, как мы начали выстраивать педагогическую систему «Школа здоровья». Школа за это время сильно изменилась. Не только сильно изменилась её инфраструктура, но и сама организация образовательного процесса. Конечно, нам не удалось перейти на односменные занятия из-за того, что численность увеличилась на 200 учащихся. Но данная система не только хорошо работает, но и востребована родителями микрорайона, которые очень хотят попасть именно в нашу школу. Данная педагогическая система позволила нам выйти на новый уровень предоставления образовательных услуг вследствие неоднократных побед в образовательных конкурсах: в 2006 году – конкурс ПНПО «Лучшие школы России»; в 2009 году – «Новая школа Алтая»; в 2011 году – сертификат «Школа здоровья Алтая». Выигранные гранты почти в 2,5 миллиона рублей позволили полностью переоснастить школу учебным оборудованием: зал для занятий СМГ, станки и швейные машинки в кабинеты технологии, лаборатории для биологии, физики и начальной школы, ноутбуки и копировальная техника для школьной медиатеки, современная каучуковая спортивная площадка для игровых видов спорта и многое другое. Решить вопрос с заменой мебели помогли победы в городских конкурсах «Лучшие образовательные учреждения» в 2009 и 2010 гг. Школа преобразилась и получила новый импульс к активной деятельности. Одним из направлений работы стало социально-психологическое сопровождение при помощи компьютерных программ НПО «Амалтея». Работа логопедической службы также усовершенствовалась за счёт этих программ.

Структура модели «Школы здоровья», куда входили представители медико-социальных служб, позволила дважды обследовать всех ребят специалистами краевого физкультурно-оздоровительного диспансера и краевого «Центра здоровья для детей». Основными направлениями деятельности системы остаются 3 направления: внедрение во все образовательные области программы «Здоровье» В.Н. Касаткина, информационные технологии в образовательном процессе и индивидуализация обучения на старшей ступени в 10–11 классах.

С 2011 года введены новые ФГОС в начальную школу, в 2015 году на новые стандарты образования перешла основная школа. Сейчас вводятся стандарты для детей с ОВЗ, новые подходы к образованию детей-инвалидов через общероссийскую программу «Доступная среда». Следовательно, и нам необходимо усовершенствовать нашу педагогическую систему «Школы здоровья». Осенью 2015 года мы написали проект на тему «Усовершенствование модели «Школа здоровья» для развития самоактуализации обучающихся в условиях реализации ФГОС», рассчитанный на 3 года, и попали в число региональных инновационных практик. Основной акцент усовершенствований

сделан как раз для детей-инвалидов, детей с ОВЗ и организация образовательного процесса по новым стандартам. Экспертный совет школы разработал новую программу развития школы с 2016 по 2020 год, куда и вошли эти новые проекты.

Время идёт быстро и педагогический коллектив не успевает омолаживаться только за счёт ротации кадров, начинается эмоциональное выгорание и различные возрастные заболевания. Средний возраст педагогов – 49 лет, причём самому молодому 23, а самому пожилому – 77. И мне, как руководителю, необходимо заботиться о восстановлении физических и эмоциональных сил работников, для этой цели разработан проект «Профессиональное здоровье педагогов», который также вошёл в новую программу развития школы. Модель деятельности ОУ по сохранению и укреплению профессионального здоровья педагога в условиях комфортного пространства ОУ предназначена для организации внутришкольного повышения квалификации педагогов в области сохранения и укрепления здоровья субъектов образовательного процесса, педагогической работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни. Большинство проблем здоровья детей создается и решается в ходе ежедневной практической работы педагогов, т. е. связано с их профессиональной деятельностью; констатируется низкий уровень здоровья самих педагогов и его негативная зависимость от профессионального труда. Известно, что именно профессиональные риски педагогического труда (коммуникативная перегрузка, сложная модель деятельности, жесткий характер труда, низкая экономическая защищенность и престиж профессии, неблагоприятные условия работы и т.п.) создают профессиональный дистресс и являются основной причиной нарушений здоровья.

Цель проекта: становление у педагогов школы готовности к здоровому образу жизни, который является средством обеспечения их здоровья и основой для становления готовности к профессиональной деятельности по сохранению и укреплению здоровья учащихся, воспитанников.

Одним из проектов предусматриваются новые формы работы с детьми-инвалидами и детьми с ОВЗ, который ставит своей целью разработать инновационную модель комплексного психолого-медико-педагогического сопровождения развития ребенка с особыми возможностями здоровья. Задачи проекта: создание единой психологически комфортной образовательной среды, для детей, имеющих разные стартовые возможности; обеспечение диагностирования эффективности процессов коррекции, адаптации и социализации детей с ОВЗ на этапе школьного обучения; организация системы эффективного психолого-педагогического сопровождения процесса инклюзивного образования через взаимодействие диагностико-консультативного, коррекционно-развивающего, лечебно-профилактического, социально-трудового направления деятельности; преодоление негативных особенностей эмоционально-личностной сферы через включение детей в успешную деятельность; постепенное повышение мотивации ребенка на основе его личной заинтересованности и через осознанное отношение к пози-

тивной деятельности; охрана и укрепление физического и нервно-психического здоровья детей; социально-трудова́я адаптация; изменение общественного сознания по отношению к детям с особенностями в развитии; создание банка данных по комплексному сопровождению детей с ОВЗ (мониторинг эффективности реализации коррекционно-развивающих программ, мониторинги, образцы педагогической практики, для применения в других ОУ, совершенствование форм, методов и технологий сопровождения); оказание консультативной и методической помощи родителям (законным представителям) детей с ограниченными возможностями здоровья.

С введением стандартов нового поколения школам необходимо переоснащать не только налаженную систему обучения, развития, воспитания, но и непосредственно взаимоотношения с учениками. Школа становится учреждением, формирующим с первого класса навыки самообразования и самовоспитания. Смысл и значение образования меняются. Теперь это не просто усвоение знаний, а импульс к развитию способностей и ценностных установок личности учащегося. Главной целью образования становится не передача знаний и социального опыта, а развитие личности ученика с помощью самого ученика.

РАЗДЕЛ 2. ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ

Формирования культуры здорового образа жизни младших школьников через организацию физкультминуток

*Бабинчук Н.В.,
учитель начальных классов
МБОУ «СОШ № 17», г. Бийска*

Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства. В XXI веке образование предъявляет большие требования к здоровью учащихся. По мнению специалистов-медиков, 75% всех болезней заложено в детские годы, малоподвижный образ жизни становится нормой. Поэтому сейчас актуальны формирование культуры здорового образа жизни и использование здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе, при которых формируются бережное отношение к своему физическому и психическому здоровью, важнейшие социальные навыки, способствующие успешной адаптации детей в обществе.

Сохранение и укрепление здоровья – это важнейшие составляющие работы учителя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы, желание учиться. В.А. Сухомлинский утверждал, что «...забота о здоровье ребенка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил... и не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху. Это, прежде всего забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества».

Формирование здорового образа жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий должно стать главным направлением в деятельности учителя, работающего с детьми начальной школы. Одним из видов применения таких технологий должно стать регулярное использование на уроках физкультминуток.

Физкультминутка, как форма активного отдыха младших школьников, проводится на каждом уроке с целью предупреждения и снятия утомления, повышения активного внимания и работоспособности. Достигается это тем, что переключение нервной деятельности в одних областях коры головного мозга на другое, создаёт возможность ранее функционировавшим областям коры восстановить обмен веществ. Кроме того, энергичные движения и дыхание усиливают кровообращение в мозгу, что тоже способствует снятию утомления. Результатом является восстановление устойчивости внимания, поднятие общего тонуса, повышение работоспособности.

Первые признаки утомления служат сигналом к выполнению физкультминуток. Внешними проявлениями утомления является то, что дети начи-

нают чаще отвлекаться, теряют интерес и внимание, ослабевают память, нарушается почерк, снижается работоспособность. Длительность физкультминуток составляет 1–5 минут и включает комплекс из 3–4 правильно подобранных упражнений, повторяемых 4–6 раз. За такое короткое время удается снять общее или локальное утомление, значительно улучшить самочувствие детей. **Обязательное условие эффективного проведения физкультминуток** – положительный эмоциональный фон.

Требования к проведению физкультминуток:

– комплексы подбираются в зависимости от вида занятия, его содержания, должны быть разнообразны, так как однообразие снижает интерес детей к ним, а, следовательно, их результативность;

– физкультминутка проводится на начальном этапе утомления, положительном эмоциональном фоне, так как более позднее их проведение не дает желаемого результата;

– предпочтение нужно отдавать упражнениям для утомленных групп мышц;

– для каждого класса необходимо выработать 2–3 условных вербально-поведенческих знака, позволяющих быстрее и эффективнее переключать школьников в другой режим деятельности.

Физкультминутки могут быть разными по форме: оздоровительная разминка, физкультминутка в стихах, пальчиковая гимнастика, игровая пауза, зрительная гимнастика, эмоциональная разгрузка, чередование позы с учетом видов деятельности, мультимедийная физкультминутка. Упражнения можно разнообразить, изменить темп выполнения, использовать различные предметы. Они могут выполняться с музыкальным сопровождением.

Главная цель игровой двигательной разминки – дать возможность каждому ребёнку побыть в движении, почувствовать своё тело; показать ученику значение двигательной активности в жизни человека, приучать вести здоровый образ жизни.

Помимо развития физической активности детей, эти разминки должны способствовать сохранению психического здоровья детей.

Физкультминутки дают возможность «выпустить пар», разрядиться, снять с себя негативные эмоции, переключиться, отдохнуть, а за тем с новыми душевными силами взяться за трудное дело учения.

Оздоровительные физкультминутки – это часть системы использования здоровьесберегающих технологий в школе, формирования культуры здорового образа жизни.

Литература:

1. Научно-практический журнал «Завуч начальной школы», М «Просвещение», № 3 2009 г., № 5 2010 г.
2. Феоктистова В.Ф. Образовательные здоровьесберегающие технологии. – Волгоград: Учитель, 2009.
3. Захарова Т.Н. и др. Формирование здорового образа жизни у младших школьников. – Волгоград: Учитель, 2007.

4. Коваленко В.И. Здоровьесберегающие технологии. – М., 2004.
5. Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. – М.: «ВАКО», 2004.

Формирование ценностной ориентации на здоровый образ у младших школьников в учебном процессе

*Басалаева Ольга Александровна,
учитель начальных классов МБОУ «СОШ № 17
с углубленным изучением музыки и ИЗО» г. Бийска*

Одной из приоритетных задач общества и государства является воспитание нравственного, ответственного, инициативного и компетентного гражданина России. В системе общечеловеческих ценностей, которыми должно овладеть подрастающее поколение, первостепенное основополагающее место уделяется здоровью и здоровому образу жизни. Об усилении внимания государства и общества к проблеме здоровья подрастающего поколения можно судить по тем документам, которые приняты правительством. В соответствии с этим одним из ключевых направлений современного образования является сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения, разработка и внедрение здоровьесберегающих технологий и формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.

Особую значимость эта проблема приобретает на этапе начального школьного образования, что обуславливается возрастными особенностями младших школьников и их восприимчивостью к воспитательным воздействиям. Подтверждением тому является то обстоятельство, что в программах воспитания и социализации младших школьников в рамках федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования в качестве основного направления выделяется формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни. Для обеспечения успешной реализации модели формирования у младших школьников ценностной ориентации на здоровый образ жизни определены следующие педагогические условия:

- активизация интереса младших школьников к познанию возможностей человека и условий их развития;
- формирование нравственной позиции младших школьников через эмоционально-рефлексивное проживание жизненных ситуаций различного отношения людей к здоровью и здоровому образу жизни;
- проектирование в школе системы социального партнерства, основывающейся на культуросозидающих отношениях всех ее субъектов (учащихся, родителей, педагогов и администрации) в процессе приобщения младших школьников к здоровому образу жизни.

Важным направлением реализации концепции здоровьесбережения в образовательном пространстве в настоящее время является разработка

здоровьесберегающих образовательных технологий. Цель педагогической (образовательной) технологии – достижение того или иного образовательного результата в обучении, воспитании, развитии.

Можно выделить основные типы применяемых в образовательных учреждениях здоровьесберегающих образовательных технологий:

- здоровьесберегающие (профилактические прививки, обеспечение двигательной активности, витаминизация, организация здорового питания);
- оздоровительные (физическая подготовка, физиотерапия, ароматерапия, закаливание, гимнастика, массаж, фитотерапия, арттерапия);
- технологии обучения здоровью (включение соответствующих тем в предметы общеобразовательного цикла);
- воспитание культуры здоровья (факультативные занятия по развитию личности учащихся, внеклассные и внешкольные мероприятия, фестивали, конкурсы и т.д.)

Для того чтобы можно было отследить формирования культуры здорового и безопасного образа жизни субъектов образовательного процесса, следует опираться на следующие показатели эффективности:

- организационные: количественные и качественные характеристики здоровьесберегающих мероприятий;
- методические: разработка здоровьесберегающих программ, технологий, учебно-методических пособий, диагностического и коррекционного инструментария; реализация научно-исследовательских проектов, проведение научных конференций и семинаров с публикацией результатов в научных и популярных изданиях
- психофизические: положительная динамика физического развития, снижение уровня заболеваемости участников образовательного процесса, повышение адаптационных возможностей, оптимизация эмоционально-волевого статуса, улучшение психического состояния, снижение тревожности, агрессии;
- личностные: формирование личностных компетенций, способствующих сохранению и укреплению здоровья, а именно – компетенций здоровьесбережения; компетенций самосовершенствования, саморазвития, самооздоровления; компетенций успешного социального взаимодействия (сотрудничество, толерантность, уважение и др.).

Организация образовательного процесса строится с учетом гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеурочной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях).

Формирование культуры, здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности может быть реализовано с помощью предметов. Система учебников формирует установку школьников на безопасный, здоровый образ жизни. С этой целью предусмотрены соответствующие разделы и темы. Их содержание направлено на обсуждение с детьми проблем, связанных с безопасностью жизни, укреплением собственного физического, нравственного и духовного здоровья, активным отдыхом.

В ходе учебного процесса, на уроках русского языка, математики, чтения, основ безопасности жизнедеятельности, ознакомления с окружающим миром, технологии, иностранного языка, основ светской этики дети получают необходимые теоретические представления об экологии, о культуре здоровья, физической культуре как виде культуры человека. Это достигается через содержание учебного материала.

В курсе «Окружающий мир» – это разделы: «Природа и человек», «Здоровье и безопасность», «Мы и наше здоровье» и др. При выполнении упражнений на уроках русского языка учащиеся обсуждают вопросы внешнего облика ученика, соблюдения правил перехода улицы, активного отдыха летом и зимой. Формированию бережного отношения к природе, материальным и духовным ценностям России и мира способствуют разделы, темы учебников, художественные тексты, упражнения, задачи, иллюстративный и фотоматериал с вопросами для последующего обсуждения. В курсе «Технология» при первом знакомстве с каждым инструментом или приспособлением в учебниках обязательно вводятся правила безопасной работы с ним. В курсе «Иностранный язык» в учебниках содержится достаточное количество информации, направленной на воспитание ценностного отношения к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей, на развитие интереса к прогулкам на природе. Учащиеся приобретают первоначальные представления о роли физической культуры, знакомятся с понятием «Олимпийские игры». В курсе «Основы светской этики» тема труда, образования, природы проходит через содержание всех учебников, но наиболее убедительно раскрывается на специальных уроках: «Ценность и польза образования», «Отношение к природе», «Христианин в труде», «Отношение христиан к природе» и др.

В курсе «Физическая культура» весь материал учебника (1–4 кл.) способствует выработке установки на безопасный, здоровый образ жизни.

В учебном процессе педагоги применяют методы и методики обучения, адекватные возрастным возможностям и особенностям обучающихся. Используемый в школе учебно-методический комплекс «Перспективная начальная школа» содержит материал для регулярного проведения учеником самооценки результатов собственных достижений на разных этапах обучения: в результате работы на конкретном уроке, в результате изучения темы или раздела. Система заданий направленных на самооценку результатов собственных достижений, их сравнение с предыдущими результатами, на осознание происходящих приращений знаний, способствует формированию рефлексивной самооценки, личностной заинтересованности в приобретении, расширении знаний и способов действий. Содержание учебников имеет культурологический, этический и личностно ориентированный характер и обеспечивает возможность понимания школьниками основных правил поведения в обществе на основе традиционных духовных идеалов и нравственных норм. Достижению указанных личностных результатов способствует тесная связь изучаемого материала с повседневной жизнью ребенка, с реальными проблемами окружающего мира, материал о правах ребенка, о

государственных и семейных праздниках и знаменательных датах. Особую актуальность имеет учебный материал, связанный с проблемой безопасного поведения ребенка в природном и социальном окружении. В школе соблюдаются все требования к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.

Литература:

1. Комаров В.И., Сауткин В.Ф. Положение о безопасности обучающегося (воспитанника) и сотрудника ОУ // Практика административной работы в школе. – 2005. – № 6. – С. 26–27.

2. Мошкин В.Н. Воспитание культуры безопасности школьников: монография / В.Н. Мошкин. – Барнаул: Изд-во БГПУ, 2002. – 315 с.

3. Мошкин В.Н. Культура безопасности в содержании школьного образования // Преподаватель XXI век. – М., 2004. – № 1.

4. Чуракова Р.Г. Пространство натяжения смысла в УМК «Перспективная начальная школа» (Концептуальные основы личностно-ориентированной развивающей системы воспитания и обучения). – М.: Академкнига/Учебник.

Метод здоровьесберегающих проектов на уроках английского языка как способ формирования культуры здоровья учащихся в условиях реализации новых федеральных государственных образовательных стандартов

*Балуева Татьяна Ивановна,
учитель английского языка
МБОУ «СОШ № 30» г. Новоалтайск*

Формирование универсальных учебных действий включает технологию сбережения здоровья обучающихся и воспитанников. Каждая учебная дисциплина обладает большими потенциальными возможностями для внедрения здоровьесформирующих образовательных технологий, направленных на формирование представления о здоровье как ценности, воспитание у учащихся культуры здоровья [1]. Функция учителя состоит в управлении образовательно-воспитательной системой и помощи учащимся в их развивающей деятельности: приемы, методы, комплекс образовательных и воспитательных задач, направленный на формирование у учащихся убежденности в необходимости сохранения и укрепления здоровья, специальный набор дидактических материалов здоровьесбережения является основой для внедрения здоровьесберегающих технологий в практику. К здоровьесберегающим следует отнести следующие педагогические технологии: модульное обучение, обеспечивающее индивидуализацию образовательного процесса по темпу усвоения, по уровню самостоятельности, по методам и способам учения, по способам контроля и самоконтроля. Под модулем обучения понима-

ется план учебной деятельности ученика (технологическая карта), который составляется учителем. Модульная технология преобразует образовательный процесс так, что ученики самостоятельно (полностью или частично) обучаются по целевой индивидуализированной программе – коллективный способ обучения – проектная технология, в которой ученикам дается задание для самостоятельной работы, и они сами определяют, в каком режиме будут выполнять проект. [3]

Проблема компетентного подхода в образовании на сегодняшний день продолжает оставаться достаточно актуальной. Компетентный подход выдвигает на первое место умение решать проблемы, возникающие в практической деятельности, овладение способами деятельности. Какой метод может быть достаточно гибким, чтобы использовать как способ сохранения здоровья в образовании, одновременно являясь эффективной технологией формирования компетенций культуры здоровья? Такой интегрированной технологией, апробированной мировым педагогическим сообществом в течение последних ста лет, является метод проектов [2].

Метод проектов, прикладной инструментальный компетентного подхода, выдвигает на первое место умение решать вопросы, возникающие в жизни. Обрести компетентность можно лишь при самостоятельной формулировке проблемы, поиска необходимых для её решения знаний.

Способом развития требуемых компетенций становится специально организованная деятельность учащегося, основными направлениями которой становятся: его самостоятельная работа, проектирование конкретного внешнего образовательного результата в физическом объекте из реальной жизни, осуществление эксперимента как субъективного микро открытия [3, 4]. Метод проектов можно применять в обычном классе, в контексте самостоятельной индивидуальной или групповой работы учащихся в течение различного по продолжительности времени образовательного взаимодействия. Можно использовать исследовательские, творческие, ролевые, игровые, ознакомительно-ориентировочные (информационные), практико-ориентированные (прикладные) проекты.

Опираясь на типологические признаки проектов [5], можно предложить варианты для начальной школы, в содержание которых легко интегрировать проблемы здоровья, соблюдая идею непрерывного формирования здоровья, экологически целесообразного и безопасного поведения, расширяющегося на ступени основного образования (5–9 классы).

Автор спланировала темы проектов с включением разделов программы «Здоровье» под редакцией профессора В.Н. Касаткина в содержание предмета иностранный язык. Интеграция данной программы происходила через содержательный аспект, а именно через реализацию содержания разделов программы в учебном предмете. На основании данной программы вносились изменения в положение о рабочей программе педагога. При организации и проведении урока акцент делается на соблюдение здоровьесберегающих технологий, которые рассматриваются как качественная характеристика любой образовательной технологии, как совокупность прин-

ципов, приемов, методов педагогической работы, которые дополняют любую технологию обучения, воспитания задачами здоровьесбережения.

Интегрированное тематическое планирование для 5 классов по ФГОС
Темы проектов «Английский в фокусе» авторы: Ю.Е. Ваулина, Д. Дули,
О.Е. Подоляко, В. Эванс.

Раздел 1 Самопознание через ощущение, чувство и образ	Тема My secret diary. Unit 4a, p 57	Описать себя, свои эмоции, объяснить отношение к разным профессиям, увлечениям.
Раздел 2 Я и другие.	Тема Family and friends. Unit 7b, p 89	Что происходит в твоём родном доме, рассказать о своей семье. Общение с одноклассниками
Раздел 3 Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний.	Тема A paragraph describing a daily routine. Unit 6a, p 77	Индивидуальный режим физических и умственных нагрузок. Отдых
Раздел 4 Питание и здоровье.	Тема A paragraph about celebration. Unit 8a, p 97	Национальные традиционные блюда мира. Что ты любишь есть? Что вы готовите в праздники? Какие блюда полезны для организма?
Раздел 5 Основы личной безопасности и профилактика травматизма. Безопасное поведение на дорогах.	Тема Web page for tourists. Unit 7d, p 91 A holiday advert. Unit 10a, p 117	Безопасное поведение путешествуя в горах, занимаясь рафтингом, езда на велосипеде
Бытовой и уличный травматизм.	Тема A holiday advert. Unit 10a, p 117	Правила безопасности на экскурсиях, в поездках
Раздел 6 Культура потребления медицинских услуг.	Тема Spotlight on Russia: See You at Summer Camp! (с. 12) «Just a note» Unit 10c	Какие болезни могут быть, где получить медицинскую помощь. Правила личной гигиены в лагере. «Болезни, недомогания», советы что необходимо делать

Литература

1. Бабенкова Евгения Алексеевна, к.п.н., ведущий научный сотрудник Института возрастной физиологии Российской академии образования «Дидактические модули здоровьесбережения на уроках»

2. Абаскалова Н.П., Зверкова А.Ю. «Здоровьеориентированные педагогические технологии в системе непрерывного образования (на примере метода проектов)», Новосибирск 2013

3. Зверкова А. Ю., Заяленциц О. Л., Коротенко Т. Н. «Метод проектов как форма управления конструированием содержания дошкольного и начального образования детей» / Образование нового века: проблемы, актуальные исследования, перспективы развития: материалы Международной научно-практической заочной конференции (Москва, 16 июня 2012 г.). – М.: Логос, 2012. – 148 с. – с. 38–58

4. Зверкова А.Ю. «Реализация метода проектов как форма контроля приобретаемых компетенций при подготовке преподавателя дошкольной педагогики и психологии» /Современные проблемы общей и коррекционной педагогики и психологии детства: Материалы VII Всероссийской научно-практической конференции (Новосибирск, 16–17 мая 2011 г.) / под редакцией А.Ю. Зверковой, У.М. Дмитриевой. – Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2012 – с. 74–78

5. Е.С. Полат, М.Ю. Бухаркина, М. В. Моисеева, А. Е Петров. «Новые педагогические и информационные технологии в системе образования» /; Под ред. Е. С. Полат. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 272 с.

Домашнее задание по физической культуре как форма физического воспитания и укрепления здоровья обучающихся

*Володарский Владимир Викторович,
Шипунова Екатерина Сергеевна,
учителя физической культуры
МБОУ «СОШ № 17» г. Бийска*

Одна из основных задач физического воспитания в школе – формирование у школьников потребности в личном физическом совершенствовании. Достижение этой цели возможно лишь при решении ряда промежуточных задач: воспитания у школьников устойчивого интереса к физической культуре, формирования у них навыков и умений самостоятельных занятий, содействия внедрению занятий физической культурой в режим дня.

Цель домашнего задания заключается в улучшении школьником своих двигательных показателей, повышения функционального состояния организма. Работа по внедрению домашних заданий начинается с проведения бесед с родителями, классными руководителями о значении и необходимости регулярных занятий физическими упражнениями.

Важным средством физического воспитания учащихся являются домашние задания. Выполнение их – одна из форм самостоятельной работы школьников, характерной особенностью которой является отсутствие непосредственной помощи и руководства со стороны учителя.

Практика подтвердила главное назначение домашних заданий – укрепление здоровья школьников, повышение уровня их физического развития и двигательной подготовленности, закрепление пройденного на уро-

ках. Домашние задания по физической культуре вошли неотъемлемой частью в режим дня школьника, способствуют внедрению физической культуры в быт.

Домашние задания помогают учащимся овладевать программным материалом и решает проблему воспитания у школьников привычки систематически заниматься физическими упражнениями.

Чтобы повлиять на уровень двигательной активности школьников, улучшить функциональное состояние систем организма и сформировать положительное отношение к занятиям физической культурой, разработан комплекс домашних упражнений с разным уровнем сложности. В связи с этим домашнее задание по физической культуре является одной из самых эффективных форм физического воспитания, позволяющее реально охватить самостоятельными занятиями каждого школьника. Домашние задания по физической культуре по своему содержанию становятся логическим продолжением учебной работы. Формирования этой потребности во многом зависит от проводимой учителем работы по совершенствованию навыков. Знания о том, как самостоятельно заниматься физическими упражнениями и какими именно, ученики должны получать на уроке.

Методика сообщения домашних заданий должна быть направлена на то, чтобы учащиеся имели четкое представление о содержании задаваемых на дом упражнений, дозировке, условиях, обеспечивающих безопасность их выполнения, знали, как контролировать и оценивать предлагаемые упражнения с точки зрения соблюдения правильной техники, в какой последовательности повторять.

В процессе организации домашних заданий необходимо соблюдать следующие условия.

1. Упражнения должны быть несложными по координации и не требующие страховки.

2. Необходимо стремиться к осознанному выполнению упражнений детьми, доходчиво объясняя цель каждого.

3. Задания по физкультуре дети получают после ознакомления с учебным материалом на уроке.

4. Каждое задание должно подробно объясняться с тем, чтобы учащиеся ясно представляли содержание и технику выполнения упражнения.

5. Для самостоятельного выполнения подбирают упражнения, количественные результаты которых, при систематическом выполнении, увеличиваются через определённое время.

6. По времени выполнения задания делятся на кратковременные и долговременные. Задаются индивидуально и по группам. По данным опроса учителей индивидуальные задания по физкультуре более эффективны, чем групповые по данным опроса учителей.

7. Контроль за их выполнением осуществляется на уроках преподавателем физической культуры, в домашних условиях взрослыми.

8. Проверка проводится текущим, фронтальным способом. Проверяется правильность выполнения упражнений, оценивается прирост количе-

ственных показателей. Поэтому важно на начальном этапе точно определить максимальные возможности учащихся в выполнении упражнения, предлагаемого для самостоятельного выполнения, чтобы быть уверенным, что увеличение результата есть результат самостоятельной деятельности. При старательном, систематическом выполнении заданий практически каждый учащийся может улучшить свой результат независимо от уровня двигательной подготовки. С учётом уровня физической подготовленности, задания со временем усложняются.

9. Для формирования позитивного отношения учащихся к самостоятельному выполнению физических упражнений необходима постоянная, положительная мотивация к физической культуре, т.к. отношение учащихся к урокам физкультуры, интерес к самостоятельному выполнению упражнений является одним из важных условий эффективности самостоятельной учебной деятельности

10. Параллельно с формированием мотивации к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, воспитывается интерес к физической культуре.

11. Большое значение в формировании интереса к занятиям физкультуры играет занимаемая позиция семьи учащегося в этом вопросе. Интерес возникает и становится стойким, при условии, когда родители привлекают детей к занятиям физической культуры с младшего школьного возраста.

12. Каждый ребёнок нуждается в одобрении своей деятельности, в поощрении за достижения, ставшие результатом его собственного.

В связи с этим домашнее задание по физической культуре является одной из самых эффективных форм физического воспитания и укрепления здоровья, позволяющее реально охватить самостоятельными занятиями каждого школьника.

Литература:

1. Гужаловский, А. А. Развитие двигательных качеств у школьников – Минск, 1998. – 88 с.
2. Долодина, О. П. Физическая культура в школе. – № 6. – 2003. – С. 23.
3. Кузнецова, Г. А. Основные правила самостоятельных занятий , 2009. – 213 с.
4. Мейксон, Г. Б. Спорт в школе. – 2000. – № 3. – С. 23–29.
5. Масленников, С. М. Физическая культура в школе. – № 12. – 2001. – С. 20.

Из опыта работы использование современных технологий на уроках физической культуры

*Волошина Ирина Петровна,
учитель физической культуры
МБОУ «Гусиноляговская основная школа»
Бурлинского района*

Тесная связь состояния здоровья и физической работоспособности с образом жизни, объёмом и характером повседневной двигательной активности доказана многочисленными исследованиями (Н.А. Агаджанян, Н.М. Амосов, Г.Л. Апонасенко, В.К. Бальсевич, Л.П. Матвеев, Р.Е. Мотылянская, И.В. Муравов, и многие другие), которые свидетельствуют о том, что «оптимальная физическая нагрузка в сочетании с рациональным питанием и образом жизни является наиболее эффективной в предупреждении многих заболеваний и увеличении продолжительности жизни».

В системе использую задания по комментированию техники выполнения упражнений другими учениками, например, по основам знаний, правилам страховки и самостраховки, взаимообучения и взаимоконтроля.

Так, на каждом уроке после сообщения и уяснения учебных заданий и соответствующей организационно-подготовительной работы учащиеся получают возможность, во-первых, после необходимого инструктажа помогать друг другу при выполнении упражнений в парах, тройках, посплощадочно в шеренгах. Во-вторых, выполнять роль помощников учителя. В-третьих, помогать одноклассникам, когда сами юные инструкторы поняли и уже освоили разбираемые упражнения.

Данные методы являются составной частью методики личностно-ориентированного обучения на уроках физической культуры. Личностно-ориентированные технологии и групповой метод.

С первых уроков использую практические задания, способствующие формированию у учащихся умений самостоятельно решать отдельные задачи урока. На примере предлагаемых ниже задач и соответствующих им заданий для учащихся разного возраста и с разным уровнем сформированности навыков самостоятельности провожу разминку с группой одноклассников. Для 2–4 классов разминка способствует освоению роли ведущего в упражнении при помощи следующих заданий:

- 1.Выполняя упражнение, вести подсчет вместе с проводящим.
- 2.Классифицировать ошибки, допущенные проводящим при проведении упражнения (указать, где они допущены: в объяснении показа, подаче команд, в подсчете).
- 3.Самостоятельно подобрать упражнение и выполнить его с группой. При оценке выполнения учитывается сформированность умений: а) выделять (объяснять, показывать) исходное положение; б) правильно подавать команду к началу и окончанию упражнения; в) ритмично вести подсчет.

В 5–7 классах для общей части разминки провожу следующие упражнения:

1. Упражнения, из числа ранее изученных, на подготовку определенной группы мышц.

2. Указываю часть тела, которую нужно подготовить к предстоящей работе. Задание учащимся: подобрать и выполнить упражнения для подготовки соответствующих групп мышц.

3. По предварительно полученному заданию готовлю и провожу с группой учащихся комплекс общеразвивающих упражнений. Оценку выполнения осуществляю по соответствию упражнений целям разминки и правилам их расположения в комплексе.

В 8–9 классах предлагаю учащимся задания, способствующие освоению ими приемов и средств проведения отдельных частей общей и специальной разминки:

1. Самостоятельно подготовить и провести с группой учащихся комплекс упражнений.

2. Найти возможные изменения в проведении разминки (в ее содержании, формах организации, в собственных действиях или действиях партнеров), направленные на более эффективное решение поставленных учебных задач.

В младших классах групповую работу провожу по схеме. Так, начиная обучать технике акробатических упражнений (кувырок вперед, назад, стойка на лопатках), я выявляю ученика, который первым начинает правильно выполнять это упражнение. Совместно с ним разбираем ошибки, которые допускают его одноклассники, уточняем способы их устранения. После такой подготовки он уже может самостоятельно работать с группой одноклассников. Если еще кто-то из учеников хорошо осваивает технику выполнения упражнения, я направляю его в группу к первому ученику, который проверяет его умение видеть и исправлять ошибки, обучает приемам оказания помощи и страховки и дает ему своеобразный допуск к обучению товарищей, за которых он несет ответственность. Это длится до тех пор, пока в данном классе образуется 5–6 мест занятий, на которых идет учебный процесс. Себе же я оставляю наиболее слабо физически и технически подготовленных учащихся.

В процессе самостоятельной работы происходит передача учащимся некоторых функций контроля за учебным процессом. При этом в младших классах поручается преимущественно количественная оценка выполнения движений, а старшеклассники постепенно осваивают и качественную оценку выполняемых упражнений.

Особенности обучения игровым видам спорта. На занятиях игровыми видами спорта использую «технология расчлененного обучения при освоении сложных технико-тактических действий в условиях, близких к игровым, что позволяет подготовить учащихся к освоению и закреплению навыков учебной игры и способствует развитию быстроты, силы и специальной выносливости и навыкам выполнения двигательных действий» т.е. технике иг-

ры. Это значит – регулировать прилагаемые усилия, быстроту выполнения, форму, амплитуду, направление движения. В зависимости от особенностей и сложности изучаемой техники действия, физической подготовленности занимающихся двигательное действие разучиваем по частям или в целом. На этом этапе разучивания действия применяю подводящие упражнения в условиях, облегчающих выполнение движений. Осуществляю исправление ошибок, указывая на ошибку, предъявляя правильное исполнение и предоставляя ученику дополнительные попытки овладеть правильным способом выполнения. Используя метод целостного исполнения действия, в комплексе с ним применяю зрительную, звуковую и двигательную наглядность, направленную на создание ощущений правильного исполнения деталей техники. На этом этапе использую комплекс разнообразных средств:

1. Упражнения для укрепления мышечной системы и всего организма с учетом особенностей изучаемого двигательного действия.

2. Подводящие упражнения, которые подготавливают к освоению основного действия путем его целостной имитации либо частичного воспроизведения в упрощенной форме.

Практика проведения уроков доказала эффективность метода вариативного упражнения с разным уровнем регламентации вариативности действий и условий выполнения: 1) строгая, 2) нестрогая.

В первом случае выбираю следующие методические приемы:

1. строго заданное варьирование отдельных характеристик или всего освоенного двигательного действия (изменение силовых параметров, например прыжки в длину или вверх с места в полную силу, в полсилы; изменение скорости по предварительному заданию и внезапному сигналу темпа движений и пр.);

2. изменение исходных и конечных положений (бег из положения приседа, упора лежа; выполнение упражнений с мячом из исходного положения: стоя, сидя, в приседе; варьирование конечных положений – бросок мяча вверх из исходного положения стоя – ловля сидя и наоборот);

3. изменение способов выполнения действия (бег лицом вперед, спиной, боком по направлению движения, прыжки в длину или глубину, стоя спиной или боком по направлению прыжка и т.п.);

4. «зеркальное» выполнение упражнений (смена толчковой и маховой ноги в прыжках в высоту и длину с разбега, метание спортивных снарядов «неведущей» рукой и т.п.);

Заключение

Благодаря умелой организации групповой работы при личностно-ориентированном обучении учащимся прививаются такие важные личностные качества, как толерантность и коллективизм, совершенствуется физическое мастерство, укрепляется здоровье школьников.

Литература:

1. Сериков В.В. Личностно ориентированное образование. Теория и практика проектирования. – М.: Логос, 1999.

Здоровьесбережение на уроках информатики

*Ганов Андрей Алексеевич,
учитель физики и информатики
МКОУ «Мирная СОШ» Зонального района*

Здоровье детей в школе является самым важным показателем, определяющим здоровье нации, так как именно в школьном возрасте формируется наше здоровье. Важнейшей задачей, которая стоит перед современным образованием – это сохранение здоровья школьников.

Среди всех учебных дисциплин особняком стоит урок информатики, так как именно на этих уроках наиболее большое количество вредных факторов, негативно воздействуют на организм детей.

В современной жизни информационные технологии проникли во все сферы жизни человека, на данном этапе развития общества представить человека обходящегося без них, практически невозможно. В стенах любого общеобразовательного учреждения обучение связано с работой за компьютером. Работа учителя, должна быть направлена не только на обучение, но и на сохранение здоровья детей.

Современные средства информационно-коммуникационных технологий дают возможность повышения эффективности качества образования, играют большую роль в формировании новой системы образования. Они способствуют интенсивности и результативности обучения.

Основными вредными факторами влияющими на состояние здоровья школьников, работающих за компьютером являются:

- сидячее положение в течение длительного времени;
- утомление глаз, нагрузка на зрение;
- перегрузка суставов кистей;
- воздействие электромагнитного поля

Всем школьникам должно быть рассказано о негативных факторах при неправильной работе за компьютером, как на уроках информатики, так и в домашних условиях.

Здоровьесберегающие технологии, применяемые на уроках информатики, можно разделить на два направления:

- Гигиеническое – обеспечение оптимальных гигиенических и органолептических условий образовательного процесса;
- Организационное – правильная организации рабочего места в учебном процессе и обеспечение достаточной физической активности школьников при работе за компьютером.

Наличие негативных факторов при работе за компьютером необходимо минимизировать, так как отказаться от информационных технологий в учебно-воспитательном процессе в современной школе невозможно. При правильной организации учебного процесса можно свести вредное воздействие практически до нуля.

В первую очередь необходимо обратить внимание на соблюдение санитарно-гигиенических норм. По САНПиНу, ученикам разных классов, разрешается сидеть за монитором определенное время. Непрерывная длительность занятий непосредственно за компьютером не должна превышать:

- для учащихся I классов (7 лет) – 10 минут;
- для учащихся II–V классов – 15 минут;
- для учащихся VI–VII классов – 20 минут;
- для учащихся VIII–IX классов – 25 минут;
- для учащихся X–XI классов на первом часу учебных занятий 30 минут, на втором – 20 минут.

Немаловажное значение имеет сам кабинет информатики. Оформление и правильно подобранная мебель в кабинете, снижают вредное воздействие негативных фактов. В кабинете на стендах, должны присутствовать правила поведения и техника безопасности в компьютерном классе. Важно соблюдать температурный режим, поддерживать комфортную влажность воздуха, регулярно проветривать кабинет.

Непосредственно при работе за компьютером, необходимо соблюдать правильную рабочую позу. Посадке учеников необходимо уделять внимание на каждом уроке. Для этого в кабинете должен быть стенд, с указанием правильного положения при работе за компьютером. Правильная рабочая поза позволяет избегать перенапряжения мышц, способствует лучшему кровотоку и дыханию.

Конечно же при работе за компьютером идёт большая нагрузка на глаза. Для снятия нагрузки на зрение, необходимо регулярно выполнять упражнения для глаз.

На уроках необходимо обязательно проводить физкультминутку. Для проведения физкультминутки должен быть разработан комплекс упражнений для разных групп мышц, только тогда она окажет максимальный профилактический эффект на здоровье учеников.

Таким образом, здоровьесберегающие технологии способствуют сохранению и укреплению здоровья детей, а здоровье, как известно, нельзя купить, его можно только сохранить.

Использование здоровьесберегающих технологий на уроке

*Гурьянова Людмила Петровна,
учитель начальных классов
МБОУ СОШ № 30 г. Новоалтайска.*

Вопросы здоровья детей всегда были и остаются актуальными. За последнее десятилетие в РФ проявились отчетливые негативные тенденции в состоянии здоровья детей. Поэтому не случайно ФГОС второго поколения ставит перед школой задачу – формирование ценности здорового и без-

опасного образа жизни. С момента поступления в школу общая двигательная активность ребенка снижается почти наполовину.

Большая роль в данном вопросе отводится учителю. Учитель должен организовать учебный процесс так, чтобы обучение не наносило ущерба здоровью школьника.

Уроки провожу с применением здоровьесберегающих технологий доктора В.Ф. Базарного. В классе стоит специальная мебель с наклонной поверхностью – парты и конторки. Она способствует проведению учебных занятий в смене динамических поз. Тем самым сохраняется и укрепляется его позвоночник, осанка. Во время урока дети имеют возможность выбрать: сидеть ему или стоять на массажных ковриках из натуральных материалов. Особенно важны такие упражнения для предупреждения плоскостопия.

Каждый день за пять минут до первого урока в классе проводится зарядка. В течение урока провожу не менее двух физкультминуток. Для укрепления зрения обязательны упражнения, направленные на сохранение остроты зрения. Для этого в классе висит офтальмотренажер. Один раз в месяц столы переставляю, используя различные варианты. Условия для этого есть. Между столами достаточно свободного места для удовлетворения потребности ребенка в движении. Опыт показал, что детям важно при работе смотреть в глаза друг другу. Стараюсь расставить столы так, чтобы была возможность работать парами и в группах. Моя задача индивидуально подойти к каждому ребенку при организации учебного процесса. На переменах дети могут отдохнуть в игровом уголке в классе, где на ковре лежат кресла-мешки.

Фрагменты урока математики в 1 классе.

Упражнения для мышц шеи и плечевого пояса в самом начале урока:

- сделать глубокий вдох, затем, наклоняясь вперед к крышке парты, выдох (повторить 5 раз);
- крепко зажмурим глаза, потом открыть (4 раза);
- руки на пояс, поворачивая голову в стороны, смотреть попеременно на правый и левый локоть (4–5 раз);
- смотреть сначала на доску 2–3 секунды, затем на кончик пальца перед собой 3–5 секунд (5–6 раз);
- руки вытянуть вперед и, смотря на кончики пальцев, поднимать их и опускать (5–6 раз);
- держа указательный палец правой руки перед собой, проводить рукой слева направо (4–5 раз) («маятник»).

Тема. Задача.

Цели: Создать условия для усвоения и развития УУД;

Овладение понятием «задача», распознавание задачи в ряду похожих объектов. Создать условия для сохранения и укрепления здоровья.

Подробно расписываю планируемые результаты: Личностные, Регулятивные, Познавательные, Коммуникативные.

Основные понятия. Задача, условие, вопрос.

Ресурсы: И.И. Аргинская, Е.И. Ивановская, С.Н. Кормишина, Математика. Учебник для 1-го класса. Часть 1. С. 34, Тетрадь № 1; Интерактивная доска.

Демонстрационные материалы: алгоритм решения задачи; карточки с выражениями; карточки с планом; презентация; веер с цифрами.

Организация пространства Фронтальная работа, индивидуальная работа в группах, парах.

Этапы урока.

1. Эмоциональный настрой

Планируемые результаты: формирование установки на здоровый образ жизни (Л). Коммуникативные УУД

2. Мотивация учебной деятельности. Совместно договариваться о правилах работы в группе; оформлять свои мысли в устной форме (коммуникативные УУД); Проговаривать последовательность действий на уроке (регулятивные УУД, личностные УУД).

Физ. минутка (для глаз). Офтальмотренажер.

3. Актуализация знаний. Знать состав числа 10.

Ориентироваться в своей системе знаний (познавательные УУД).

4. Принятие УЗ. Обнаруживать и формулировать учебную проблему совместно с учителем (регулятивные УУД). Ориентироваться в своей системе знаний и осознавать необходимость нового знания (познавательные УУД).

5. Формулирование темы урока, постановка цели, планирование. Определять и формулировать цель на уроке с помощью учителя (РУУД).

Динамическая смена поз.

6. Открытие нового знания. Осознанно проговаривать план; высказывать своё предположение (регулятивные УУД). Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт; вычитывать все виды текстовой информации (познавательные УУД).

Физ. минутка. На массажных ковриках дети выполняют упражнения «Ноги» (интерактивная доска)

7. Применение нового знания. Соотносить все тексты и выбирать задачу. Осознанно следовать алгоритму: проговаривать последовательность действий на уроке; работать по плану (регулятивные УУД); оформлять свои мысли в устной, письменной форме (коммуникативные УУД); находить и исправлять ошибки самостоятельно (регулятивные УУД); вместе с учителем учиться выработать критерии оценки и определять степень успешности выполнения своей работы и работы других (регулятивные УУД).

Физминутка на ковриках (Музыкальная, «Медвежья» покачивания).

8. Контроль и оценка.

9. Рефлексия учебной деятельности на уроке: оформлять свои мысли в устной форме (коммуникативные УУД); соотносить результат своей деятельности с целью и оценивать его (регулятивные УУД); слушать и понимать речь других; оформлять свои мысли в устной форме (коммуникативные УУД).

10. Творческая работа дома. Сделать рисунок: условие задачи.

Заключение. Кроме этого на уроках: организую работу со «зрительными метками», использую «сенсорные кресты», детское хоровое пение, основанное на народных песнях и классической музыке.

Здоровьесберегающие технологии, используемые мной на уроках и во внеурочное время, позволяют эффективно решать одну из самых злободневных задач современного образования: сохранение и укрепление здоровья школьника. Регулярный контроль основных показателей состояния здоровья учащихся, и на основании полученных результатов позволяют выработать рациональный индивидуальный подход к процессу обучения, который содействует оздоровлению учащихся. Наблюдается рост медицинской грамотности, двигательной активности детей, устойчивое снижение острых заболеваний, функциональной напряженности учащихся на уроках, что способствует повышению качества знаний у учащихся.

Литература:

1. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие технологии в работе учителя и школы. – М.: АРКТИ, 2003.
2. Базарный Б.Ф. Нервно-психическое утомление учащихся в традиционной школьной среде. – Сергиев Посад, 1995.
3. Базарный В.Ф. Здоровье и развитие ребенка: Экспресс-контроль в школе и дома. – М., 2005.
4. Базарный В.Ф. Нервно-психическое утомление учащихся в традиционной школьной среде. – Сергиев Посад, 1995.
5. Базарный В. Ф. Школьный стресс и демографическая катастрофа России. – Сергиев Посад, 2004.
6. Базарный В. Ф. Школа возрождения или школа вырождения. – Москва, «Осознание», 2012.
7. Митина Е.П. Здоровьесберегающие технологии сегодня и завтра / «Начальная школа», № 6, 2006.

Интернет-ресурсы:

1. http://easyen.ru/load/nachalnykh/fizminutki_na_urokakh/319
2. <http://ppt4web.ru/nachalnaja-shkola/fizminutka-dlja-nog.html>
3. <http://images.yandex.ru/yandsearch?sourcehttp://www.it-n.ru>

Педагогические условия реализации основной образовательной программы

*Жаркова Елена Васильевна,
учитель физической культуры
МБОУ «СОШ № 1» г. Белокуриха*

Педагогические условия реализации ООП определены содержанием и требованиями стандарта общего образования. Изменился стандарт – прин-

ципально изменилась и система педагогических условий, обеспечивающих их реализацию.

Изменения коснулись не только содержания и способов оценки результата образования, как единого комплекса показателей, описывающих знание, метапредметные и даже личностные достижения ребенка, но и мировоззрения педагогов.

Одним из ключевых становится понятие универсальных учебных действий. Формирование УУД и их оценка во многом связаны с требованиями к профессионализму современного педагога средней школы. Согласно требованиям Федеральных государственных образовательных стандартов, и метапредметные, и личностные образовательные результаты подлежат целенаправленному формированию и отслеживанию, а метапредметные результаты – еще и оценке. УУД формируются постепенно и поэтапно. Вывести обучающихся на высокий метапредметный и личностный результат педагог может только в результате систематической, постоянной работы по формированию универсальных учебных действий в течение всего периода обучения детей в основной школе. Для отслеживания продвижения каждого ребенка по пути формирования УУД и эффективности педагогической работы необходим мониторинг (профессиональная деятельность по отслеживанию состояния или развития какого-либо предмета изучения, которая позволяет оценить результативность осуществляемой деятельности и принять своевременные и обоснованные решения).

Система педагогического сопровождения введения ФГОС необходимым компонентом образования, реализующим социально-психологическое проектирование, экспертизу и мониторинг условий для личностного, интеллектуального и социального развития детей и молодежи, для охраны психологического здоровья и оказания психолого-педагогической помощи (поддержки) всем участникам образовательного процесса в соответствии с целями и задачами системы образования.

Педагогическое сопровождение реализации ФГОС обеспечение развивающего характера образования. Введение нового стандарта общего образования существенно изменяет всю образовательную ситуацию в школе: важное место в образовательном процессе занимают психическое здоровье обучающихся, индивидуализация образовательных маршрутов, создание психологически безопасной и комфортной образовательной среды.

Цель психолого-педагогического сопровождения ФГОС ООО – создание социально-психологических условий для развития личности обучающихся и их успешного обучения.

Для успешного обучения и полноценного развития обучающихся педагогу-психологу совместно с педагогическим коллективом необходимо решить следующие задачи:

Выявлять и отслеживать динамику психологического развития школьника с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в обучении, общении и психическом состоянии.

1. Совершенствовать систему психолого-педагогической поддержки пятиклассников в период адаптации при переходе в среднее звено, позволяющей им приспособиться к новым школьным требованиям и развиваться, совершенствоваться в различных сферах общения и деятельности.

2. Создавать специальные социально-психологические условия, позволяющие осуществлять развивающую работу с детьми, испытывающими проблемы в психологическом развитии и обучении с учетом специфики возрастного психофизического развития обучающихся.

3. Формировать у обучающихся способности к самопознанию, саморазвитию и самоопределению с целью их дальнейшей социализации.

4. Оказывать психолого-педагогическую поддержку всех участников образовательного процесса путем обеспечения вариативности направлений и форм, а также диверсификации уровней психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса.

В рамках психолого-педагогической работы осуществляются следующие *направления деятельности*:

1. Психолого-педагогическая диагностика, направленная на выявление статуса школьников: особенностей психического развития ребенка, сформированных определенных психологических новообразований, соответствия уровня развития умений, знаний, навыков, личностных и межличностных образований возрастным ориентирам и требованиям общества.

2. Консультативная работа с педагогами, родителями, школьной администрацией – помощь в решении тех проблем, с которыми к психологу обращаются педагоги, обучающиеся, родители.

3. Психологическое просвещение – формирование психологической культуры, развитие психолого-педагогической компетентности педагогов, родителей и обучающихся.

4. Развивающая работа, ориентированная на оказание помощи детям, испытывающим трудности в школьной адаптации, обучении и развитии. Эти трудности могут проявляться в поведении, обучении, самочувствии ребенка. Оказание помощи осуществляется в форме групповой и индивидуальной развивающей работы.

Литература.

1. Особенности личностного и профессионального развития субъектов образовательного пространства в современных социально-экономических условиях. Под редакцией Л. М. Митиной М.: 2010.

2. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Основная школа. М.: «Просвещение» 2011.

3. Хухлаева О.В. Школьная психологическая служба, М.: 2008.

Сохранение психического здоровья младших школьников на уроках литературного чтения через творческую деятельность

*Н.Г. Залалиева,
учитель начальных классов
МБОУ «СОШ № 17» г. Бийска*

«Забота о здоровье ребёнка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил...и не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху. Это, прежде всего, забота о гармоничной полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества», один из ведущих постулатов В.А. Сухомлинского.

Основные задачи начального общего образования: развитие личности школьника, его творческих способностей, интереса к учению, формирование желания и умения учиться. Решение этих задач возможно, когда работа школы направлена на сохранение и укрепление здоровья учащихся, и она может считаться полноценной и эффективной тогда, когда в полной мере учитывают личностно-ориентированный подход к ребёнку с опорой на его жизненный опыт.

Творчество, исследовательский поиск являются основным способом существования ребёнка в пространстве личностно-ориентированного образования. Но духовные, физические, интеллектуальные возможности детей ещё слишком малы, чтобы самостоятельно справиться с творческими задачами обучения и жизненными проблемами. Ребёнку нужна педагогическая помощь и поддержка.

Ставлю задачи: учить детей творчеству, воспитывать в каждом ребёнке самостоятельную личность, владеющую инструментарием саморазвития и самосовершенствования, умеющую находить эффективные способы решения проблемы, осуществлять поиск нужной информации, критически мыслить, вступать в дискуссию.

Освоение технологии проектно-исследовательской деятельности позволило мне создать условия для оптимального развития каждого ребёнка.

Отмечаю, что работа над проектами обогащает ребёнка новыми знаниями, пробуждает и укрепляет в нём интерес к познавательной деятельности, помогает систематизировать знания, развивает творческий потенциал. Проектная деятельность учит работать в команде.

Примеры детских проектов – это рисунок, поделка, рассказ, считалка, загадка, спектакль, концерт, газета, книга, выставка рисунков, модель, макет, викторина, исследование и т. д.

Структура организации проектно-исследовательской деятельности: мотив – проблема – цель – задачи – методы и способы – план – действия – результат – рефлексия.

Творчество определяется психологами как привнесение в мир нового. Это индивидуальный стиль личности.

Развитие творческого потенциала человека осуществляется благодаря обогащению его эмоциональной сферы, формированию нестандартного, продуктивного мышления, становлению индивидуальности.

Как и любое творчество, чтение – эмоциональная деятельность, которая основывается на личностном восприятии и воссоздании образов художественного произведения в своем воображении. Чтение как речевая и читательская деятельность взаимосвязано с другими видами деятельности и зависит от развития каждого и всех вместе. Различные виды деятельности обогащают опыт, чувства, совершенствуют мышление детей. Каждый вид, обладая своими специфическими средствами, вносит что-то свое, особое, оригинальное и неповторимое в развитие личности.

На уроках литературного чтения представляю учащимся широкое пространство для творчества:

- собственные сочинения сказок, рассказов, стихов, загадок, считалок,
- игры-драматизации (драматизация сказок),
- выставки рисунков,
- составление кроссвордов, моделей

Особенно разнообразна речевая деятельность детей. В школьной практике применяются такие виды рассказывания:

- составление рассказа по плану;
- придумывание историй с включением пословицы или поговорки;
- «объяснялки» (ребенок выполняет роль взрослого, объясняющего значение слова); и т.д.

Для того чтобы ребенок мог проявить себя в творческой, в частности литературной деятельности, мало только воображения, фантазии и даже желания. Творчеству нужно учить, раскрывая его этапы, помогая овладеть необходимыми умениями и действиями сначала по образцу. Собственным детским сочинениям должна предшествовать пошаговая работа на каждом этапе создания текста.

Литературное творчество позволяет развивать как одаренных детей, так и детей, требующих коррекционной работы. Каждому ребенку необходим индивидуальный подход: объяснить, помочь, поддержать, похвалить.

Система творческих заданий должна отвечать следующим требованиям:

1) познавательные творческие задания должны строиться на междисциплинарной интегративной основе и содействовать развитию памяти, внимания, воображения детей;

2) творческие задания должны подбираться с учетом рациональной последовательности их предъявления: от репродуктивных, направленных на актуализацию имеющихся знаний, к частично-поисковым, а затем и к собственно творческим;

3) система заданий должна вести к развитию гибкости ума, любознательности, умения выдвигать и проверять гипотезы.

Одним из видов детских проектов является рисунок. Созданию рисунков к литературным произведениям отводится большое место. Основной

критерий участия школьника в проекте – его интерес, желание. Дети с удовольствием занимаются этим видом творчества. Ребенок сам легко находит нужную ему степень свободы при иллюстрировании книг. Рисуя иллюстрации, дети делятся впечатлениями от прочитанного, то есть реализуют потребность в общении, повторно изучают и осмысливают текст, (идет «проживание»), подкрепляется интерес к тексту произведения, происходит сближение различных предметов школьного курса, формируются навыки организации рабочего пространства и использования рабочего времени.

Творческая индивидуальная работа подчиняется общей цели – созданию книжки-малышки. В результате книга принадлежит всему коллективу создателей, согретая теплом рук маленьких творцов. Дети получили удовольствие от совместной деятельности.

Прием драматизации упражняет детей в умении «вчувствоваться» в другого, войти в его положение. Каждому ребенку присущ театральный инстинкт – стремление посредством игры побывать в роли другого, расширив тем самым границы своего бытия.

Детям предлагаю представить чудесную сказочную ситуацию, вообразить действия героев сказки, передать их характер и настроение походкой, жестами, голосом. Знакомые сюжеты можно варьировать, дополнять действующих лиц. Даже самые стеснительные дети вовлекались в творческий процесс, раскрепощались, проявляли фантазию и находчивость. Они творили и выдумывали с необыкновенной увлеченностью.

Возможные формы драматизаций: кукольный театр, костюмированные представления по известным сказкам и рассказам, драматизация сказок.

Показатели сформированности творческой активности детей:

1. Высокий уровень интереса к урокам литературного чтения.
2. Способность к фантазированию, воображению и моделированию.
3. Проявление догадливости, сообразительности.
4. Проявление радостных эмоций в процессе работы.
5. Способность переживать ситуацию успеха, наслаждаться процессом творчества.
6. Стремление к оригинальности.

Развивая творческие способности, я учитываю личностно-ориентированный подход к ребенку с опорой на его жизненный опыт, а значит, создаю условия для сохранения и укрепления здоровья учащихся.

Литература:

1. Оморокова, М.И. Основы обучения чтению младших школьников. – М.: Вентана-Граф, 2005. – 126 с.
2. Галеева, Н.Л. Сто приемов для учебного успеха ученика на уроках в начальной школе. – М.: Знания, 2007

Программа формирования личной безопасности в условиях реализации рабочей программы по биологии для 5–9 классов

*Катанаева Людмила Александровна,
учитель биологии МБОУ «Солонешенская СОШ»
с. Солонешное*

В формировании здоровья, как и в любой сфере деятельности, необходима разработка определенных принципов, придающих единство и системность в его реализации. В рассматриваемой проблеме к таким основополагающим необходимо отнести следующие принципы [1, с. 4].

Принцип системности [1, с. 69] Школьная адаптация представляет собой процесс формирования механизма приспособления ребенка к требованиям и условиям обучения. Ее результатом становится адекватный механизм, приводящий к адаптированности, обеспечивающий успешность последующей учебной деятельности.

На уроке ребенок нередко испытывает состояние дистресса – отрицательного стресса. Причин таких состояний ученика множество: это и «комплекс ботаника», и давление в семье, и учебные нагрузки, и т.д. Школьный стресс по силе воздействия ничем не отличается от серьезного, традиционного, взрослого стресса. уроках биологии есть возможность, не отвлекаясь от учебного процесса, частично снизить эмоциональное напряжение ребенка. Кроме того, данный принцип работы поможет ребёнку приспособиться к учебным действиям на каждом конкретном уроке биологии. Таким «стрессоподавителем» на уроке биологии должна быть работа детей, насыщенная контактами с природными материалами. Природные объекты, используемые на лабораторных и практических занятиях, хорошо знакомы ученикам во внеурочной деятельности, и дети могут легче воспринимать научность данных объектов на уроке.

Так, например, при выполнении лабораторной работы «Знакомство с внешним строением побегов растения» в пятом классе знакомая ветка растения становится объектом научного исследования и вместо бытового термина «ветка» появляется биологический термин «побег». В шестом классе этот же биологический объект становится частью научного эксперимента на уроке при выполнении лабораторной работы «Черенкование комнатных растений».

Принцип опосредованности [1, с. 69] Одно из приоритетных направлений педагогической деятельности – сохранение и укрепление здоровья детей через формирование осознанного отношения к своему здоровью. Содержание учебного материала на уроках биологии способствует формированию первичных навыков медицинской культуры обучающихся: правильная оценка учащимися своего жизненного опыта с точки зрения требований гигиены и физиологическое обоснование гигиенических правил способствуют выработке у учащихся сознательного отношения к их выполнению.

Формирование санитарно-гигиенических навыков тесно связано с самообразованием.

Так, например, при изучении темы «Тип Круглые черви» в седьмом классе ученики имеют возможность сопоставить свои личные гигиенические действия по сохранению здоровья с профилактическими мероприятиями развития аскаридоза у ребенка. Оценивая плюсы и минусы своего поведения, ученики исправляют или полностью меняют свои санитарно-гигиенические навыки.

Принцип индивидуальности [1, с. 70] Тенденция современного образования – защитить интересы и здоровье ребенка. Желание педагога сохранить здоровье своего ученика заставляет учителя обращаться к личностно-ориентированным технологиям, к которым относится и дифференциация учебного процесса. Изменяются позиции ученика на уроке – от прилежного исполнения к активному творчеству – процесс, в результате которого может быть создан продукт: презентация мини-доклада, мини-проект и т.д. по интересующей ученика теме, с его собственным, дизайнерским размахом. Увлеченная работа над темой учебного продукта снижает риск переутомления ученика, кроме того, пока ребенок прорабатывает материал, реализует свои знания – формируется ответственность за свое здоровье.

Так, например, проектируя «медицинский баннер» при изучении темы «Гигиена дыхания» в восьмом классе, ученики через рисунки, объемные аппликации имеют возможность проявить свою творческую «жилку». Но при этом, следуя предложенному учителем плану изучения причин, симптомов и профилактики заболеваний детей, на эмоциональном уровне, запоминают и осознают значимость гигиенических требований к своему здоровью.

Принцип организованной среды. Предполагает регуляцию потоков информации в условиях УВП в соответствии с психофизиологическими особенностями формирования когнитивной сферы ребенка.[1, с. 70] При этом модулируется содержание учебного материала, методы преподавания. Для современного ребенка источниками информации, чаще всего, служит Сеть Интернет и телевидение, реже – это могут быть книги (чаще учебник), газеты и журналы и т.д. Перед учителем стоит задача воспитать информационно-культурного человека, который сумеет в массе информации отобрать тот минимум полезных сведений, который необходим для решения конкретной задачи. Правильно организованный учебный процесс на уроке и при выполнении домашнего задания поможет избежать эмоционального и физического перенапряжения ученика, а также даст возможность развивать у детей элементы познавательного процесса: ощущение, восприятие, память, мышление, воображение.

Например, к уроку «Наследственные болезни человека» в одиннадцатом классе ученикам предлагается подготовить мини-доклад «Виды наследственных заболеваний». Каждый ученик исследует материал по определенному виду наследственного заболевания и прорабатывает он его в соответствии с планом, предоставленным учителем:

– симптомы заболевания;

- причины заболевания;
- возможность профилактики наследственного заболевания.

Прорабатывая материал, ученики не забывают и о критериях презентации своего доклада: материал выучен, а значит проанализирован; мультимедийная презентация, если присутствует, соответствует требованиям подготовки данного продукта.

Анализируя материал заполненной по ходу урока таблице, ученики делают вывод о критериях классификации наследственных болезней: генетические, хромосомные, с наследственной предрасположенностью.

Принцип саморазвития и саморегуляции [1, с. 70] Повышение зависимости ребенка от учителя снижает его поисковую активность и стрессоустойчивость. Человек всегда стремится контролировать ситуацию, разворачивающуюся вокруг своей личности. С этой целью он осуществляет поисковую активность – деятельность, направленная на сохранение благоприятной ситуации, вопреки угрожающим факторам. И ребенок не исключение в этой стратегии. Мотивом поисковой активности может быть получение удовольствия от процесса. Этаким «дух авантюризма», дающий ребенку возможность адаптироваться к меняющимся условиям, повысив тем самым свою стрессоустойчивость. Поисковая активность осуществляется успешнее, когда отсутствует определенный прогноз конечных результатов и существует учет промежуточных результатов деятельности – ожидание лучше, чем реальность.

Так тему «Нормы питания. Обмен белков, жиров, углеводов» в восьмом классе ученики, совместно с учителем, прорабатывают, решая биологическую задачу. Дети самостоятельно оценивают определения, каких терминов необходимо узнать для решения задачи, вспоминают значение для организма групп органических веществ. Решая задачу, ученики сопоставляют калорийность реально съеденных ими блюд с теоретически достоверными нормативами для своего возраста. Итогом урока является самостоятельная коррекция норм питания, необходимых подростковому возрасту.

Анализируя выше сказанное и исходя из того, что понятие личная безопасность человека включает в себя своевременное выявление, предупреждение и нейтрализацию реальных и потенциальных угроз личности, в рамках учебной деятельности осуществляется предупреждение угрозы здоровью – формирование соответствующих представлений о здоровье – «безопасное мышление».

Литература

1. Лопуга В.Ф., Лопуга Е.В. «Теория и практика школы здоровья. Методическое пособие», Барнаул: Центр валеологии АК ИПКРО, 2003, 122 с.

2. Постановление Главного государственного врача РФ от 29 декабря 2010 г № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (с изменениями и дополнениями) – электронная версия документа.

Здоровьесберегающие технологии на уроках технического труда

*Кормачев Сергей Борисович,
учитель технического труда
МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 17
с углубленным изучением музыки и ИЗО» г. Бийска*

Проблема здоровья детей сегодня как никогда актуальна. Каждый из нас знает, что установка на здоровый образ жизни не появляется у человека сама по себе, а формируется в результате определенного педагогического взаимодействия. Одной из центральных задач модернизации образования является построение здоровьесберегающего образования. Данная задача не может быть решена, если мы не будем, сами осознанно относиться к своему здоровью. В настоящее время можно с уверенностью сказать, что именно учитель, в состоянии сделать для здоровья современного ученика больше, даже чем врач. Школьное образование в наши дни предъявляет большие требования к здоровью учащихся.

Анализ причин «школьных болезней» привел врачей к заключению о неудовлетворительной организации обучения, приводящей к нарушению здоровья. К этим недостаткам образования относятся

- недостаточная освещенность классов; - плохой воздух школьных помещений;

- неправильная форма и величина школьных столов;
- перегрузка учебными занятиями.

Психолого-педагогические факторы, оказывающие неблагоприятное воздействие на здоровье учащихся.

- стрессовая тактика авторитарной педагогики;
- интенсификация учебного процесса, т.е. увеличение темпа и объема учебной нагрузки;

- несоответствие технологий обучения возрастным особенностям учащихся;

- несоблюдение элементарных физико-гигиенических требований к организации учебного процесса;

- отсутствие у учащихся элементарных знаний о том, как стать здоровым. Здоровьесберегающие технологии на уроках трудового обучения и технологии

- задача особой важности для преподавателей этих предметов. На уроках трудового обучения, прежде всего, создаются условия для здорового развития детей.

Ещё один организационный момент начала урока связан с проверкой состояния кабинета, учебного оборудования, рабочих мест и проверкой отсутствующих. Учитель ещё на перемене должен проверить подготовку кабинета к работе: состояние парт, доски, освещённость, а также при необходимости – проветрить помещение. А каждый ученик должен быть приучен своевременно до начала урока приводить свое рабочее место в порядок:

положить на стол нужные тетради, книги, другие учебные принадлежности и убрать с него все лишнее, если оно есть. Учащиеся должны быть готовы и к выполнению обязанностей дежурных, от которых следует добиваться того, чтобы учебное помещение к началу каждого урока было проветрено и убрано, классная доска вымыта, находились на своем месте чистая влажная тряпка и мел. Более того, учитель должен быть всегда готов помочь учащимся в решении этих вопросов. Так должно быть в идеале. Но, как известно кабинеты технического труда можно считать самыми «грязными». Если работать только в тетрадях и на доске в классе будет чисто. Но учащиеся должны работать руками и делать изделия своими руками. Которые они очень ценят. И здесь, я стараюсь все работы отдавать детям. Они должны показать своим родителям. И здесь возникают небольшие проблемы. Если убирать класса на «отлично», необходимо прекращать работу минут за 20. Я иду другим путем. Каждый убирает свое место минут за пять. Дежурные убирают крупные заготовки. И большая часть уборки достается последнему классу.

С первых минут урока, с приветствия нужно создать обстановку доброжелательности, положительный эмоциональный настрой, т.к. у учащихся развита интуитивная способность улавливать эмоциональный настрой учителя. Не составляет исключения в этом смысле, и организация начала урока технологии.

Огромное значение в предупреждении утомления является четкая организация учебного труда, поэтому необходимо проводить работу по профилактике стрессов. Хорошие результаты дает работа в парах, в группах, как на местах. Хорошим антистрессовым моментом на уроке является стимулирование учащихся к использованию различных способов решения, без боязни ошибиться, получить неправильный ответ. При оценке такой работы необходимо учитывать не только полученный результат, но и степень усердия ученика. В конце урока нужно обсудить не только то, что усвоено нового, но выяснить, что понравилось на уроке, какие вопросы хотелось бы повторить, задания какого типа выполнить. При оценивании результатов выполненной работы объясняю, почему ставлю такую оценку. К более «сильным» учащимся и спрос больший. И ученики понимают это. Согласно требованиям ФГОС по предмету «Индустриальные технологии» считаю, что есть недостатки. Многие темы раньше изучали в седьмых классах. Учащиеся не понимают темы связанные с черчением. При работе в рабочих тетрадях учащимися тратится много времени. Вместо положенных двадцати минут учащиеся работают урок. Да и ожидаемый учебный результат, согласно методическим пособиям, советует знать общее представление о том или иной технологическом процессе. Это считаю не правильно.

Ученик способен сосредоточиться лишь на том, что ему интересно, нравится, поэтому задача учителя – помочь ученику преодолеть усталость, уныние, неудовлетворенность. Ребенку должно быть интересно на уроке. Неудовлетворенность, не облагороженная разумом, может привести к агрессивности, мнительности, тревожности. Учитель должен постоянно заботиться о сохранении психического здоровья детей в норме, повышать устойчивость

нервной системы учащихся в преодолении трудностей. Необходимо постоянно заботиться о том, чтобы привести в согласие притязания ученика и его возможности. Составляющие здоровьесберегающих технологий на уроках трудового обучения по профилю «Индустриальные технологии»

1. Качественные инструменты и приспособления для ручной обработки.

2. Инструкции по технике безопасности.

3. Проведение специальных упражнений на смену деятельности и расслабление. Не нужно забывать и о том, что отдых – это смена видов деятельности. Поэтому при планировании урока нужно отводить время на отдых.

4. Профессиональная подготовка педагога.

Участвуя в практических занятиях, учащиеся получают дополнительную физическую разгрузку. Многочисленными медицинскими исследованиями установлено, что посильный труд оказывает благотворное влияние на развивающийся организм детей и подростков. Эта работа требует определенных физических усилий, при которых основная нагрузка ложится на костно-мышечный аппарат. Последний, в свою очередь, способствует нормальной деятельности сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, пищеварения, усиливает обмен веществ, стимулирует крепкий, здоровый сон, повышает работоспособность и выносливость. Однако, при этом необходимо организовать занятия, так чтобы они соответствовали возрастным, половым и индивидуальным возможностям каждого учащегося, а также предполагали обязательное соблюдение правил гигиены, безопасности труда и требований к режиму и условиям. Большое значение на уроках технологии имеет соблюдение правил техники безопасности и санитарно-гигиенических требований, которые направлены на предупреждение травматизма и сохранение здоровья учащихся.

Приемы и методы работы на уроках необходимые для мальчиков. В классах мальчиков необходимо предложить высокий темп подачи материала с широким спектром разнообразной нестандартно поданной информации. Обязательно разнообразие и постоянное обновление предлагаемых для решения задач с большим количеством логических заданий и минимальным повторением пройденного материала. Работа на уроке должна строиться в режиме поисковой активности с акцентом на самостоятельность принимаемых решений.

Формулирование правил, выявление закономерностей и осмысление теоретического материала проводить после практической работы, то есть через опыт. В работе с мальчиками целесообразно дозированная эмоциональность в подаче учебного материала, «включение» положительной эмоциональной окраски материала после его логического осмысления. Кроме того, можно использовать групповые формы работы с обязательной сменой лидера. Оценка полученных результатов в дискуссиях, то есть вербальных результатов, может быть положительной или отрицательной, но обязательно конкретной и конструктивной. Необходимо делать упор на визуальную информацию, располагаемую столбиками. Но теперь с введением ФГОС с пятых

классов по предмету «Индустриальные технологии» девочки и девушки имеют возможность выбирать этот предмет. И такой пример есть у меня. Уроки технология вместе с учениками посещает и ученица. И если говорить о ее результатах, они значительно выше большинства юношей. Имеет грамоты и дипломы городского и краевого и всероссийского уровней. Многие говорят, что мои уроки убивают в ней женственность. Не согласен. Кроме занятий по технологии, она посещает кружки по танцам (по танцам лауреат краевых конкурсов), прекрасно поет.

Задачи учителя:

1. Научить ученика работать без напряжения, а значит беречь свои силы.

2. Проводить чередование различных видов деятельности: опрос, письмо, чтение, слушание, рассматривание наглядных пособий, образцов изделий, практическая работа.

3. Создание эмоционального климата на уроке.

4. Создание ситуации успеха

5. Проведение физкультминуток

Задачи проведения физкультминуток:

1. Отдых, отвлечение от изучаемого материала и практической работы.

2. Отдых, даваемый учителю.

3. Восстановление и активизация организма учащихся и учителя.

Упражнения, входящие в физкультминутки не должны загружать школьника физически, а давать возможность восстановить деятельность тех областей, на которые приходится основная нагрузка – это глаза, руки, спина, шея, психологическая разгрузка мозга.

Вывод: Использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе позволяет обучающимся успешно адаптироваться в образовательном процессе и реализовывать свои творческие способности.

Литература.

1. Луценко Н.И. Здоровьесберегающие технологии на уроках технического труда www.uchkopilka.ru

2. <http://infourok.ru/zdorovesberegayuschie-tehnologii-na-urokah-tehnologii-534234.html>

Интеграция психологических коррекционно-развивающих упражнений и игр на уроках физической культуры

*Кулиш Марина Михайловна, учитель физической культуры и педагог-психолог
МБОУ «Гимназия № 85» г. Барнаул*

Интеграция психологических коррекционно-развивающих упражнений и игр на уроках физической культуры способствует совершенствованию компетенций, необходимых для успешной реализации требований ФГОС.

Применение подобной интеграции способствует физическому развитию и физической подготовленности детей, а также развитию их интеллектуальных способностей и направленному формированию социальных навыков.

Существует некое противоречие между необходимостью наделить школьника специальными знаниями о себе, способствовать самореализации личности и отсутствием в школьной программе учебных предметов, способных вооружить его этим знанием. Поэтому уже в начальной школе правильная организация физической активности способствует тому, что физические упражнения благоприятно воздействуют на психическое развитие детей.

Познавательные интересы младших школьников складываются постепенно. Они не могут возникать сразу при поступлении в школу. Для маленького школьника выполнение интеллектуальных операций всегда связано с трудностями. На уроках физической культуры можно использовать упражнения, направленные на развитие основных когнитивных (познавательных) процессов, таких как мышление, воображение, память, внимание. Например, для развития процесса мышления и речи можно использовать психологические игры «Противоположности», «Выражение мысли другими словами», «Путаница». Для развития воображения «Измени конец сказки», «Оживим картинку». В игре «В магазине зеркал» развивается память, а в играх «Будь внимателен!», «Карлики и великаны», «Каждой руке – свое дело» внимание [3, с. 42].

Кроме того, на уроках физической культуры можно использовать элементы коррекционно-развивающей работы с младшими школьниками по следующим направлениям:

- развитие навыков общения;
- коррекция и развитие эмоциональной сферы;
- упражнения для работы с тревожными и застенчивыми детьми;
- упражнения для работы с агрессивными и конфликтными детьми;
- психогимнастика;
- релаксационные игры и упражнения.

Следует отметить, что большинство народных подвижных игр имеют выраженный игротерапевтический характер. В модельных условиях они способствуют формированию и развитию социальных и, в первую очередь, коммуникативных навыков.

Подвижные игры – это вариант сюжетно-ролевой игры с упрощенными ролями, акцент в которых делается в основном на соблюдение и выполнение правил.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом, и притом много раз, одни и те же движения, не замечая усталости, что приводит к развитию выносливости.

Таким образом, физическая и психическая компоненты в подвижных играх тесно взаимосвязаны. Игры укрепляют различные группы мышц, тренируют вестибулярный аппарат, способствуют профилактике нарушений зрения и осанки. Непринужденность обстановки, свобода импровизации, нацеленность педагога на создание у детей эмоционального подъема, отсутствие проигравших – все это создает у игроков состояние особого психологического комфорта.

Наблюдая за тем, как дети выполняют забавные игровые задания, можно в определенной степени оценить уровень их физической подготовленности, степень развития физических качеств, уровень зрелости нервных процессов. Например, мы наблюдаем положительную динамику развития физических качеств (координация движений, быстрота реакции) и изменений в психической сфере (методика КОС и таблица Шульте) учащихся 3-х классов нашей гимназии.

Развитие навыков общения на уроках физической культуры.

Особую проблему в младшем школьном возрасте представляют коммуникативные трудности, возникающие в отношениях с учителями и сверстниками, – от негативизма, агрессивности и непослушания ребенка до выраженных форм страха и неуверенности, робости. Наиболее адекватной формой деятельности для решения указанных коррекционных задач является групповая игра. Например, такие игры как «Путаница», «Послушный мячик», «Подари движение» и другие.

Развитие эмоциональной сферы на уроках физической культуры.

Поступление в школу изменяет эмоциональную сферу ребенка. Повышенная эмоциональная напряженность приводит к снижению активности и устойчивости поведения ребенка в фрустрирующих ситуациях, деструктивному поведению в форме агрессивности или торможения. Для снятия эмоционального напряжения у ребенка, снижения чувства страха, снятия отрицательных эмоций, развитие эмпатийных способностей и т.д. используются специальные подвижные игры. Такие как «Заколдованный ребенок», «Лисичка подслушивает», «Лови-лови!» и другие.

Коррекция застенчивости и тревожности на уроках физической культуры.

Застенчивые дети очень болезненно реагируют на какие-либо изменения в их жизни, испытывают страх перед чужими людьми и новой обстановкой. Застенчивый ребенок знает, что надо делать, хочет этого, но не может применить свои знания. Снять внутреннее напряжение, почувствовать себя свободно им помогут специально организованные игры. Организуя такие игры, лучше создать для ребенка ситуацию успешности, а потом похвалить его за смелость и ловкость. Примеры таких игр «Зайки и слоники», «Скульптура», «Драка» [2].

Коррекция агрессии и конфликтности на уроках физической культуры.

Повышенная агрессивность детей является одной из наиболее частых проблем в детском коллективе. Она волнует не только педагогов, но и роди-

телей. Очевидно, что каждый агрессивный акт имеет определенный повод и осуществляется в конкретной ситуации.

Для того чтобы коррекционная работа по отреагированию гнева была эффективной и успешной, необходимо помочь ребенку отреагировать ситуацию в целом и избавиться от целого комплекса травмирующих переживаний. Например, пластическое изображение гнева, отреагирование гнева через движение, «Маленькое привидение», «Бокс» и другие [2].

Кроме положительного и коррекционного значения игротерапии на уроках физической культуры можно использовать психогимнастику.

Психогимнастика относится к невербальным методам групповой психокоррекции, в основе которой лежит использование двигательной экспрессии. Это курс специальных занятий (этюдов, упражнений, игр), направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка (его познавательной и эмоционально-личностной сферы). В ходе занятий дети изучают различные эмоции, обучаются азбуке выражения эмоций – выразительным движениям.

Релаксационные игры и упражнения на уроках физической культуры.

Тело и психика младшего школьника интенсивно развивается. Чрезмерные нагрузки на организм и психику современного ребенка велики, поэтому включение в его жизнедеятельность релаксационных упражнений способствует развитию навыков саморегуляции, снятию утомления, вызванного интенсивными интеллектуальными нагрузками, укреплению здоровья ребенка. Проводить игры можно как с музыкальным сопровождением, так и без него. Например «Качели», «Путешествие на облаке», «Почесать спинку» и другие.

В процессе интеграции знаний по психологии и физической культуры ребенок приобретает черты большей индивидуальности в поведении, интересах, ценностях, личностных особенностях.

Литература:

1. Родионов В.А. Коррекция девиантного поведения детей и подростков с помощью дифференцированного применения средств двигательной активности//Школа здоровья, 1996, № 4.
2. Самохина Н.В. Игры в школе и дома. Психотехнические упражнения и коррекционные программы. – М., 1995.

Проблемы обеспечения объективности измерений при проведении испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

*Лопуга Елена Владимировна,
доцент кафедры естественнонаучных дисциплин,
ОБЖ и физической культуры КГБУ ДПО АКИПКРО*

«Комплексом мер по стимулированию различных возрастных групп населения к выполнению нормативов и требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на 2015–2017 годы» и Приказом Минобрнауки № 839 от 28.07.2014 предусмотрен учет индивидуальных достижений по выполнению нормативов и требований ВФСК ГТО поступающих на обучение по образовательным программам высшего образования. В связи с этим возрастает «цена» серебряного и (или) золотого значка, полученного за результаты контрольных испытаний Комплекса ГТО. А значит, остро встают вопросы о стандартизации условий сдачи контрольных нормативов и компетентности судей, принимающих испытания.

В «Методическом пособии по подготовке граждан, в том числе по самостоятельной подготовке граждан и по подготовке лиц, подлежащих призыву на военную службу, к выполнению нормативов и требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» в Главе III представлен проект Дорожной карты по подготовке к открытию Центра тестирования по выполнению видов испытаний (тестов), нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта по программе Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), который предусматривает «формирование регионального реестра базы данных кадрового состава, привлекаемого к организации и реализации мероприятий по программе комплекса ГТО в центрах тестирования» (с. 68).

Согласно приказу Минспорта России от 29 августа 2014 № 739 «Об утверждении порядка организации и проведения тестирования населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 декабря 2014 года, регистрационный номер 35050), судьей центра тестирования может стать спортивный судья, прошедший специальную подготовку и получивший соответствующую квалификацию в соответствии с положением о спортивных судьях утвержденный приказом Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации от 27 ноября 2008 г. № 56 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 19 января 2009 года, регистрационный номер 13114). Также судьями центра тестирования могут стать тренеры, тренеры-преподаватели и иные специалисты учреждения, имеющих квалификационные категории судей, с последующим направлением лиц, задействованных в работе

центров тестирования ГТО на повышение квалификации (при согласовании с региональным представителем).

В Алтайском крае в организации и проведении тестирования граждан, отнесенных к I–VI возрастным ступеням, т.е. обучающихся общеобразовательных организаций и организаций начального профессионального образования, широко задействованы учителя физической культуры и преподаватели физического воспитания.

Опыт проведения Фестивалей и иных мероприятий ГТО для школьников, прошедших в прошлом учебном году, выявил ряд недостатков кадрового обеспечения контрольных испытаний. Так, например, тренеры-преподаватели, судьи по плаванию, назначенные принимать поднимание туловища из положения лежа на спине или сгибание и разгибание рук, некорректно фиксировали демонстрируемые результаты. Учителя физической культуры, имеющие категории судей по спорту (баскетбол, волейбол и др.), испытывали затруднения по приему нормативов по стрельбе, легкой атлетике и др.

Очевидно, что по аналогии с имеющимися Положением и Порядком проведения квалификационных испытаний экспертов государственной итоговой аттестации (Экспертов ОГЭ и ЕГЭ), необходимо разработать Положение и Порядок проведения квалификационных испытаний судей ГТО.

КГБУ ДПО «Алтайский краевой институт повышения квалификации работников образования» в июне 2015 г. подготовлены учебно-методические комплексы «Организационно-методические основы проведения тестирования в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» для учителей физической культуры, руководителей муниципальных методических объединений учителей физической культуры, тренеров-преподавателей ДЮСШ объемом 36 ч., «Содержание и организация деятельности руководителей и членов УМО, муниципальных и школьных методических объединений учителей физической культуры по внедрению в образовательный процесс Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» для руководителей и членов УМО, муниципальных и школьных методических объединений учителей физической культуры, тренеров-преподавателей объемом 16 ч., «Объективная оценка уровня развития физических качеств обучающихся в соответствии с требованиями Комплекса ГТО» для учителей физической культуры и тренеров-преподавателей объемом 32 ч., получившие высокую оценку отделения Краевого учебно-методического объединения по физической культуре и специалистов ФГОУ ВО «Алтайский государственный педагогический университет».

Нами разработана модель подготовки и сертификации судей ГТО из числа учителей (преподавателей) физической культуры и тренеров-преподавателей. Модель включает в себя повышение квалификации по учебному модулю с последующей итоговой аттестацией, включающей сдачу теоретического экзамена (проводимого в онлайн-режиме на платформе Moodle) и зачета практических навыков по осуществлению проведения контрольных испытаний Комплекса ГТО. Аттестация специалистов также возможна в экс-

тернатном режиме. В случае успешного прохождения итоговой аттестации, педагог получает удостоверение о повышении квалификации.

К сожалению, до сих пор не решен вопрос об утверждении Положения о судьях ГТО и их сертификации, а также создания Регионального реестра судей ГТО, который может быть размещен на официальном сайте Регионального оператора ГТО. Наличие данного реестра позволит организаторам мероприятий Комплекса ГТО гибко решать вопрос о привлечении в места тестирования сертифицированных судей для обеспечения объективного судейства.

Подготовка обучающихся к выполнению испытаний Комплекса ГТО на выносливость

*Савченко Владимир Иванович,
учитель физической культуры
МКОУ «Волчихинская СОШ № 1»
Волчихинского района*

Результаты научных исследований последних лет позволяют говорить о постепенном ухудшении состояния здоровья и физической подготовленности учащихся. Традиционные модели физического воспитания оказываются малоэффективными. Чтобы повысить эффективность учебного процесса, необходимы новые организационные, методические и научные идеи, поиск новых подходов к физическому воспитанию. «Не умаляя важности организационных изменений и совершенствования теоретических и методических сторон физического воспитания, необходимо все же отметить, что перестройка этого процесса может быть результативной, если преобразования затронут его содержательную сущность и будут базироваться на идее развития личности, активного использования деятельностного подхода к образованию и воспитанию самоопределения в творческом овладении способами физической деятельности». Интенсивный учебный процесс, присущий современной школе, создает психоэмоциональное напряжение, которое не сопровождается необходимой двигательной активностью. Школьники испытывают дефицит движения: в дни, когда у них есть уроки физической культуры, этот дефицит достигает 40%, а в остальные дни – 80% от суточной потребности. Недостаток движений приводит к выраженным функциональным изменениям: учащаются сердечные сокращения, уменьшаются ударный и минутный объем крови, общая масса циркулирующей крови. Единственная мера предупреждения отрицательных последствий гиподинамии – расширение двигательной активности школьников, повышение физической подготовленности. За прошлое столетие, по мнению ученых, вес непосредственной мышечной работы человека снизился с 94 до 1 процента. Образ жизни современных школьников очень близок к «постельному режиму», ведущему к острой гипо-

кинезии. Гиподинамию (недостаток двигательной активности) называют одним из главных пороков 21 века.

Выносливость – это способность организма сопротивляться утомлению во время длительного выполнения спортивных упражнений. Уровень развития выносливости определяется, прежде всего, функциональными возможностями сердечно-сосудистой и нервной систем, уровнем обменных процессов, а также координацией деятельности различных органов и систем. Существенную роль при этом играет экономизация функций организма. На выносливость вместе с этим оказывает влияние координация движений и силы психических, особенно волевых процессов. Одним из основных критериев выносливости является время в течение, которого человек способен поддерживать заданную интенсивность деятельности. Пользуясь этим критерием, выносливость измеряют **прямым и косвенным** способами. Прямой способ – это когда испытуемому предлагают выполнять задание и определяют предельное время работы с данной интенсивностью (до начала снижения скорости). Но он почти невозможен. Чаще всего используют косвенный метод. Косвенный метод – это когда выносливость определяется по времени преодоления какой-нибудь достаточно длинной дистанции. В реализации комплекса ГТО предусмотрены испытания физической подготовленности, где проявлению выносливости отводится определённое место. Испытуемым предлагается преодолеть дистанцию от 1000–3000 метров. В беге на средние дистанции специальная выносливость (её в этом случае также называют скоростной выносливостью) проявляется в поддержании необходимой скорости на дистанции. Проявление специальной выносливости зависит от некоторых физиологических и психологических факторов. Основным физиологическим фактором анаэробные возможности.

Основные методы развития общей выносливости.

1. Метод слитного (непрерывного) упражнения с нагрузкой умеренной и переменной интенсивности. Равномерный метод характеризуется непрерывным длительным режимом работы с равномерной скоростью или усилиями. При этом занимающийся стремится сохранить заданную скорость, ритм, постоянный темп, величину усилий, амплитуду движений. Упражнения могут выполняться с малой, средней и максимальной интенсивностью.

2. Переменный метод отличается от равномерного последовательным варьированием нагрузки в ходе непрерывного упражнения (например, бега) путем направленного изменения скорости, темпа, амплитуды движений, величины усилий и т.п.

3. Метод повторного интервального упражнения. Интервальный метод предусматривает выполнение упражнений со стандартной и с переменной нагрузкой и со строго дозированными и заранее запланированными интервалами отдыха. Как правило, интервал отдыха между упражнениями 1–3 мин (иногда по 15–30 с). Таким образом, тренирующее воздействие происходит не только и не столько в момент выполнения, сколько в период отдыха. Такие нагрузки оказывают преимущественно аэробно-анаэробное воздействие на организм и эффективны для развития специальной выносливости.

4. Метод круговой тренировки предусматривает выполнение упражнений, воздействующих на различные мышечные группы и функциональные системы по типу непрерывной или интервальной работы. Обычно в круг включается 6–10 упражнений («станций»), которые занимающийся проходит от 1 до 3 раз.

5. Игровой метод предусматривает развитие выносливости в процессе игры, где существуют постоянные изменения ситуации, эмоциональность. Используя тот или иной метод для воспитания выносливости, каждый раз определяют конкретные параметры нагрузки.

6. Соревновательный метод предусматривает использование различных соревнований в качестве средства повышения уровня выносливости занимающегося.

Для развития специальной выносливости применяются.

1. Методы непрерывного упражнения (равномерный и переменный)
2. Методы интервального прерывного упражнения (интервальный и повторный);
3. Соревновательный и игровой методы.

Подготовка к соревнованиям в беге на 1000, 3000 метров.

Результативность в беге на 1000 м в равной мере зависит как от аэробных, так и от анаэробных способностей.

Бег на длинные дистанции (3000 м и более) является тестом для определения общей (аэробной) выносливости. Вместе с тем, спортивный результат на таких дистанциях существенно зависит и от «запаса скорости»: если Вы способны быстро пробежать короткое расстояние, то Вам будет гораздо легче пробежать более длинную дистанцию с меньшей скоростью после специальной подготовки. Поэтому тренировка на все дистанции обязательно должна состоять из двух этапов:

- 1) «базового», в котором решаются задачи развития и совершенствования аэробных способностей (общей выносливости);
- 2) специально-подготовительного, в котором решаются задачи специальной подготовки к контрольным проверкам и спортивным соревнованиям.

В развитии специальной выносливости на эти дистанции большое значение имеет способность удерживать, как можно дольше, максимальное потребление кислорода, повышение экономичности работы за счет совершенствования техники бега, а также умение «терпеть» и противостоять развивающемуся утомлению. В связи с этим, задачами тренировочного процесса в данном случае являются:

- 1) повышение функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- 2) повышение критической скорости бега (на уровне МПК) и способности к её удержанию;
- 3) совершенствование анаэробной производительности и способности к перенесению больших величин кислородной задолженности;
- 4) развитие волевых качеств.

Функциональная («базовая») подготовка осуществляется в процессе выполнения длительных равномерных пробежек со скоростью 4,5–6,0 мин на 1 км.

Повышение критической скорости и способности к ее удержанию тренируется в процессе темпового кроссового бега, повторного пробегания отрезков со скоростью, выше соревновательной. Для совершенствования анаэробных механизмов энергообеспечения, скоростных возможностей используется также повторный и интервальный бег на коротких отрезках. Для более эффективной подготовки сначала развивают общую выносливость, затем специальную.

На первом этапе необходимо вначале увеличить общий объем работы, а затем постепенно снижать его с повышением интенсивности работы. В программах «базовая» тренировка одинакова для обеих дистанций. Различия имеются лишь в скорости выполняемой беговой работы. А вот содержание этапов специальной подготовки несколько меняется: эти этапы должны быть более насыщенными темповой и интервальной работой.

Важное значение имеет и рациональное распределение своих сил по дистанции. Для этого составляют график бега на требуемый результат. Оптимальным считается относительно «равномерное» пробегание дистанции. Но практически невозможно пробежать всю соревновательную дистанцию с одной и той же скоростью. Начинать бег надо с несколько большей, чем средняя скорость. Поэтому и необходимо иметь определенный «запас скорости».

В разделе легкая атлетика в 1 четверти 8–9 классы выделяю в каждом уроке блок для развития общей выносливости. Предварительно на первых уроках провожу тестирование в беге на 6 минут. Затем на последующих уроках увеличиваю равномерный бег на 1 минуту в каждом уроке к 14 уроку равномерный бег составляет 15–16 минут. В конце провожу повторное тестирование в 6 минутном тесте. По сравнению с начальным тестированием обучающиеся улучшают свой результат в беге на выносливость от 12–17%. В результате применения равномерного бега создаются условия для успешного выполнения сдачи норм ГТО в беге на выносливость.

Литература.

1. <http://www.fizkult-ura.ru>
2. Вайцеховский С.М. «Книга тренера». М., «Физкультура и спорт», 2005 г.
3. Макаров А.Н. «Бег на средние и длинные дистанции». М., «Физкультура и спорт», 2006 г.

Активные формы обучения как фактор сохранения психологического здоровья учащихся

*Сокова Светлана Ивановна,
учитель начальных классов
МБОУ «СОШ № 17 с углубленным изучением
музыки и ИЗО» г. Бийска*

Успешность педагогического процесса во многом зависит от тех отношений, которые складываются между учащимися в учебном процессе, от правильно организованного взаимодействия учителя с обучающимися. Вследствие этого первостепенное значение имеет решение проблем, напрямую зависящих от социально-психологической адаптации обучающихся на уроках, то есть в момент приобретения знаний. Понятно, что доминирующая роль в создании благоприятной, психологически здоровой среды на этом этапе принадлежит, в первую очередь, учителю. От учителя зависит наличие условий, направленных на полноценное психофизическое развитие детей и обеспечение их эмоционального равновесия. Именно этим фактом полностью опровергается мифическая, на мой взгляд, идея о том, что учитель лишь оказывает услуги, не влияя при этом на формирование личности, на передачу частицы себя этой личности, на создание таких форм обучения, при которых учащийся сумел бы полностью реализовать свой творческий потенциал. Учитель – первый, кому выпадает честь влиять на эти процессы, ибо от их реализации зависит наличие или отсутствие возможности самовыражения и самореализации учащихся, напрямую связанных с психологическим здоровьем подопечных. Именно поэтому на данном историческом отрезке времени нам необходим думающий учитель, способный осуществлять обучение в симбиозе с воспитательными действенными установками, а не урокодатель [3, с. 58]. Возникает вопрос: на что и как реально может повлиять учитель? Учебная деятельность учащихся обусловлена спектром психологических факторов, важнейшим из которых является мотивация. Самым продуктивным видом мотивации является познавательная мотивация, так как познавательной мотивации присуще качество ненасыщаемости, что способствует в последующем развитию самомотивации у учащихся. Следует заметить, что у многих учащихся учебная мотивация сформирована неверно. Причиной этого зачастую является влияние класса или группы с аморфной мотивацией, то есть когда отсутствует ярко выраженная мотивация к учебной деятельности [1, с. 63]. Такие учащиеся отличаются низкой успеваемостью, нежеланием выполнять поставленные перед ними учебные задачи. Задача учителя заключается в том, чтобы вызвать интерес к изучаемым теоретическим знаниям. Для этого необходимо осознание учащимся личностного смысла в приобретении знаний в данной области науки. Этот момент наступает тогда, когда учащийся понимает полезность знаний лично для себя. Вот почему учителю необходимо на каждом уроке определять цели и ставить задачи перед учащимися так, чтобы они стали целями и задачами

самого учащегося. А для этого учитель должен быть компетентен относительно профессиональной ориентации каждого учащегося и всякий раз делать соответствующие акценты при изучении той или иной темы. Кроме учета профессиональных предпочтений, на формирование познавательной мотивации большое влияние оказывает содержание обучения, в котором присутствие ярких иллюстраций – примеров прикладного характера в повседневной жизни – также способствует формированию положительной мотивации к изучаемому предмету. Наконец, нельзя не отметить в качестве положительного фактора для создания позитивного отношения к предмету отношение самого учителя к своему предмету. И все же, все перечисленные методы не в полной степени обеспечивают развитие познавательной мотивации. Необходимо совершенствовать организацию самого урока так, чтобы создать должные условия для проявления познавательной активности и самостоятельности. Для реализации данного условия учителю необходимо выстраивать субъект-субъектные отношения с учащимися, в которых обучающиеся находятся в положении активных деятелей. Этому способствует использование методов педагогического сотрудничества, а также методов проблемного обучения и активных методов обучения.

Познавательная активность и самостоятельность у учащихся проявляется в стремлении и умении мыслить, в способности переносить приобретенные знания, умения и навыки в новые учебные и жизненные ситуации, в использовании оригинальных подходов к решению задач любого типа, в определении причинно-следственных связей и проявлении творчества при выполнении учебных и практических заданий. При использовании активных методов обучения учащиеся демонстрируют не только уровень интеллектуального развития, но и проявляют личностную позицию. Учитель, способствующий формированию учащегося как субъекта учебной деятельности, должен изначально определить учебные действия, программу их выполнения и четкую организацию упражнений по изучаемому материалу. А в соответствии с требованиями новых образовательных стандартов – четко спрогнозировать УУД, формирующиеся в процессе изучения конкретной темы. Необходимость внедрения и развития активных методов обусловлено тем, что перед современным обучением встали новые задачи: не только дать знания, но и обеспечить формирование и развитие познавательных интересов и способностей, творческого мышления и навыков самостоятельного умственного труда. Под познавательной деятельностью принято понимать стремление и умение самостоятельно мыслить, способность ориентироваться в новой ситуации, находить свой подход к решению задачи, желание не только понять усваиваемую учебную информацию, но и способы добывания знаний; критический подход к суждениям других, независимость собственных суждений. Активным методам присущ характер интегративности. Это проявляется, в первую очередь, в том, что обучение проводится в ситуациях, максимально приближенных к реальным, когда материал, подлежащий усвоению, становится целью деятельности и перестает быть средством. Во-вторых, осуществляется не только передача знаний, но и обучение умениям

их практического использования; в-третьих, организуется формирование новой, качественно иной установки на обучение в эмоционально насыщенном процессе коллективного творческого труда. Разновидностью активных методов обучения являются интерактивные методы, основной принцип которых – получение знаний в процессе взаимодействия обучающихся друг с другом и с учителем. Интерактивные методы обучения побуждают учителя и учащихся к активному взаимодействию. В деятельности учителя центральное место занимает не отдельный учащийся как индивид, а группа взаимодействующих обучающихся, которые, обсуждая поставленные вопросы, отстаивая свою точку зрения и оспаривая или принимая другую, стимулируют и активизируют друг друга. При применении интерактивных методов на интеллектуальную активность сильнее всего действует дух соревнования, соперничества, состязательности, который проявляется тогда, когда люди коллективно ищут истину. Кроме того, действует такой психологический феномен, как заражение, где любая высказанная одноклассником мысль способна произвольно вызвать собственную, аналогичную, близкую к высказанной или, наоборот, вовсе противоположную [2, с. 34]

Интерактивные методы наиболее соответствуют реализации концепции личностно-ориентированного подхода в обучении, учитель выступает в роли организатора и консультанта процесса взаимодействия, создает условия для проявления учащимися инициативы. Новые знания, умения и навыки формируются на основе опыта самих обучающихся в ходе сотрудничества и взаимообучения. В процессе интерактивного урока школьники учатся выражать собственное мнение, формулировать высказывания, доказательно отстаивать свою точку зрения, внимательно выслушивать альтернативное мнение. Такая организация занятий, во-первых, предполагает создание познавательного климата в коллективе, в результате воздействия на интеллектуальную активность учащихся в процессе коллективного поиска истины, духа соревнования и эффекта заражения. Во-вторых, позволяет определить сферу применения полученных знаний в будущей профессиональной деятельности. В-третьих, позволяет дифференцировать информацию, предлагаемую для усвоения. В-четвертых, позволяет повысить уверенность учащихся в своих способностях, в частности, посредством активизации коммуникативных навыков [4, с. 21]. И, наконец, такая организация урока позволяет адаптировать учащихся с разным уровнем развития способностей, активно включать в познавательный процесс всех учащихся в классе. Использование активных методов обучения позволяет реализовать идею сотрудничества, учит субъектов учебного процесса конструктивному взаимодействию, способствует созданию психологического климата, доброжелательной обстановки, успешной социально-психологической адаптации всех участников образовательного процесса

Литература.

1. Курбатова Н. Н. Активные формы обучения как фактор сохранения психологического здоровья учащихся // Молодой ученый. – 2014. – № 18.1. – С. 54–56.
2. Хижнякова О. Н. Современные образовательные технологии в начальной школе. – С. 2006
3. Ксензова Г.Ю. «Перспективные школьные технологии», Москва, Педагогическое общество России, 2000 г.

Создания бесстрессовой среды на уроках в начальной школе с использованием групповой формы работы

*Титкина Любовь Васильевна,
учитель начальных классов
МБОУ «СОШ № 17 с углубленным изучением
музыки и ИЗО» г. Бийск*

В настоящее время проблемы здоровья детей стали особенно актуальны в связи с устойчивой тенденцией ухудшения здоровья детей.

В школах используется большое количество инновационных технологий. Объем познавательной информации постоянно увеличивается, из-за этого, уплотнения сетки учебных занятий и растет доля умственной нагрузки.

Исследования, проведенные под руководством В.М. Базарного, подтвердили, что источником отрицательного воздействия на здоровье детей является не только и не столько внешние по отношению к учебному процессу факторы, но и сам учебный процесс, его содержание, способы обучения, формы организации учебной деятельности.

Развитие универсальных учебных действий – одно из требований ФГОС, и связано оно с саморазвитием ребёнка, его исследовательских поисковых умений. Поэтому важным условием является формирование коммуникативных умений. Одной из актуальных форм развития коммуникативных возможностей является организация групповой деятельности на уроке.

В традиции принято учитывать активность учащихся на уроке по поднятым рукам, выступлениям отдельных учащихся перед всем классом. А если ребенок в силу своих психологических особенностей не может пока публично выступать? Где уверенность в том, что дети, внешне принимающие активное участие на уроке, имеют знания по данному материалу?

На своих уроках использую групповую работу и работу в парах, так как, на мой взгляд, именно эти формы работы соответствуют бесстрессовой среде на уроке.

При совместной деятельности проявляется, в первую очередь, активность учащихся в малых группах – там им комфортнее. В группе учащийся может занимать активную позицию, обсуждать наравне со всеми предло-

женные вопросы и задания. В такой ситуации он чувствует себя увереннее, что достаточно важно, особенно на первом этапе обучения.

Учитель должен распределять время на каждый этап работы и внимательно наблюдать за работой группы:

- Как дети сидят?
- Внимательны ли они или отвлекаются?
- Как ведут себя: живо или апатично?
- Сфокусировано ли внимание на заданной проблеме или есть посторонние обсуждения?
- Слушают ли друг друга?
- Вовлекаются ли в работу аутсайдеры?
- Демонстрируются ли в ходе работы уважение, доброжелательность, готовность к сотрудничеству?

При использовании на уроках групповой работы:

- возрастает глубина понимания учебного материала, познавательная активность и творческая самостоятельность учащихся;
- меняется характер взаимоотношений детей: исчезает безразличие, приобретает теплота, человечность;
- сплоченность класса резко возрастает, дети начинают лучше понимать друг друга и самих себя;
- растет самокритичность, дети более точно оценивают свои возможности, лучше себя контролируют;
- учащиеся приобретают навыки, необходимые для жизни в обществе: ответственность, умение строить свое поведение с учетом позиций других людей.

Преимуществами группового обучения являются:

1. Приобщение к важным навыкам жизни (действенное общение, умение слушать, умение разрешать конфликты, умение работать сообща для достижения общей цели, умение выслушивать точку зрения другого и т.д.).

2. Улучшается успеваемость; формируется мотивация учения и обучения.

3. Научить можно каждого, кто ходит на уроки, причем соблюдается дифференцированный подход.

4. Работа в группе помогает ребенку не только учиться, но и проявить себя, так как в группе нет подавляющего авторитета учителя и внимания всего класса.

5. Воспитывается взаимоуважение.

6. Меняются отношения ко всему, укрепляется дружба, улучшаются межличностные отношения; устанавливается психологический комфорт в коллективе.

7. Появляется возможность избежать негативных сторон соревнования.

8. Ребята убеждаются в ценности взаимопомощи; порождает взаимную ответственность, внимательность, формирует интерес к работе товарища.

9. Реализуется принцип деятельности.
10. Достигается всеобщий и всеохватывающий контроль знаний.
11. Учащиеся усваивают большой объем материала.
12. Обеспечивается единство воспитания и обучения.
13. Между учеником и учителем устанавливаются доверительные отношения.
14. Минимальный объем домашнего задания.
15. Упрощается процедура проверки работ (вместо всех работ, нужно проверить около 4–5 отчетов групп).

Использование обучения в группе позволяют учителю существенно улучшить качество обучения.

Такие формы работы на уроках дают большие возможности для работы с детьми различных уровней развития, не ущемляя их личности и не нанося морального вреда, развивает творческие возможности детей.

Используя их на уроках можно не только развивать ребенка, но и сохранить его здоровье и желание учиться.

Литература:

1. Федеральный государственный стандарт начального общего образования. Министерство образования и науки РФ. – М: Просвещение, 2010.
2. Давыдов В.В. Проблемы развивающего обучения. Москва, 1986.
3. Раченко И.П. НОТ учителя. Москва, 1989.
4. Танцоров С.Т. Групповая работа в развивающем обучении. Рига, 1997.
5. деятельности // Начальная школа. – 1999. – № 10. – С. 43–49.
6. Иванова С.П. Современное образование и психологическая культура педагога. Монография. – Псков: ПГПИ. – 1999. – 564 с.
7. Котов В.В. Организация на уроках коллективной деятельности учащихся. – Рязань, 1977. – 100 с.
8. Курятов В.М. Как организовать обучение в малых группах. – СПб.: Педагогика, 2000. – 201 с.
9. Лийметс Х.И. Групповая работа на уроке. – М.: Наука, 1975. – 62 с.

Основы формирования культуры здоровья младших школьников в учебно-воспитательной деятельности

*Часовских Татьяна Петровна,
учитель начальных классов
МБОУ «СОШ № 17» г. Бийска*

Проблема формирования потребностей сохранения безопасности и здоровья школьников в процессе обучения в общеобразовательной школе является актуальной в связи с тенденциями, связанными с возрастанием опасностей для жизнедеятельности людей. Период младшего школьного возраста – один из главных этапов становления здоровья и формирования

навыков безопасности, а также физического и психического статуса, на базе которого закладываются основы здорового образа жизни [1, с. 2]. Работа учителя в данном направлении будет эффективной, если систематически и целенаправленно вырабатывать у детей стойкую мотивацию на здоровье и здоровый образ жизни. Наибольшее значение в этом плане имеет целенаправленная работа учителя по отбору содержания образования, которое обеспечивает формирование представлений у учащихся о культуре здоровья личности, стимулирует возникновение положительных эмоциональных переживаний, соответствующих взглядов. Важную роль играет использование в учебной деятельности методов оздоровительной работы, связанной с физической активностью школьника. В формировании культуры здоровья обучающихся используются следующие формы и методы:

Методы организации деятельности и формирования опыта поведения:

- педагогическое требование к выполнению норм поведения, правил по организации здорового образа жизни в виде просьб, совета, намек;
- приучение и упражнение содействуют формированию устойчивых способов поведения, привычек здорового образа жизни и отражают сознательные установки личности; регулярное участие в спортивных и оздоровительных мероприятиях формируют качества здоровой личности;
- воспитывающие ситуации применяются с целью формирования новых норм поведения по отношению к собственному здоровью;
- тренинги помогают изменить негативные внутренние установки обучающихся, пополнить их психологические знания, сформировать определенный опыт позитивного отношения к себе, к окружающим людям, к миру в целом;
- круглый стол, данные формы применяются для формирования четких позиций, оценочных суждений в отношении тех или иных представлений о здоровом образе жизни.

Метод проектов.

Исследовательские проекты (организация опроса среди своих сверстников для изучения вредных привычек в начальной школе); творческие проекты (санитарные бюллетени о здоровом образе жизни) [2, с. 60]. Для детей младшего школьного возраста доступна работа над индивидуально-групповыми мини-проектами на тему «Сохранение здоровья». Работа над проектами может строиться таким образом: сначала выявляются проблемы со здоровьем, которые возникают у детей школьного возраста; затем из сборников, из журналов, детских газет собираются пословицы о здоровье; после этого каждый из детей может выбрать подходящие своей теме пословицы. Сбор информации фиксируется учениками в черновом варианте на рабочем листе, составленном педагогом для индивидуальной работы ученика во внеурочное время.

Методы формирования сознания, включают следующие формы деятельности:

- классные часы, их проведение и тематика должны быть предусмотрены заранее при составлении плана воспитательной работы;

- беседы и диспуты проводятся с классом или индивидуально, предполагая интеллектуальную и эмоциональную активность школьников;
- читательские конференции помогают не только расширить кругозор обучающихся, но и усвоить нормы и принципы нравственности;
- мини-лекции используются как самостоятельная форма работы школьников, продолжительность которых не более 10–15 минут; для проведения некоторых лекций можно пригласить детского врача, сотрудников ГИБДД и пожарной службы.

Методы стимулирования поведения и деятельности помогают формировать у обучающихся умения правильно оценивать свое поведение, что способствует осознанию ими своих потребностей, пониманию смысла жизнедеятельности.

Метод игровых ситуаций успешно применяю, так как он позволяет легко, увлекательно усваивать обучающимся на практике правила здорового образа жизни. Очень часто использую игровые ситуации проблемно-поискового характера, при этом методы убеждения и упражнения максимально сближаются, взаимопроникают; создаётся атмосфера естественного «вхождения» в конкретную ситуацию определенного содержания.

Методы воздействия на эмоциональную сферу предполагают формирование необходимых навыков в управлении своими эмоциями, что благоприятно сказывается на здоровье обучающихся. Таким методом является внушение. Внушать – это, значит, воздействовать на чувства, а через них на ум и волю человека. Использование этого метода способствует переживанию детьми своих поступков и связанных с ними эмоциональных состояний.

Считаю, что одними из важных приемов формирования знаний о ЗОЖ являются и практические занятия. Включаясь в практическую деятельность, назначение которой в повседневном упражнении в общественно значимых поступках и делах, учащиеся на собственном опыте убеждаются в социальной и личностной значимости поведения, направленного на сохранение здоровья, расширяют и углубляют свои представления о них. Такие занятия можно проводить вместе с родителями. Другим приоритетом должны стать темы нравственного, душевного здоровья, духовности, доброты, милосердия. Еще одно направление – «азбука здоровья»: темы гигиены, здоровых поведенческих привычек, рационального питания, профилактики утомления и др. Один раз в месяц проводим «Уроки здоровья». Темы подбираются разные, актуальные для учеников класса. Формирование культуры здоровья успешно происходит в общественно-полезной трудовой деятельности. Формирование положительного отношения к труду, желание трудиться приводит к накоплению запаса жизненной силы, которая предохраняет от многих болезней, удлиняя жизненное существование. Одним из видов трудовой деятельности является выполнение ребенком какого-либо поручения (помыть обувь, почистить одежду и т.д.). Важно, чтобы дети находили в своей трудовой деятельности применение тем знаниям и умениям, которые они приобретают в школе. Организация регулярной практической деятельности и об-

щения школьников, как в школе, так и в условиях семейного воспитания придает воспитательной работе целостный характер[3, с. 5].

В заключении хочется отметить, что здоровьесберегающая образовательная среда имеет принципиальное значение для формирования культуры здоровья обучающихся. Только тогда, когда в школе будет создана такая среда (климат здоровья, культура доверия, личностного созидания), возможны полноценное сохранение и укрепление здоровья, обучение здоровью, формирование культуры здоровья, усвоение ее духовно-нравственных, эстетических, физических компонентов.

Литература:

1. Захарова Т.Н. Формирование Здорового образа жизни у младших школьников [Текст] // Захарова Т.Н. – Учитель. 2007. С. 174.

2. Золотых И.В., Золотых Н.А. Здоровье школьников один из факторов эффективности обучения[Текст] // Золотых И.В., Золотых Н.А. – Начальная школа. 2012. № 8. С. 59–62.

3. Кулагина Л.И. Формирование здорового образа жизни младших школьников [Текст] // Кулагина Л.И. – Начальная школа плюс до и после. 2012. № 7. С. 3–5.

Использование возможностей инновационного оборудовании при формировании здоровьесберегающего пространства образовательного учреждения

*Шайхитдинова Ирина Михайловна,
учитель биологии МБОУ СОШ № 30 г. Новоалтайска,
Заслуженный учитель РФ, член губернаторского
клуба «Учителя-новаторы Алтая»*

Переход на новые образовательные стандарты предполагает, в первую очередь, изменение сознания участников педагогического процесса с ориентацией на ценность здоровья. Понимая здоровье как состояние физического, психологического и социального благополучия человека, все участники образовательного процесса обязаны обеспечивать условия и реализацию средств здоровьесберегающего сопровождения учебно-воспитательного процесса. Учебный процесс необходимо реализовать на основе тщательного прогнозирования, разумного включения инновационных технологических процессов, создания новых интегрированных прикладных курсов, призванных не только творчески развивать детей, но и помогать им в овладении базисным образованием.

Успешной реализацией стандартов должно стать построение в общеобразовательной школе нового образовательного пространства предполагающего максимальное сохранение и развитие здоровья воспитанников и учителей, с обязательным использованием здоровьесберегающих технологий в деятельности педагогов.

Здоровьесберегающее образовательное пространство школы включает ряд компонентов, среди которых основополагающим является – рациональная организация учебного и воспитательного процесса. Задачей данного компонента является комплексное обеспечение здоровьесберегающих условий образовательного процесса, устранение трех главных факторов угрозы: гигиенические, средовые; организационно-педагогические; психолого-педагогические. Таким образом, компонент реализуется с учетом инновационных здоровьесберегающих принципов по трем направлениям: организация уроков и воспитательных мероприятий, построение расписания учебных занятий, обеспечение санитарно-гигиенических условий учебно-воспитательного процесса.

Компонент образования и воспитания в области здоровья и здорового образа жизни. Задачей компонента является формирование последовательной, непрерывной, целостной, системы формирования культуры здорового образа жизни в совокупности физического, умственного, эмоционального и социального аспектов здоровья.

Компонент физической развития обучающихся. Ставит задачу оздоровления учащихся посредством специализированной физической активности, формирования необходимых физических умений и навыков

Компонент здоровьесберегающего социального взаимодействия. Задача компонента – создание сетевого взаимодействия с образовательными, культурными и медицинскими учреждениями, вовлечением родителей и общественности для решения оздоровительных и здоровьесберегающих задач.

Компонент мониторинга. Задача – выявление качества реализации здоровьесберегающих образовательных технологий относительно здоровьесбережения участников образовательного процесса.

Компонент профессиональной компетентности. Задачей компонента является формирование ценностно-смысловых ориентаций, знаний, умений, навыков и способов деятельности в области здоровьесбережения у педагогического персонала школы.

Компонент здорового питания. Задача компонента – создание и совершенствование системы здоровьесберегающих принципов обеспечения учащихся питанием в условиях учебной деятельности.

Новые требования образования диктуют условия для создания современной образовательной среды, которая должна быть оснащена современным школьным оборудованием. Такое оборудование есть, важно определить его возможности в достижении конечных целей обучения, заложенных в образовательных стандартах.

Главным является не просто оснащение школьных кабинетов оборудованием, необходимо с помощью этого оборудования обеспечить преемственность в обучении на всех этапах образования.

Здоровьесберегающая технология биологической обратной связи (БОС) – технология сознательного управления механизмами здоровья. Одним из требований, предъявляемых к здоровьесберегающим технологиям, является то, что нужно делать акцент не только на организации учебного

процесса, не приносящей вреда, но и на том, чтобы научить учащихся самостоятельно защищаться от стрессов, обид, оскорблений, обучить его средствам психологической защиты и сохранения здоровья. Технология биологической обратной связи позволяет снабдить человека набором навыков и знаний на основе, не предусмотренной природой информации. Когда мы совершаем движение рукой – например, при наборе статьи на компьютере или написании формул на доске, – мы видим только работу руки. Но мы не можем посмотреть, каким образом сокращаются мышцы руки. Мы не видим, как работает наше сердце, какие биоритмы преобладают в мозгу.

Разработанная в Санкт-Петербурге аппаратура дает человеку возможность получить информацию о работе различных органов и систем организма – с помощью цвета, звукового сигнала либо в игровой форме. Здоровый человек может использовать информацию для того, чтобы добиться еще более совершенной работы органов и систем организма – правильно, красиво и без усилий говорить, улучшить зрение и т.д. А если он болен, то путем тренировок можно избавиться от заболевания, вернуть себе здоровье. При этом технология БОС не имеет возрастных ограничений: тренировки можно проводить в любом возрасте, начиная с четырех лет. И чем раньше, тем лучше. В каком возрасте проще всего изучать основы математики – в начальных классах школы или ближе к старости? Разумеется, в детстве: у пожилого человека результат будет значительно хуже. Точно так же обстоит дело и с обучением здоровью. Совсем не следует дожидаться того возраста, когда человек волей-неволей будет обращать внимание на состояние своего здоровья – гораздо лучше обучиться навыкам сохранения и укрепления здоровья еще в начальной школе.

Исследования в области технологии БОС проводились в России уже давно, но ее широкое распространение – первоначально в различных областях медицины – началось пятнадцать лет назад. Но возможностей у отечественной Технологии Здоровья оказалось больше, ее применение приносит неоценимую пользу и здоровым людям.

Болезнь легче предупредить, чем потом ее лечить. У большинства людей в нашей стране не сформировано ответственное отношение к своему здоровью. К врачам обращаются, как правило, тогда, когда болезнь уже прогрессирует. Такой негативный опыт, к сожалению, передается из поколения в поколение. Культура здоровья предполагает, что человек сам несет ответственность за свое здоровье.

Многие дети с раннего детства боятся посещать врачебный кабинет. Необходимо сформировать у ребенка позитивное отношение к тем процедурам, которые проводятся в медицинском учреждении.

Использование на уроках и во внеурочной деятельности таких датчиков, как пульсометр, тонометр, датчик частоты дыхательных движений, датчик ЭКГ, позволяет перебороть детские страхи перед медицинским оборудованием. Самостоятельная работа с датчиками – это своего рода ролевая игра. Каждый ребенок в этой игре может попробовать себя и в роли пациента,

и в роли врача. Обычно такие игры нравятся детям, а в результате меняется отношение ребенка к собственному здоровью.

Программное обеспечение AFS™ оснащено справочной информацией, теоретическим материалом, поэтому у ребенка расширяется общий уровень знаний о своем организме, способах сохранения и укрепления здоровья. Анализ результатов исследований дает возможность научиться «читать» электрокардиограмму сердца, понимать, что происходит с сердцем и сосудами во время стресса, физических нагрузок, а также при употреблении психоактивных веществ.

Сохранение и укрепление здоровья школьников – проблема государственного уровня, которая определена в нормативно-правовых документах, регламентирующих деятельность образовательного учреждения.

Федеральный закон «Об образовании» нацеливает: «Образовательное учреждение создает условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья обучающихся, воспитанников». Национальная доктрина образования указывает: «Воспитание здорового образа жизни – одна из основных задач образования».

Литература:

1. Шайхитдинова И.М. Использование инновационного демонстрационного оборудования на уроках биологии www.zavuch.info/methodlib/392/63786/

2. Шайхитдинова И.М. Использование программного обеспечения кабинета «БОС Здоровье» при формировании навыков здорового образа жизни www.unialtai.ru/engine/download.php?id=9657

3. Шайхитдинова И.М. Газообмен в легких и тканях <http://www.eorhelp.ru/node/46371>

4. Шайхитдинова И.М. Изучение степени защиты солнечных очков от ультрафиолета <http://www.zavuch.info/methodlib/392/63786/>

5. Шайхитдинова И.М. Эксперимент <http://robot.unialtai.ru/metodichka/videouroki-irinymihaylovny-shayhitdinovoy> или <http://www.afsedu.ru/publics/index/opit>.

Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни на учебном предмете «Биология»

*Шорина Анна Александровна,
МБОУ «СОШ № 15 с УИОП» г. Заринска*

Человек ещё с древних времён существовал в окружении различных опасностей. В условиях современного общества вопросы личной безопасности жизни резко обострились и приняли характерные черты проблемы выживания человека. Роль школы в формировании навыков безопасного поведения человека в природе значительна. Согласно новым образовательным стандартам образовательная программа по любому предмету должна

быть направлена на три типа результатов: личностных, метапредметных и предметных. Умения и навыки безопасного поведения в природной среде относятся как раз к личностным результатам [1].

Среди школьных предметов особое место в данном направлении занимает биология. Цель предмета «Биология»: создание благоприятных условий для формирования *эколого-валеологической компетенции* учащихся на уроках и во внеурочной деятельности. Этим учитель биологии занимается на протяжении всего курса с 5 по 11 класс. Под *эколого-валеологической компетенцией* понимается – «уровень образованности, который характеризуется знаниями о валеологической и экологической культуре и основах безопасной жизнедеятельности, а также способностью решать различные жизненные задачи на основе этих знаний и способах практической деятельности» [2].

Материал по здоровьесберегающей тематике органически встраивается в содержание уроков, не противоречит его целям и задачам (см. табл. 1).

Таблица 1.

Материал по формированию здоровья в биологии в некоторых классах

Класс	Тема урока	Практическая значимость материала для здоровья учащегося
5	Значение бактерий в природе и для человека.	Способы защиты продуктов питания от бактерий (предотвращение пищевых отравлений).
	Многообразие и значение грибов.	Правила предотвращения отравления грибами; правила ухода за ногтями (предотвращение грибковых заболеваний).
6	Минеральное питание растений и значение воды	Влияние нитратов на здоровье человека.
7	Многообразие простейших. Паразитические простейшие.	Меры профилактики заболеваний малярия, лямблиоз. Представление о необходимости соблюдения гигиенических правил в быту.
	Разнообразие плоских червей: сосальщики и цепни.	Вред, наносимый паразитическими червями здоровью человека, меры профилактики заболеваний.
	Тип Круглые черви	Меры борьбы и профилактики заражения паразитическими круглыми червями.
7	Класс Паукообразные	Меры профилактики заболеваний: чесотки, угревой сыпи (возбудитель – железница угревая); клещевого энцефалита, клещевого тифа (переносчик – таёжный клещ). Правила оказания первой медицинской помощи при укусе

		ядовитых пауков (тарантул, каракурт).
	Насекомые – вредители культурных растений и переносчики заболеваний человека	Меры борьбы с насекомыми – переносчиками заболеваний человека. Правила оказания первой медицинской помощи при укусе ядовитых насекомых.
9	Основные направления селекции микроорганизмов	Влияние генетически-модифицированных продуктов на здоровье человека
10	Экологические факторы и их значение.	Влияние запылённости воздуха на здоровье человека.
11	Наследственные болезни человека. Мутагены. Их влияние на живую природу и человека.	Влияние токсических веществ, алкоголя, никотина на половые клетки человека.

В таблице приведены некоторые темы в разных классах. В восьмом классе учащиеся изучают курс «Человек» – там каждый урок направлен на формирование понимания того, как важно: соблюдать правила личной и общественной гигиены, здорового образа жизни; понимания влияния физического труда и спорта на здоровье человека. Каждый раздел темы заканчивается обобщающим уроком, на котором идёт обоснование отрицательного воздействия вредных привычек на организм; оказание доврачебной помощи при несчастных случаях, предупреждение и профилактика инфекционных заболеваний; забота о собственном здоровье и здоровье окружающих. На многих уроках курса учащиеся могут проводить самодиагностику физического здоровья за счёт практических работ, опытов и экспериментов, а затем составлять рекомендации по его улучшению. Например, выполняя практическую работу: «Доказательство вреда курения», двое учащихся убедили бросить курить своих родителей.

Проводятся встречи с медицинским работником школы, где учащиеся имеют возможность задать вопросы специалисту. Организуются конкурсы газет и плакатов на темы пропаганды здорового образа жизни. Так во время эпидемии гриппа, учащиеся разных классов (с разных позиций) подготовили информацию на стенд кабинета биологии: о причинах заболевания, влиянии вируса на организм человека, осложнениях и мерах профилактики заболевания. Ежегодно ребята участвуют в общегородском конкурсе плакатов: «Я выбираю здоровый образ жизни».

Правильная оценка и прогноз функциональных возможностей человека в существенной степени зависит от знания биологических особенностей собственного организма и умения правильно их учитывать в конкретных обстоятельствах реальной жизни [3, 13]. Благодаря современному цифровому оборудованию появилась возможность продемонстрировать работу внутренних органов и влияния на них физической нагрузки. Так при помощи *цифровой лаборатории AFS (Vernier): датчика ЧСС* – изучаем влияние физических упражнений на деятельность сердца; *датчика температуры* – проводим практическую работу «Кислородное голодание, возникшее в результате

перетяжки» (формируем понимание опасности здоровью тесной одежды, например джинсов); датчика кислорода – проводится лабораторная работа: «Действие ферментов слюны на крахмал».

Во время внеурочной деятельности учащиеся разных классов (включая начальную школу) занимаются выполнением проектной или исследовательской работы. Например, учащимися начальных классов, под руководством учителя биологии были выполнены следующие работы: «Почему портится хлеб, и как его сохранить?», «Почему необходимо мыть руки перед едой?». Учащиеся средней и старшей школы выполнили работы: «Заболевания органов дыхания учащихся и меры их профилактики», «Поиск эффективной одежды для защиты кожи от солнечного излучения летом»; «Смузи» – работа на краевой конкурс: «Разговор о правильном питании: Пишем кулинарную книгу».

Наиболее важными показателями при формировании здорового образа жизни является также личный пример учителя (мытьё рук перед едой, занятие спортом, соблюдение правил гигиены). Физкультминутки – неотъемлемая часть каждого урока биологии во всех классах. Дети понимают назначение данных пауз и используют их для снятия усталости, а не как повод пообщаться или отвлечься от урока.

Учащимся предмет «Биология» позволяет успешно социализироваться, реализуя свой потенциал. Так, 8 моих учащихся закончили вузы и уже практикуют в медицинских учреждениях, 4 занимаются наукой (психиатрия, нейрохирургия), 1 – лечит животных; 23 человека в настоящее время обучаются в вузах Алтайского края, Томской и Новосибирской области (медицина, биология, биотехнология, психология, ветеринария, природные ресурсы).

Литература:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования / М-во образования и науки Рос. Федерация. – М.: Просвещение, 2011, 48 с. – (Стандарты второго поколения).

2. Васильева И.Н. Формирование эколого-валеологической компетенции обучающихся // Справочник заместителя директора школы, № 7, 2010.

3. Анастасова Л.П., Кучменко В.С., Цехмистренко Т.А. Формирование здорового образа жизни подростков на уроках биологии: Методическое пособие. 6–9 классы. – М.: Вентана-Граф, 2006, 208 с.

РАЗДЕЛ 3. ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ. ПРОЕКТЫ И ПРОГРАММЫ ЭФФЕКТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ В ЛЕТНЕЕ И КАНИКУЛЯРНОЕ ВРЕМЯ.

Региональный стандарт первичной профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися общеобразовательных организаций Алтайского края как механизм обеспечения качества профилактической работы

*Лопуга Елена Владимировна,
доцент кафедры естественнонаучных дисциплин,
ОБЖ и физической культуры КГБУ ДПО АК ИПКРО*

Региональный стандарт первичной профилактики употребления психоактивных веществ (ПАВ) обучающимися общеобразовательных организаций Алтайского края определяет единые минимальные требования и условия, обеспечивающие качество профилактической антинаркотической деятельности в общеобразовательных организациях с учетом специфики условий Алтайского края.

Региональный стандарт первичной профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися общеобразовательных организаций Алтайского края предназначен для формирования единого научно-методического пространства профилактической деятельности общеобразовательных организаций на территории Алтайского края и обеспечения качества первичной профилактической деятельности. Не ограничивая развития социальных инициатив в области профилактики по их вариативности и масштабу, стандарт фиксирует минимально-необходимый объем и уровень функционирования системы профилактической деятельности в общеобразовательных организациях края.

Управление процессом профилактики связано с формированием системы контроля, оценки эффективности профилактических воздействий и принятием на основе этих данных управленческих решений, адресованных участникам профилактического процесса.

Цель стандарта является регламентация деятельности по осуществлению первичной профилактики в общеобразовательных организациях Алтайского края и реализации соответствующих профилактических программ.

Для осуществления программы реализации стандарта определены задачи:

– определить набор профилактических мероприятий, позволяющий добиться гарантированных результатов комплексной профилактической деятельности в общеобразовательных организациях;

- определить обязательные элементы профилактической деятельности;
- определить зоны ответственности субъектов первичной профилактики, инструменты и критерии, позволяющие оценить результаты профилактической деятельности.

Основными целевыми группами, в отношении которых осуществляются профилактические воздействия, являются:

- обучающиеся;
- педагогические работники;
- родители (законные представители) обучающихся.

Существенная часть профилактической работы, предусмотренной стандартом, входит в функциональные обязанности педагогических работников (психолог, социальный педагог, классный руководитель).

Обучение методике и технологиям профилактической деятельности реализуется через повышение квалификации, стажировки, обучение в рамках специальных программ.

Некоторые виды профилактической деятельности реализуются работниками системы образования совместно со специалистами иного профиля (медицинскими работниками, специалистами по досугу, по СМИ и т.д.) с учетом условия расположения общеобразовательной организации.

Цикл профилактических воздействий, предусмотренных стандартом, осуществляется на протяжении учебного года для всех целевых групп, включенных в профилактические программы.

Профилактическая деятельность не ограничивается пределами единственного профилактического цикла и может быть расширена с учетом данных анализа наркогенной ситуации в конкретной образовательной организации.

Региональный стандарт первичной профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися общеобразовательных организаций Алтайского края является основой для разработки проектов/программ профилактической антинаркотической деятельности общеобразовательных организаций и мониторинга уровня организации и эффективности профилактической антинаркотической деятельности общеобразовательных организаций

Для внедрения и реализации стандарта определены следующие этапы:

1 этап – создание нормативной базы общеобразовательной организации по первичной профилактике употребления ПАВ;

2 этап – создание условий для осуществления первичной профилактики употребления ПАВ,

3 этап – осуществление первичной профилактики употребления ПАВ,

4 этап – оценка эффективности профилактической деятельности.

На этапе осуществления первичной профилактики выделяется два направления.

1. Первичная профилактика с целевой категорией «обучающиеся»

Интеграция вопросов первичной профилактики и формирования здорового образа жизни в учебные предметы представляет собой элементы содержания урока, имеющие профилактическое содержание и обеспечиваю-

щие формирование навыков осознанного поведения в различных жизненных ситуациях, связанных со здоровьем, безопасностью и взаимоотношениями в социуме. Данные вопросы отражаются в учебно-тематическом планировании рабочих программ по предметам, образовательной программе и программе воспитательной работы общеобразовательной организации.

Целесообразно включать вопросы формирования здорового образа жизни и профилактики употребления ПАВ в тематические классные часы, во внеурочную деятельность по социальному, духовно-нравственному и спортивно-оздоровительному направлениям.

Реализация образовательных профилактических программ в процессе внеурочной деятельности проводится в группах обучающихся, скомплектованных на принципе добровольного участия при наличии информированного согласия от родителей (законных представителей). Предусматривается преемственность в профилактической работе: переход от обучения по принципу «старший – младшему» к «равный – равному».

2. Первичная профилактическая работа с целевой группой «родители и члены семей обучающихся».

Первичная профилактика строится на базе формирования представлений (усвоенной информации о мире, используемой человеком для понимания мира и выстраивания своей деятельности в мире), отношений (субъективно окрашенного личностью отражения взаимосвязей своих потребностей с объектами и явлениями мира), стратегий поведения (всех имеющихся у субъекта стратегий и технологий взаимодействия с объектами и явлениями, относящимися к определенной сфере). При проведении первичной профилактики следует придерживаться данного подхода при разработке и реализации профилактических мероприятий, а также предусмотреть текущее и итоговое оценивание их результатов по представленным критериям.

Ожидаемые результаты внедрения стандарта будут:

1) учебно-методические условия, обеспечивающие оптимальные условия для развития личности обучающихся, формирования социально-психологической компетентности, ценностных ориентаций и установок, исключающих употребление наркотиков, основных жизненных навыков, необходимых для успешной самореализации и противостояния возможному давлению со стороны потребителей ПАВ, а также здорового социального окружения обучающихся;

2) системы профилактической деятельности в общеобразовательных организациях Алтайского края, обеспечивающая эффект предупреждения употребления ПАВ.

Сотрудничество семьи и школы в формировании здорового образа жизни

*Акатьева Наталья Викторовна,
завуч МБОУ «Шелаболихинская ООШ»
Шелаболихинского района Алтайского края*

Здоровье – один из важнейших компонентов человеческого счастья, одно из неотъемлемых прав человеческой личности, одно из условий успешного социального и экономического развития человека и общества [Чумаков, 2009, с. 15]. В.В. Путин в Послании Федеральному Собранию назвал основные ценности нашего государства: «Жизнь, благосостояние, здоровье тысяч людей, а также репутация и судьба великого народа». Это именно те вещи, «которыми нельзя поступиться» и «ради которых нужно бороться и побеждать».

Социально-гигиенические, эпидемиологические и другие исследования убедительно доказали, что здоровье человека зависит от образа жизни – на 50–55%. Так что же мы понимаем под «образом жизни», который наполовину влияет на состояние нашего здоровья?

Здоровый образ жизни можно охарактеризовать как активную деятельность людей, направленную, в первую очередь, на сохранение и улучшение здоровья.

Современная школа должна стать главным звеном социализации подрастающего поколения. В школе проходят очень важные годы жизни детей, на данном этапе социализации личности формируется как индивидуальное здоровье, так и здоровье всего общества.

Одна из главных задач нашей школы – формирование у ребенка потребности самостоятельно заботиться о своем здоровье. Эффективно осуществить решение этой задачи без поддержки со стороны семьи вряд ли возможно. «Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в младенческом возрасте» [п. 1 ст. 18 Закона РФ «Об образовании»].

Коллектив школы совместно с семьей находится в поиске оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся, создания наиболее благоприятных условий для формирования у школьников понимания ценности здорового образа жизни как одного из главных путей достижения успеха.

Работа с родителями строится по двум направлениям: просвещение самих родителей и активизация родительской помощи в проведении мероприятий с детьми.

Оперативной формой просвещения семей являются тематические собрания родителей как общешкольные, так и отдельных классов «Школа и семья – территория здоровья». На таких собраниях родители получают информацию о состоянии здоровья детей, обмениваются опытом семейного

воспитания, получают новые знания, благодаря приглашённым специалистам. Как правило, родительское собрание – это площадка для презентации достижений учащихся в области физкультуры и спорта и осуществления обратной связи через различного вида анкеты и опросов. В школе родители могут получить необходимые методические рекомендации по созданию в семье здоровьесберегающей среды, подобрать литературу по ЗОЖ в школьной библиотеке.

Второе направление – организация помощи родителей в проведении внеклассной учебно-воспитательной работы с учащимися – являет собой простор для творчества обеих сторон. В практике взаимодействия школы и семьи сложились наиболее рациональные формы работы, которые можно поделить, в зависимости от количества участников, на виды: массовые, групповые, индивидуальные.

Индивидуальные формы – родительский урок.

В нашей школе в течение ряда лет действует система родительских уроков «Сам себе я помогу и здоровье сберегу!». На таких уроках сами родители ведут речь о профилактике вредных привычек, о необходимости заниматься спортом, о важности режима дня и т.д. Главное – ребята видят, что их папы и мамы не менее учителей заинтересованы в сохранении здоровья каждого.

Групповые: выпуск семейных газет «Мы выбираем ЗОЖ!», создание и защита семейных проектов «Здоровы по собственному желанию».

Массовые: товарищеские встречи по пионерболу, волейболу, футболу между детьми и родителями, родителями и учителями, между родительскими командами классов; традиционные семейные спортивные праздники: «Мама, папа, я – спортивная семья!» (ноябрь). «Вперёд, мужчины!» (февраль). «Спортивные девчата» (март). Родительские комитеты классов организуют походы выходного дня с проведением подвижных игр, костром и песенным поединком. Коллективные творческие дела: составление «Азбуки здоровья», словаря здоровья, календаря здоровья. Самое ожидаемое КТД – это ежегодное открытие «Перспекта Здоровья», на котором и дети, и родители могут проявить себя в разных видах деятельности: соревнованиях по армреслингу, экспресс-выставке рисунков «Здоровье – это здорово!», работе видеозала, где проводится конкурс семейных видеороликов о здоровом образе жизни, интерактивных зарисовках «Здоровье это...». Каждый желающий может выступить у открытой трибуны со стихотворениями, частушками собственного сочинения, поучаствовать в флэшмобе. Все участники могут оставить свои отзывы, пожелания на «говорящей» стене. Сезонные Дни Здоровья, цель которых привлечь максимально возможное количество детей и взрослых к занятиям физической культурой для сохранения здоровья и формирования навыков ЗОЖ.

Все эти формы и методы работы дают возможность осуществлять неформальные связи с родителями, служат средством обратной связи, дают объективную информацию о работе школы, интересах и потребностях семьи.

Результатом совместной работы стало улучшение взаимоотношений детей и родителей, приобщение семьи к здоровому образу жизни. Вторым годом подряд наблюдается увеличение количества семей – участников Кросса наций, соревнований «Лыжня России». В вечернее время, в выходные дни многие семьи в полном составе весело проводят время, катаясь на коньках на сельской хоккейной коробке. Выросло количество учащихся, посещающих спортивные кружки и секции до 47%. Постепенно родители из сторонних наблюдателей становятся активными участниками здоровьесотворчества. Но главный результат, которым мы гордимся – в школе нет курящих детей.

Таким образом, проводимая работа показала, что, учитывая возрастные особенности детей, создав необходимые условия для формирования ЗОЖ, совершенствуя формы и методы его социально-педагогической пропаганды, можно сформировать у ребёнка эту потребность как жизненную ценность. И только в этом случае можно говорить об эффективности развития культуры здорового образа жизни.

Литература:

1. Баль Л. Приоритет – здоровье // *Директор школы*. – 2009. – № 10. – С. 92–94
2. Бобылёва Л.Д. «Здоровый образ жизни формируется в семье», ж. «Начальная школа», 1998, № 6, 14–15 с.
3. Елизарова Л.Н. «Оздоровительная работа в начальной школе», ж. «Начальная школа», 2000, № 9, 93 с.
4. Чумаков Б.Н. «Основы здорового образа жизни» Курс лекций, М., Педагогическое общество России, 2009, 15, 29, 69 с.

Программа организации оздоровления детей в летнем оздоровительном лагере «Школа выживания»

*Анохина Ольга Ивановна,
учитель истории и обществознания
МБОУ «Солонешенская СОШ» село Солонешное*

Лето – особая пора в жизни школьников. Учебный год позади, а впереди – долгожданные каникулы! И снова встает проблема школьников, чем заняться на каникулах? Хочется провести время с пользой, весело, так, чтобы запомнилось, но далеко не все родители могут предоставить своему ребёнку полноценный, правильно организованный отдых. В условиях избытка свободного времени, им некуда себя деть, следовательно, некоторые подростки приобщаются к курению, злоупотреблению алкоголем, придумывают себе опасные забавы, ведущие к травматизму, совершают противоправные действия.

В нашей школе действует программа эколого-археологического лагеря «Школа выживания», разработанная специально для школьников, чьи родители не всегда могут себе позволить потратить на отдых ребят большие сум-

мы. Основной лагерь ребят базируется на Международном археологическом комплексе «Денисова пещера», где созданы «комфортные» условия проживания и питания, а также работа в полевых условиях с приличной физической нагрузкой и активный отдых. Кроме того, ребята совершают познавательные туристические вылазки в течение всего сезона. Лагерная смена рассчитана на 16 дней. За этот период ребятам удается подружиться, сплотиться в коллектив т.к. здесь живут не только школьники, но и студенты из различных вузов страны и даже мира, ученые разных направлений и вузов. Все это позволяет в будущем общаться вне экспедиции, приобщиться к спорту, узнать много интересного.

Алтай – уникальный по своим природным условиям и потенциалу край. Наша земля хранит в своих недрах многочисленные и разнообразные археологические памятники, материалы которых являются, по сути, единственным источником для воссоздания огромного периода истории народов, которые положили начало освоению нашей земли. На сегодняшний день на территории края несколько тысяч археологических памятников – поселений, городищ, могильников, культовых объектов, относящихся к различным эпохам – от времени первоначального заселения человеком этих мест до периода средневековья. Одним из таких памятников является самая древняя стоянка открытого типа «Карама» и «Денисова пещера», где сосредоточены самые сенсационные находки. А участие подростков в исследовании помогает почувствовать себя востребованными, активными членами общества, способствует формированию у подрастающего поколения заинтересованности в сохранении и изучении историко-культурного наследия родного края, овладению непредвзятыми научными знаниями о древней истории человечества. Кроме того проживания в лагере, в условиях почти полного самообслуживания, участники экспедиции приобретают полезные социальные навыки, а также умения, необходимые для выживания в природных условиях. Благодаря этому, подростки получают позитивный опыт корпоративного общения, эффективнее усваивают знания, социальный опыт, передаваемые взрослыми, что в свою очередь оказывает влияние на формирование их ценностных ориентаций.

Карама – это археологический памятник эпохи палеолита. В задачу ребят входила работа на археологическом памятнике Карама, а затем исследовательская деятельность и определение значения и места этого памятника в исследовании палеолита Сибири и северной Азии. В ходе совместных работ ребят и сотрудников СОРАН выяснилось, что проникновение первобытного человека на территорию Горного Алтая в раннем палеолите имело место. Это утвер-



ждение значительно укрепилось после обнаружения в 2001 году архаичных каменных изделий в долине р. Ануй в 3 км выше по течению от устья правого притока р. Карама и в 14 км ниже по течению от археологического памятника Денисова пещера. Местонахождение получило название Карама. Данное местонахождение приурочено к осевой части пологонаклонной поверхности одного из террасоувалов левобережного склона долины. Первые находки были зафиксированы в обнажении террасоувального склона на отметках около 30 м выше уровня р. Ануй. На месте обнаружения был заложен раскоп 1, в котором были вскрыты плейстоценовые отложения мощностью до 7 м. Было открыто три уровня залегания артефактов. С целью установления культурной и хронологической принадлежности на укрепленной площадке был заложен раскоп.

Археологические материалы обнаружены в слоях 7, 8, 11 и 12. Основным источником для изготовления артефактов служили вулканические породы, преимущественно сферолитовые эффузивы, широко встречающиеся по левому склону р. Ануй. Выбор данного материала определялся, скорее всего, гораздо более высокой прочностью, по сравнению с другими породами. Общее количество археологической коллекции насчитывает около 250 экземпляров. Наиболее древний материал представлен в слое 12 раскопа 2. Самой представительной группой орудий являются скребла с прямым, слегка вогнутым и выпуклым лезвием. У всех скребел присутствует утолщенный обушок с естественной или реберчатой поверхностью. Другая представительная группа артефактов является галечными орудиями – чопперами с прямым, выпуклым или вогнутым рабочим краем. Достаточно выражена группа галечных орудий с шиповидным выступом в виде носика. В остальном инструментарий представлен зубчатыми и выемчатыми орудиями, оформленными на галечных сколах, и сколы с признаками локальной ретуши.

Подводя итог, необходимо отметить, что при всей архаичности облика каменного инструментария, от слоя к слою в верхних культуросодержащих слоях появляются более развитые приемы вторичной обработки и расширяется группа артефактов, связанная с первичным расщеплением, а также отмечается увеличение типов орудий. Хронологический интервал существования данной индустрии определен в диапазоне 600–800 тыс. л.н. [3, с. 20].

Так как не удалось получить с Карама точных дат, был применён стратиграфический метод. Разрез памятника Карама был скорреализован с геологическим разрезом памятника Чёрный Ануй, в котором были получены абсолютные даты, что позволило установить хронологический интервал существования данной индустрии в диапазоне 600–800 тыс. л.н. Присутствие на территории Горного Алтая свидетельства пребывания первобытного человека связывается с распространением из Африки первой миграционной волны *Homo erectus*. Необходимо отметить, что дальнейшее изучение стоянки Карама обогатит наши представления о существовании первобытного человека на территории Горного Алтая, позволит лучше понять модели адап-

тационных стратегий, и сделать ряд фундаментальных обобщений по проблемам первоначального заселения Евразии.

Археологические экспедиции школьников не только вносят свой сильный вклад в изучение историко-культурного наследия нашей страны. При этом решаются и важные воспитательные задачи – привлечение внимания школьников к истории родного края, бережному отношению к историческому наследию, вырабатываются навыки проживания в «экстремальных» условиях археологической экспедиции. Совместно перенесённые экстремальные условия быстрее сближают разновозрастных и разноуровневых в плане социального воспитания школьников.

Литература:

1. А.П. Деревянко, С.В.Маркин, С.А. Васильев. Палеолитоведение: Введение и основы. ВО «Наука», Н., 1994.

2. Деревянко А.П. Переход от среднего к верхнему палеолиту на Алтае // Археология, этнография и антропология Евразии. – 2001. – № 3 (7).

3. Деревянко А.П., Шуньков М.В. Раннепалеолитическая стоянка Карамы на Алтае: первые результаты исследований // Археология, этнография и антропология Евразии. – 2005. – № 3 (23).

4. Деревянко А.П., Шуньков М.В., Болиховская Н.С., Зыкин В.С., Зыкина В.С., Кулик Н.А., Ульянов В.А., Чиркин К.А. Стоянка раннего палеолита Карамы на Алтае. Новосибирск: Изд-во Института Археологии и Этнографии СО РАН, 2005.

Сказкотерапия – одна из форм профилактики курения в школе

*Акатьева Тамара Александровна,
педагог-психолог МБОУ «Шелаболихинская ООШ»
Шелаболихинского района Алтайского края*

Одна из самых важных проблем ранней профилактики – воспитать у ребенка ценностное отношение к здоровью. Большинство подростков не умеют достаточно четко сформулировать свои аргументы «За» и «Против» курения. Кроме того, общаясь со сверстниками, подростки не могут выразить свое отрицательное отношение к курению достаточно определенно, с тем, чтобы при этом не вступать в конфликтные отношения с группой. Как правило, подросток не осознает, что степень эмоционального давления группы обратно пропорциональна его статусу в ней. Чем ниже статус подростка, тем меньше его влияние на группу, а значит, тем больше действий, с которыми он в душе не согласен, ему придется совершить в угоду групповым нормам.

Профилактика курения в подростковом возрасте особенно необходима. Но начинать работу необходимо с начальной школы. Ежегодно всё больше детей приходит в школу со слабым физическим здоровьем, склонных к вредным привычкам.

Хочу поделиться действенным опытом профилактической работы о вреде курения. Выбранная форма профилактики курения – акция «Кто курит табак, тот сам себе враг», которая проводится в течение учебного года.

Цель: формирование у учащихся негативного отношения к курению, организация совместной детско-родительской деятельности, повышение эмоциональной и мотивационной зрелости учащихся.

Задачи:

- формировать у учащихся представление об опасности вредных веществ для здоровья, о ситуациях, связанных с риском для здоровья;
- учить относиться к людям, употребляющим вредные вещества, как к слабым, безвольным, попавшим в беду;
- учить умению отказываться от сомнительных предложений, защищать свои интересы (в том числе и свое здоровье);
- привлекать внимание родителей к проблеме курения в детской среде;

Акция включает комплекс мероприятий, а именно:

- выбор классными руководителями 1–4 классов сказки, направленность содержания которой актуальна для данного класса;
- распределение ролей среди учащихся;
- индивидуальные и групповые репетиции (занятость детей после уроков);
- вовлечение родителей в совместную полезную и интересную деятельность с ребенком (поиск и изготовление костюмов, повторение слов выбранной роли);
- привлечение оставшихся учащихся, не задействованных в сказке, к оформлению занавеса и рисованию плаката;
- классный час, проведенный по плану воспитательной работы классного руководителя;
- демонстрация инсценировки сказки на родительском собрании;
- показ сказки учащимся других начальных классов.

Данная работа направлена на профилактику вредных привычек у школьников. У детей необходимо сформировать представление об опасности курения. Дети должны быть твердо убеждены в том, что вредные привычки – алкоголь, никотин, наркотики – чрезвычайно опасны для здоровья. Результатом проведения такой акции является формирование группового мнения, что особенно важно.

Форма проведения классного часа в данной акции – это сказкотерапия в ходе которой проживаются и проигрываются основные ситуации, связанные с курением и давлением со стороны сверстников. По мнению детей, труднее всего бывает отказать не только группе, но и своему ближайшему другу, который настойчиво предлагает закурить.

Сказкотерапия, как метод лечебно-педагогического воздействия на детей младшего школьного возраста, выполняет следующие функции: коммуникативную – установление эмоционального контакта, объединение учащихся в коллектив. Релаксационную – снятие эмоционального напряжения,

вызванного нагрузкой на нервную систему. Воспитательную – психокоррекция проявлений личности через проигрывание сказочных ролей. Развивающую – развитие психических процессов и функций (памяти, внимания, восприятия и т.д.), двигательной сферы. Обучающую – обогащение информацией об окружающем мире.

Сказки издавна используют как лекарство для души. В сказках есть наставления, помогающие пробиваться через жизненные тернии. Сказки приводят в движение внутреннюю жизнь, и это особенно важно для детской души, когда она запугана, стеснена или загнана в угол, а также когда она наивна и нуждается в чутком руководстве и защите. Поэтому метод сказкотерапии наиболее эффективен в 1–4 классах школы.

Литература:

1. Гаврилова И. «Красная шапочка» (старая сказка на новый лад), ж. «Классный руководитель», № 7, 2003 г., с. 97–120.

2. Гранкин А. «Табак и верзилу сведет в могилу!» (театрализованное представление), ж. «Воспитание школьников», № 8, 2003 г., с. 70–74.

3. «Предупреждение табакокурения у школьников», методическое пособие для работников образовательных учреждений, М, Мин. образ. РФ, 2003 г., с. 138.

Программа работы профильной смены «Маленькие академики» летнего лагеря с дневным пребыванием детей

*Брусянина Ирина Николаевна,
учитель начальных классов
МБОУ «СОШ № 3», г. Бийска*

Школа предоставляет максимально широкое поле образовательных и воспитательных возможностей наибольшему числу учащихся, в соответствии с их личными потенциалами, образовательными потребностями, социокультурными нормами и ценностями.

С повышением спроса родителей будущих первоклассников на организованный отдых, с целью адаптации их к жизни в обществе и мотивации к учению и познанию, создана программа, помогающая детям конкретного возраста адаптироваться и социализироваться в новых условиях. Программа разработана с учетом основных законодательных нормативно-правовых документов.

Летний лагерь с дневным пребыванием детей, реализуя модель профильной смены «Маленькие академики», ставит своей **целью** включение всех детей в игровое действие, обогащение в занимательной форме кругозора знаниями, выходящими за рамки школьной программы.

Главная идея, которой педагогический коллектив руководствуется в организации летнего отдыха детей – это идея успеха.

Система работы в лагере выстроена в соответствии с направлениями деятельности при активном вовлечении в неё учащихся, демонстрирующую их общие и индивидуальные достижения, с использованием ярких форм и методов, дающих возможность почувствовать себя участниками непрерывной игровой ситуации, способствовать развитию творческого потенциала детей их художественной и социальной активности.

Ведущей технологией является технология коллективного творческого дела (КТД), которая позволяет формировать социальные установки, а также метод погружения. Каждый руководитель направления находит оптимальные формы и методы для изложения информации для данной категории ребят.

Предлагаемая программа связана с программой развития школы, так как она является дополнением и условием реализации преемственности дошкольного и начального школьного образования.

Цель программы: апробация профильной смены и включение всех детей в игровое действие с одновременным решением задач образования и воспитания.

Задачи:

Образовательные:

- создать условия для интеллектуального развития через курсы «Интеллектуальные карты», «Юный интеллектуал»;
- развивать ассоциативные, творческие, логические способности детей;
- организовать осмысление воспитанниками полученного опыта результативной, успешной совместной и индивидуальной деятельности;
- расширить сферы познавательных интересов об окружающем мире.

Воспитательные:

- формировать и развивать социальные и коммуникативные навыки;
- всестороннее эмоциональное, физическое развитие;
- способствовать укреплению навыков к здоровому образу жизни;
- воспитание культуры поведения;
- адаптация к новой среде, новому коллективу;
- формирование навыков санитарно-гигиенической культуры, оздоровления организма.

Данные задачи реализуются конкретными средствами, через систему спланированных мероприятий при создании следующих условий:

1. Создание оптимальных санитарно-гигиенических условий:
 - поддержание чистоты во всех помещениях;
 - организация здорового витаминизированного и разнообразного питания;
 - контроль соблюдения режима дня, гигиенических норм и правил.
2. Пропаганда достойного здорового образа жизни:
 - консультация специалиста по предупреждению вредных привычек;
 - организация минуток здоровья;

- беседы о гигиенических навыках.

3. Формирование социально-психологического климата в коллективе, отвечающего следующим требованиям:

- перспективность, оптимистичность; защищённость воспитанников;
- здоровая состязательность, соревновательность;
- построение оптимальных отношений «взрослый – ребёнок»;
- стимулирование творчества и самостоятельности.

Программа может быть изменена в соответствии с потребностями участников образовательных отношений.

Ожидаемые результаты.

Для детей:

1. Освоение навыков адаптации в социуме.
2. Укрепление здоровья.
3. Раскрытие и развитие творческого, интеллектуального потенциала.
4. Повышение активности учащихся, увеличение числа учащихся, добившихся успехов в каком-либо направлении.
5. Получение дополнительных знаний по учебным предметам.
6. Овладение детьми разнообразными методами и формами общения.

Для педагогов:

1. Умение ставить себя рядом с ребёнком в деятельности, а не против него.
2. Приобретение опыта помощи ребёнку, понимания себя, верить в свои силы, создавать ситуацию успеха.
3. Информационное сопровождение работы лагеря с дневным пребыванием детей на школьном сайте.

Основное содержание программы:

Образовательный блок

Данный блок способствует интеллектуальному развитию детей, овладению дополнительными знаниями и умениями, а также организует детей на учебную деятельность.

Воспитательный блок

Педагоги в течение всей смены решают задачи адаптации детей к новой среде, новому коллективу; всестороннего развития их творческой индивидуальности; воспитания культуры поведения.

Физкультурно-оздоровительный блок

Данная форма работы позволяет формировать у школьников потребности в здоровом образе жизни, умении управлять своим здоровьем, стремиться к его совершенствованию. Здесь имеет место профилактическая работа. Здоровый ученик – успешный ученик.

1. Спортивная секция
2. Подвижные игры
3. Ежедневная утренняя зарядка
4. Акция «Чистые руки».
5. Тренировка дыхания на комплексе «БОС-здоровье».
6. Занятия на спортивных тренажерах.

7. Посещение комнаты психологической разгрузки.
8. Принятие витаминизированных напитков, сбалансированное меню.

Механизм реализации

Главная отличительная особенность работы в лагере – цикличность и периодизация. Четыре этапа отличаются своими задачами, способами решения.

Подготовительный этап. Этот этап характеризуется тем, что за 2 месяца до открытия профильной смены начинается подготовка к летнему сезону.

Организационный этап смены

Цель данного периода – заложить основы детского коллектива.

Основной этап смены

Цель основного периода: сформировать детский коллектив, дать возможность каждому члену коллектива самореализоваться.

Заключительный этап смены

Цель – анализ уровня индивидуального роста каждого участника смены, коллектива в целом.

Механизм определения результативности программы

Прогнозирование возможных **позитивных** результатов:

1. Создадим условия для соблюдения режима дня – труда, отдыха.
2. Обеспечим учащихся рациональным питанием, активно-двигательной деятельностью, интеллектуальными занятиями.
3. Создадим условия для формирования негативного отношения к вредным привычкам (через беседу специалиста их наркологического центра)
4. Обеспечим реализацию образовательных, культурно-массовых программ.

Прогнозирование возможных **негативных** результатов:

1. Разобщённость, которая возникает как результат разных потребностей, интересов.
2. Дети с девиантным поведением.
3. Возникновение ссор, конфликтов между детьми.

Формирование жизнестойкости на уроках «Основы медицинских знаний»

*Вопиловская Раиса Ивановна,
учитель биологии, классный руководитель 11 класса
КГБОУ «Бийский лицей-интернат Алтайского края»*

Здоровье детей школьного возраста нуждаются во внимании педагогов, родителей, общественности, медицинских работников. Это обеспечивается внедрением технологий по сохранению здоровья в воспитательный, учебный процесс и дополнительное образование. Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обучения – обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать

у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, *научить использовать знания в повседневной жизни*. Сегодня уже не секрет, что уровень здоровья детей в последнее время резко снизился. Работа должна проводиться в течение учебного года, что является важным условием успешной работы по сохранению здоровья детей.

Работая с детским коллективом в Бийском лицее-интернате, в своей практике я понимаю термин здоровье как отсутствие болезней у учащихся, когда ребёнок здоров физически и психически, когда формируется доброжелательное отношения со сверстниками, умением и способности помочь себе и другим. Целью моей работы, как классного руководителя 11 класса и учителя биологии, это формирование интереса и потребностей к здоровому и активному образу жизни (без вредных привычек), предоставление учащимся различных видов деятельности для проверки своих сил и возможностей раскрыть и познать себя. На это рассчитана моя программа элективного курса на старшем звене в профильных 10 классах «Основы медицинских знаний», по которой я работаю уже 25 лет и элективный курс по «Медицинской биологии» для 7 класса уже в течение 15 лет. Такую работу мы проводим и с детьми 4-го класса. Задачи, поставленные мною, решаются с помощью различных мероприятий: круглых столов, диспутов, бесед, ролевых игр. Мероприятия направлены на воспитание морально-волевых качеств, формирование способности помогать себе и другим людям, воспитание человеколюбия. Особый интерес вызывают темы по охране собственного здоровья и умения оказать первую помощь при различных внезапных ситуациях, которые формирует у учащихся навыки безопасного поведения, воспитывает у детей умения вести себя в экстремальных ситуациях, формирует чувства ответственности, коллективизма и товарищества и, конечно, привлекает детей к здоровому образу жизни. В ходе данных мероприятий мы используем разнообразные приёмы и методы, формы работы, всё это способствует развитию познавательных интересов. Наиболее интересны конкурсы «Я могу вам помочь» ко Дню 23 февраля – праздника, сочетающего в себе воспитательную, образовательную, спортивную, развлекательную и оздоровительную направленность, которая проводится между двумя 11 классами. Круглый стол «Наркотикам не место в нашей жизни» с приглашением сотрудников из отдела по борьбе с незаконным оборотом наркотиков, классный час с презентацией «Курить или жить?», «Хочешь быть здоров – будь им!», советы школьного психолога «Береги здоровье перед сессией» и др.

Опыт работы показал, что, чем больше задач решается отдельным мероприятием, тем оно эффективней. В процессе проведения таких уроков и классных часов осуществляется физическое воспитание, нравственное, эстетическое. Особенностью является не только их воспитательная насыщенность, но и практическая направленность. Важно научить уметь сопереживать другому человеку и правильно оказать помощь при ранении, кровотечении, переломе, ожогах. В условиях соревнования между группами достигается главная цель, ребенок полезен, он необходим другим. Планируя свои работу, как классного руководителя и учителя, я всегда помню о том, что на

моих мероприятиях, и уроках каждый ребенок должен быть вовлечён в активную деятельность: то он будет ведущим, то членом жюри, то зрителем, то исполнителем роли больного или врача. Ощущение значимости каждого в подготовке и участии в мероприятии решает целый комплекс учебно-воспитательных задач, в том числе и здоровьесбережения. Такие мероприятия оставляют неизгладимое впечатление, подкрепляемое красочными фотографиями и видеоматериалами.

Я пришла к выводу, что направления моей программы по «Основам медицинских знаний» выбраны верно и эффективно, способствуют решению поставленных задач и достижению поставленных целей.

Смартфон на страже здоровья (из опыта организации исследовательской деятельности с использованием инновационного оборудования)

*Воронина Елена Геннадьевна,
учитель информатики
МБОУ СОШ № 30 г. Новоалтайска*

За последние несколько лет информатизация охватила все сферы человеческой жизни, компьютеры и интернет активно используются в образовании. Мобильность – это современное требование к качеству жизни. Мобильным телефоном никого не удивить, но он чаще всего используется как средство связи и развлечения. Но в 21 веке мобильный телефон можно рассматривать и как средство обучения.

Федеральные государственные стандарты второго поколения предъявляют требования не только к предметным результатам обучения, но и к условиям обучения. Поэтому вопросы формирования навыков ЗОЖ остаются актуальными. В обществе сложился стереотип о вреде компьютера и телефонов для развития обучающихся: это и электромагнитное излучение, интернет и игровые зависимости и т.п. Запрет использования данных устройств не станет решающим фактором отсутствия различных зависимостей. Смартфон – это «умный» телефон, а значит, и использовать его можно «с умом и для ума». Считаю, что более эффективным будет дать «удочку» ребенку – показать, что смартфон можно использовать для саморазвития и для формирования навыков ЗОЖ.

Мною была организована исследовательская работа с ученицей четвертого класса по теме «Использование смартфона для мониторинга состояния здоровья». При работе были использованы различные методы исследования, такие как, наблюдение и эксперимент, определены цели, задачи и этапы работы. Обучающийся самостоятельно подобрал материал о встроенных в смартфон датчиках, дополнительных гаджетах, подключаемых к смартфонам (например, мобильный УЗИ-аппарат, ЭКГ [1]). Ученик проанализировал характеристики различных смартфонов на предмет выявления

встроенных датчиков. Например, некоторые смартфоны содержат датчик температуры. Т.к. в наличие у нас имелись смартфоны и планшеты под управлением операционной системы Android, то были изучены android-приложения для мониторинга состояния здоровья.

Одной из первых задач – это исследование возможностей смартфона для определения пульса человека. Исследование было проведено на 13 одноклассниках юного исследователя. В наличие имелось оборудование: смартфон под управлением Android 4.1, медицинский прибор для измерения пульса – пульсоксиметр, из приложений смартфона: программа «кардиограф» и «таймер». Эксперимент проходил в два этапа: определение пульса в покое и после нагрузки. При этом измерения проводились вручную, с использованием смартфона и пульсоксиметра. Полученные данные были внесены в таблицу, произведен расчет относительной погрешности измерений (относительно измерений пульсоксиметра). На основе полученных данных был сделан вывод о том, что ученик 4 класса в состоянии покоя вручную может правильно определить ЧСС, а после нагрузки очень велика погрешность вычисления, а значит объективное измерение с помощью смартфона незаменимо. Обучающийся также изучил возможности определения температуры, подсчет количества пройденных шагов, подсчет количества ккал.

Проанализировать информации по выбранной теме, провести эксперимент, пройти все этапы работы на исследовательской работой – это очень интересно. Но кроме этого обучающийся должен уметь представлять полученные результаты.

Считаю необходимым учить детей критически относиться к полученным данным, анализировать информацию, делать выводы. Так, например, при изучении технических характеристик смартфонов было обнаружено, что датчик температуры практически не встречается в бюджетных смартфонах, но установить приложение, определяющее температуру можно на любой смартфон. Отсутствие датчика температуры как раз и приводит к получению противоречивой информации.

Ученики, участвовавшие в исследовании, заинтересовались данными возможностями смартфона и провели свои самостоятельные исследования дома на членах своей семьи. По моей просьбе учитель физкультуры рассказал обучающимся, что для определения возможностей своего организма мало знать пульс в покое и после нагрузки, еще надо знать восстановиться ли ЧСС через ли 3 минуты после окончания нагрузки. Данное исследование было проведено на уроках физической культуры. Данные, полученные в результате эксперимента, ставят перед ребенком ряд проблемных вопросов и мотивируют познать свой организм, но уже через работу над собой, своими привычками. [2]

Для формирования коммуникативных универсальных учебных действий важно не только научиться оформлять результаты исследования, но и выступать с устным докладом по теме. Поэтому мои учащиеся принимают участие в различных конференциях школьного, городского и краевого уровня.

Подобное мини-исследование провожу с учащимися десятых классов при изучении темы «Электронные таблицы». Т.к. медицинский прибор пульсоксиметр не всегда доступен, то в качестве инструмента для точного определения ЧСС использую датчик Vernier – датчик частоты сердечных сокращений (ручной пульсометр). Таким образом организуя групповую работу, с одной стороны я формирую опыт решения практических задач через использование электронных таблиц, с другой стороны формирую знания и навыки ЗОЖ.

Литература:

1. УЗИ-прибор для смартфона и еще 6 гаджетов превращающих телефон в доктора! <http://www.baby.ru/blogs/post/200060085-142323037/>
2. Шайхитдинова И.М. Использование датчиков Vernier при формировании культуры здоровья <http://www.afsedu.ru/publics/single/publics/4471>

Преемственность дошкольного и школьного образования: своевременное выявление детей с задержками в развитии

*Глущенко Марина Витальевна,
педагог-психолог МБОУ «СОШ № 19» г. Яровое*

Понятие «задержка психического развития» – психолого-педагогическое. Оно утверждает наличие отставания в развитии психической деятельности ребенка. Термин «задержка» подчеркивает временной (несоответствие уровня психического развития возрасту) и одновременно в значительном количестве случаев временный характер отставания, которое с возрастом тем успешнее преодолевается, чем раньше дети с данной патологией попадают в адекватные для них условия воспитания и обучения. Итак, ЗПР – временное отставание развития психики в целом или отдельных ее функций. Эта аббревиатура имеет непосредственное отношение к четко выделяющейся в последнее время большой группе детей. Такие дети не готовы к обучению в школе и испытывают трудности в усвоении общеобразовательных программ, имеют высокую степень педагогической запущенности, отклонения интеллектуального и личностного развития, частичное отставание в развитии психических функций.

Семь лет продолжается тесное сотрудничество нашей школы с МБДОУ ЦРР № 32 г. Яровое в рамках преемственности дошкольного и школьного образования. В конце учебного года педагоги-психологи двух учреждений традиционно организуют встречу, где происходит так называемая «передача» воспитанников. Мы осуждаем индивидуально каждого ребенка, просматривая подготовленные специалистом карты, в которых отражены уровни школьной готовности, (уточнены рекомендации психолога в отношении особенностей поведения и статуса в коллективе), родительские анкеты. Все это проходит через анализ и обсуждение. Уровни готовности нужны мне, школьному психологу, и классному руководителю при делении общего спи-

сочного состава на классы. Я вношу предложения по формированию коллективов 1-х классов с учетом равномерной подготовленности будущих первоклассников. Иногда в предварительном делении на классы мы просим принять участие психолога дошкольного учреждения. Всю полученную информацию я обрабатываю и передаю педагогам.

Он же, встречая детей первого сентября, уже «знает» своих детей. Эта информация помогает мне и педагогу еще во время адаптации ребенка к обучению уделять особое внимание детям с низким уровнем готовности, со статусом ЗПР. В результате педагог составляет индивидуальную образовательную программу, учитывая не только свой небольшой «стаж» наблюдения за ребенком, но и информацию специалистов-психологов.

Родительские анкеты несут всю информацию о составе семьи, адресе проживания и месте работы. Таким образом, у педагога уже в июне появляется возможность составить социальный паспорт класса, выделить группу готовых к школе условно, детей с ОВЗ, инвалидностью и предварительно спланировать дальнейшую работу.

В нашу школу приходят не только дети из базового детского сада, но и ребята из других дошкольных образовательных учреждений. Личное знакомство с педагогами детских садов, логопедами решает и эту проблему: на детей из других дошкольных учреждений делается запрос специалисту, который и передает мне анкету первоклассника. Неорганизованные дети (домашние дети) проходят традиционную диагностику первоклассника в школе.

С 1 сентября 2016 года вступает в силу федеральный государственный стандарт начального общего образования для обучающихся с ОВЗ и федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Стандарт устанавливает сроки освоения АООП НОО от четырех до шести лет разными группами обучающихся с ОВЗ. Следовательно, необходимым условием является своевременное выявление детей, требующих особого образовательного маршрута, но большинство «особых» детей приходит в первый класс, не имея статуса просто потому, что родители, зная о проблемах в развитии, поведении, все-таки игнорируют рекомендации специалистов-дошкольников. Иными словами, психолог-дошкольник видит проблему, работает с ребенком, с родителями, направляет на ТППМК. Но их рекомендации зачастую не выполняются. В первом классе процедура обозначения статуса начинается заново: входящая диагностика, обсуждение результатов, группа риска, ПМП-консилиум, беседы с родителями, направление на ТППМК – установление статуса ЗПР. А безоценочная система обучения в 1 классе часто отодвигает посещение ТППМК еще на год. Ведь только после заключения ТППМК появляется возможность обучать ребенка по адаптированной программе. Иные требования адаптированной программы и правильное психолого-педагогическое сопровождение ребенка с ЗПР снижают эмоциональную нагрузку на психику ребенка, повышают самооценку, мотивацию к учебе и дают результат!

В феврале 2016 года я в качестве психолога ТПМПК приняла участие в городском методическом объединении логопедов и психологов-дошкольников. Семинар был расширенным, с приглашением специалистов комитета по образованию, школьных психологов. Мое выступление было обращением к коллегам дошкольных учреждений с предложением активизировать профессиональную деятельность по выявлению детей, требующих помощи специалистов, индивидуального подхода и адаптированной образовательной программы, а не отмахиваться от проблемных детей со словами, мол, уйдут в школу – пусть с ними там и разбираются. Я привела данные за пять лет, где показана динамика роста детей с ЗПР к 3, 4 классу, т.е. установление статуса ЗПР все же происходит. А ведь задержка в развитии была очевидна еще в детском саду. Всем понятно, что потеряны два года коррекции.

Вступающий Стандарт для детей с ОВЗ четко поясняет, если у ребенка есть задержка в развитии, она должна быть, как минимум, обозначена в дошкольном учреждении, и, как норма, – установлена к моменту выпуска из детского сада. Родительской аудитории необходимо разъяснять значимость раннего выявления проблем в развитии детей, объяснять ответственность за препятствие получения образования ребенком. Только в этом случае можно говорить о качестве преемственности, коррекции и возможности выбора путей дальнейшего развития и обучения детей с ОВЗ.

Роль школьного спортивного клуба «Русский богатырь» в формировании здоровья и безопасного поведения школьников

*Денисов Михаил Анатольевич,
учитель физической культуры
МБОУ «Солонешенская СОШ» с. Солонешное*

Каждый учитель мечтает, чтобы его воспитанники были активными, инициативными и творческими людьми. Многие не только мечтают, но и прилагают для осуществления мечты немало усилий. Что же мы получаем в итоге? Какое-то извечное противостояние «всезнающих» учителей и «ничего не желающих делать» детей. Можно ли изменить эту ситуацию? Можно, если очень этого захотеть. А именно, предложить детям такую форму жизнедеятельности, где им было бы интересно.

Именно ИНТЕРЕС детей должен стоять во главе угла, если мы хотим получить что-то важное и нужное в воспитательном взаимодействии.

Такой формой деятельности может стать клубная. Почему?

Во-первых, клуб изначально предполагает объединение людей по интересам.

Во-вторых, клубная деятельность способствует неформальному и свободному общению, что является привлекательным для детей.

В-третьих, хорошо функционирующие клубное объединение, будь оно спортивное или какое-то иное, создает реальные предпосылки развития сотрудничества, самоуправления, взаимодействия взрослых и детей.

В-четвертых, клубная деятельность – благодатная почва для развития детской инициативы, ибо создает возможность организации жизнедеятельности не так, как определено многочисленными (пусть даже хорошими) образовательными программами, а так, как «решили сами».

Школьные клубы это не новая форма работы, но достаточно непростая, требующая больших временных, материальных и физических затрат, изучив все «за» и «против» было принято решение о создании в школе спортивного клуба «Русский богатырь». Школьный спортивный клуб создан с целью организации и проведения спортивно-массовой работы в образовательном учреждении во внеурочное время.

Основопологающим документом в работе спортивного клуба является «Положение о школьном спортивном клубе», утверждено директором школы.

Основными функциями деятельности спортивного клуба являются:

- организация постоянно действующих спортивных секций и групп общей физической подготовки учащихся;

- проведение внутриклассных и внутришкольных соревнований, товарищеских спортивных встреч с другими школами;

- организация участия в соревнованиях, проводимыми органами управления образования;

- проведение физкультурных праздников, показательных выступлений ведущих спортсменов школы, района;

- проведение широкой пропаганды физической культуры и спорта в школе;

- расширение и укрепление материально-спортивной базы школы оборудование школьных спортивных сооружений и уход за ними, ремонт и изготовление простейшего спортивного инвентаря).

О том, что клуб создан не зря, свидетельствуют результаты проделанной работы. В течение года спортивный клуб принимал участие в организации спортивных соревнований, дней Здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п. В школе стали традиционными Веселые старты между командами детей, родителей и учителей.

С целью воспитания культуры ЗОЖ, привлечения молодежи к интересным, зрелищным формам досуга в школе успешно проведен школьный этап V муниципальной игры «Стартинейджер» среди учащихся средних классов. В игре приняли участие 5 команд района. Учащиеся нашей школы заняли второе место.

В течение года сборные команды спортсменов школы приняли успешное участие во всех районных соревнованиях.

XXVIII районная летняя Олимпиада школьников – сборная команда из 44 учеников разных возрастных категорий заняла в общем зачете 1 место, в том числе: легкая атлетика – 1 место, полиатлон – 1 место, эстафета 1 место (юноши), 1 место (девушки), футбол – 1 место (турнир по футболу, по-

священный День Победы проведенный в зачет летней олимпиады). В организации всех перечисленных мероприятий принимали участие члены клуба, облегчив работу нам учителям физкультуры. Кроме того есть еще важные составляющие в том, что спортивный клуб просто необходим в настоящее время, а именно в стране возникла проблема здоровья и безопасности наших детей. СМИ то и дело передают страшные факты: от употребления синтетических наркотиков погибли подростки, увлечение экстремальными видами спорта набирает обороты, статистика самых распространенных увлечений и занятий школьников в свободное время больше огорчает, чем радует – это компьютеры, планшеты, телефоны, общение в интернете, ничего не видят и не слышат вокруг. Вот и современные технологии, а здоровых детей уже практически и нет! Из личной жизни вспоминаю свое детство, собирались дворовой командой футбол, волейбол, зимой хоккеем заняты были, и организовывать не надо было. Однако время не стоит на месте модернизация образования, введения федеральных образовательных стандартов вносит свои коррективы в школьную жизнь. В настоящее время возникла потребность в организации школьников, так же важно показать, что мир общения с другими детьми намного интереснее, чем сидеть дома и общаться по интернету, а это задача и педагогов и их родителей, а в помощь всем спортивный клуб «Русский богатырь»

Наблюдая за учениками, посещающими спортивный клуб можно отметить, что они становятся более дисциплинированными, ответственными. Посещая клуб, школьники учатся ставить цели, достигать их, планировать свою деятельность, работать в команде, все это пригодится им в будущей жизни. А самое важное повторюсь, они заняты и увлечены, а это путь к успешности в жизни, что заложишь, в детстве, в школьной жизни, то получишь во взрослой жизни, а задача учителя научить ученика жить самостоятельно, и быть человеком с большой буквы.

А это наши планы на будущее:

- продолжение работы клуба, поддержка инициативы учеников, регулярное привлечение к работе родителей, общественности участие их в спортивных мероприятиях;

- проектная и исследовательская деятельность;

- расширение партнерского взаимодействия, инвестиционной привлекательности школьных проектов по формированию здорового образа жизни.

Создание и работа клуба – это трудное дело, но затраты времени и сил, как правило, «окупаются» эффектами продуктивного влияния клубной деятельности на развитие детей и на создание благоприятной творческой атмосферы в школьном коллективе.

Опыт работы МО учителей начальных классов по теме «Здоровьесберегающие технологии на уроках и во внеурочное время»

*Жукова Елена Витальевна,
учитель начальных классов
МКОУ «Мирная СОШ» п. Мирный Зонального района*

Здоровье ребёнка формируется под влиянием многих факторов: природных, генетических, социальных, экономических. Именно в раннем детстве закладывается фундамент психического и физического здоровья.

И хотя традиционно считается, что одна из задач школы – дать необходимое образование, не менее важная задача – сохранить в процессе обучения здоровье детей. С состоянием здоровья связана и успешность обучения. Всё это требует внимательного отношения к созданию оптимальных гигиенических, экологических и других условий обеспечения организации образовательного процесса, предотвращающей формирование у обучающихся состояний переутомления.

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? Вот вопросы, которые ставит наше МО учителей начальных классов перед собой в последние годы.

Наша школа ставит перед собой задачу: осуществлять валеологическое сопровождение учебно-воспитательного процесса, предусматривающего такие направления в работе, как:

1. Диагностика состояния здоровья.
2. Профилактика здорового образа жизни.
3. Консультационная работа.
4. Валеологизация учебно-воспитательного процесса.

Систему работы по здоровьесбережению мы выстраивали, опираясь на инновационный опыт, как своих учителей, так и передовых педагогов района, края, страны. На конференциях по УМК «Перспективная начальная школа» где часто выступают наши педагоги всегда на первом месте стоят здоровьесберегающие технологии.

На базе нашей школы проходила научно-практическая конференция Восточного образовательного округа, где каждый учитель выступил с обобщением опыта работы по данной теме. Все материалы конференции, где выступали наши учителя, были помещены в сборнике «Роль школы в формировании здорового поколения XXI века».

Учителя нашего МО собрали материал по теме «Формирование здоровьесберегающей среды на уроках в начальной школе». Утренняя зарядка, эмоциональный настрой на успешное обучение, ликвидация страха, валеологические паузы, физкультурные минутки, рефлексия, психотерапевтическое педагогическое воздействие, цветовое оформление класса – это и есть организация здоровьесберегающей среды в образовательном процессе, что

позволяет обучающимся успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве.

Как удовлетворить потребности детей в движении? Мы стали искать способы удовлетворения этих естественных потребностей и подготовили подробную информацию, как у нас проходит «Организация гигиенической гимнастики перед уроками». К материалу приложила несколько комплексов утренней гимнастики.

Не забыли и про организации двигательной активности школьников в условиях внеурочной деятельности. Игры и развлечения на открытом воздухе, подвижные, дидактические, творчески-ролевые, строительные, музыкальные, спортивные часы, прогулки, экскурсии – неперенные спутники жизни детей.

Конечно, родителей, которые заинтересованы в хорошем здоровье своих детей, самые главные наши помощники. Это правильно организованное время ребёнка после школы, вовлечение их в дополнительное образование, выбор направления во внеурочной деятельности. Дети учатся рационально использовать время уже с младших классов, а смена видов занятий даёт разрядку и отдых. Обязательно говорим о правилах питания, играем во вкусные игры. Совместное участие детей и родителей в разнообразных делах класса создаёт благоприятный моральный климат в коллективе.

Из системы работы вытекают следующие основные принципы внедрения и реализации оздоровительных технологий в деятельность школы:

1) комплексность использования оздоровительных технологий с учётом состояния здоровья учащихся, структуры образовательного процесса, условий обучения, воспитания;

2) непрерывность проведения оздоровительных мероприятий в течение года;

3) максимальный охват оздоровительными мероприятиями всех учащихся;

4) интеграция оздоровительных технологий в образовательном процессе;

5) преимущественное применение немедикаментозных средств оздоровления, широкое использование средств, стимулирующих защитные силы организма;

6) использование доступных и современных технологий;

7) реализация в условиях образовательного учреждения на индивидуальном и групповом уровне мероприятий по повышению двигательной активности, закаливанию обучающихся, воспитанников, охране психического здоровья, а также по оздоровлению детей, имеющих функциональные расстройства и хронические заболевания.

И наши действия:

1. Применение в образовательном процессе современных педтехнологий, отвечающих критериям здоровьесбережения.

2. С целью охраны органов зрения у детей и для профилактики близорукости проводится специальный массаж, гимнастика для глаз, контроль за осанкой.

3. Перед наступлением гриппа родительский комитет закупает медицинские и фитопрепараты для профилактики простудных заболеваний детей.

4. С целью охраны психического здоровья детей следим за микроклиматом в классе, проводятся комплексы упражнений для релаксации.

5. Для повышения сопротивляемости организма, успокаивающего или тонизирующего действия применяется ароматерапия – ароматизация помещений эфирными маслами растительного происхождения. В холодное время года в пищу принимаем чаще фрукты, овощи, соки, лук, чеснок.

6. Для общего здоровья детей была установлена новая современная мебель, рассчитанная на детей младшего школьного возраста, заменены светильники. В классах есть новые доски, жалюзи, имеется много зелени, в каждом классе установлен кулер с чистой питьевой водой.

7. Для того, чтобы дети не уставали на уроке, проводятся физкультминутки и специальные упражнения для снятия напряжения с мышц опорно-двигательного аппарата, упражнения для рук и пальцев, упражнения для формирования правильного дыхания, точечный массаж для повышения иммунитета, точечный массаж для профилактики простудных заболеваний, упражнения для укрепления и расслабления мышц глаз (стереоофтальмология), комплекс физических упражнений для профилактики заболеваний органов дыхания.

8. На классных часах проводятся беседы и тренинги о правильном питании, режиме дня, зарядке, закаливании.

9. В середине учебного дня проводятся динамические часы на пришкольной спортивной площадке.

Здоровьесберегающая деятельность школы: диспансеризация, профилактические прививки, Дни, Недели Здоровья, спортивные школьные праздники, Школа здоровья (беседы с учащимися, с родителями), витаминизация, оформление классных и школьных «Углов здоровья».

Коллегами разработаны сценарии утренников, уроков здоровья, викторин и спортивных мероприятий. Вот названия некоторых из них: «Весёлое путешествие Здоровячка в страну Здоровья» (спортивно-конкурсная программа), «Праздник гигиены» – утренник, в котором участвуют старшие дети из драмкружка, Уроки здоровья в младших классах: «Дорога добра», их цели: обучение жизненно важным навыкам; формирование у детей навыков ответственного поведения; воспитание здорового образа жизни.

Вся работа нашего МО по внедрению здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс в начальной школе проводится в сотрудничестве с администрацией школы, педагогами физической культуры, ритмики, медицинской сестрой, персоналом сельского фельдшерско-акушерского пункта, работниками столовой и, конечно, с родителями.

Возможности внеурочной деятельности для сохранения и укрепления здоровья обучающихся в условиях реализации ФГОС

*Ковязина Наталья Александровна,
Тарасова Светлана Юрьевна,
заместители директора по УВР
МБОУ СОШ № 30 г. Новоалтайска.*

В национальной образовательной инициативе «Наша новая школа» отмечено, что одним из приоритетных направлений развития общего образования является переход на новые образовательные стандарты.

Внеурочная деятельность является составной частью учебно-воспитательного процесса и одной из форм организации свободного времени учащихся. Внеурочная деятельность понимается сегодня преимущественно как деятельность, организуемая во внеурочное время для удовлетворения потребностей учащихся в содержательном досуге, их участии в самоуправлении и общественно-полезной деятельности.

В настоящее время в связи с переходом на новые стандарты второго поколения происходит совершенствование внеурочной деятельности. Правильно организованная система внеурочной деятельности представляет собой ту сферу, в условиях которой можно максимально развить или сформировать познавательные потребности и способности каждого учащегося. Воспитание детей происходит в любой момент их деятельности. Однако наиболее продуктивно это воспитание осуществлять в свободное от обучения время.

В обновленных государственных стандартах особое место отведено формированию культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, определено, что воспитание обучающихся должны осуществляться в области творческого отношения к учению, труду, жизни, которое тесно связано с формированием самоактуализирующейся личности. С 2011 года МБОУ СОШ № 30 г. Новоалтайска является сертифицированной школой здоровья, поэтому обучение школьников бережному отношению к своему здоровью начинается с 1 класса. Формирование культуры здорового образа жизни занимает особое место в организации внеурочной деятельности.

В школе реализуется программа «Здоровей-ка», которая имеет не только различные формы, но и место проведения занятий: в аудитории, в спортивном зале, в зале ЛФК, на специально оборудованной спортивной площадке, в городском бассейне. Цель этих занятий: формирование у детей мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания, обеспечение физического и психического саморазвития. Методика работы с детьми строится в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребёнком, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность детей. Содержание занятий наполнено игровыми сюжетами и персонажами, что позволяет заинтересовать школьников, повысить их активность. Этому также способствуют

интерактивные игры, презентации, обучающие мультфильмы. Тематика занятий разнообразна: гигиена; укрепление осанки; закаливание; правильное питание; режим дня; забота о глазах и коже; уход за ушами, зубами, руками и ногами; вредные привычки; правила оказания первой медицинской помощи. Проведение занятий в спортивном зале и кабинете ЛФК строится с учетом диагностики, проводимой с помощью датчиков Vernier, что позволяет подбирать физическую нагрузку индивидуально для каждого обучающегося.

Кроме того, работа по формированию ЗОЖ строится с привлечением родительской общественности и социальных партнеров, что эффективно сказывается на развитии самоактуализации обучающихся школы. Развитие самоактуализации обучающихся в условиях реализации ФГОС включает комплекс специальных здоровьесберегающих и психолого-педагогических условий, способствующих этому развитию.

Чтобы правильно организовать внеурочную деятельность по формированию у школьников культуры здорового образа жизни, педагог должен обладать умениями:

- анализировать педагогическую ситуацию в условиях педагогики оздоровления;
- владеть основами здорового образа жизни;
- устанавливать контакт с коллективом учащихся;
- наблюдать и интерпретировать вербальное и невербальное поведение;
- прогнозировать развитие своих учащихся;
- моделировать систему взаимоотношений в условиях педагогики оздоровления;
- личным примером учить учащихся заботиться о своём здоровье и здоровье окружающих людей. [2, с. 38]

Таким образом, реализация внеурочной деятельности в нашей школе предполагает не только создание необходимых гигиенических и психологических условий для её организации, но и профилактику различных заболеваний, а также пропаганду здорового образа жизни. Внеурочная деятельность способствует развитию самоактуализации школьников через совокупность различных форм и методов по здоровьесбережению, направленных на воспитание здорового образа жизни:

- экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни,
- социальной ответственности и компетентности,
- трудолюбия, сознательного, творческого отношения к образованию, труду и жизни,
- и реализацию программ, разработанных на принципах здоровьесбережения и социального партнерства с различными образовательными и медико-социальными учреждениями.

Литература

1. Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1–5 классы. М.: Вако. 2004.
2. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1–4 классы М.: Вако. 2004.
3. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. Новые 135 уроков здоровья, или школа Докторов природы. М.: Вако. 2007.

Диагностические методы исследования для коррекции здоровья школьников в работе классного руководителя

*Косенко Ирина Сергеевна
учитель истории и обществознания
МКОУ Мирная СОШ п. Мирный Зонального района*

Одной из актуальных задач системы образования является сохранение здоровья подрастающего поколения.

Более 90% современных школьников имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья. Поэтому, одной из важных задач педагогического коллектива в целом и прежде всего классного руководителя является сохранение, укрепление и развитие здоровья учащихся.

Задача классного руководителя в этом аспекте – стать организатором координатором совместной деятельности детей, родителей, учителей-предметников которая бы помогала каждому ребенку осознать здоровье как ценность, выбрать здоровый образ жизни.

Важно, чтобы эта работа носила системный характер. Классный руководитель большое внимание уделяет диагностическим методам исследования для организации коррекции здоровья детей. Ведется мониторинг здоровья, в котором отражены все проблемы ребенка, связанные со здоровьем.

Рассмотрим на примере показателей, характеризующих уровень здоровья детей 6 класса и проанализируем результаты работы.

1. Уровень и структура общей заболеваемости (инфекционная, неинфекционная, травматическая). Как организована профилактика.

Класс	Четверть	Инфекционные заболевания	Неинфекционные заболевания	Травма
6	1	4 уч-ся	–	–
	2	15 уч-ся	2 уч-ся	–
	3	6 уч-ся	–	–

В 1 четверти 4 учащихся – ОРЗ (лечение амбулаторное). Во 2 четверти 10 учащихся – ветряная оспа (лечение амбулаторное).

5 учащихся – ОРЗ (лечение амбулаторное).

В 3 четверти 6 учащихся – ОРЗ (лечение амбулаторное).

Профилактика: беседа на классных часах.

2. Уровень и структура острой заболеваемости, как организовано лечение (число детей).

Класс	Четверть	ОРЗ	Грипп
6	1	4 уч-ся	-
	2	5 уч-ся	-
	3	6 уч-ся	-

Лечение: проводилось амбулаторное.

3. Заболеваемость в человеко-днях.

Класс	Заболевания			
	Сердечнососудистой системы	Органов дыхания	Опорно-двигательного аппарата	Другие
6	3	63	-	14

4. Процент часто болеющих детей – 8%.

Процент распределения детей для занятий физкультурой.

Класс	Основная	Подготовительная	Специальная
6	92%	8%	-

5. Процент детей, функционально незрелых к обучению. Как организовано с ними обучение?

Функционально незрелых к обучению детей нет.

6. Количество детей с хроническими заболеваниями – 3 ребенка.

7. Число детей, нуждающихся в оздоровительных мероприятиях – 1 ребенок.

8. Процент травматизма – нет.

Аналитические данные о физическом развитии помогают подобрать формы и методы работы, которые вызывают подлинный интерес к здоровому образу жизни.

На основании этого составляется план воспитательной работы.

В систему физкультурно-оздоровительных мероприятий включается посещение спортивных секций, которые посещает каждый ученик класса. Это и туристический кружок, где школьники приобщаются к ведению здорового образа жизни; приобретают знания способов выживания, изучают родной край. Кроме того учащиеся успешно занимаются в баскетбольной секции, в кружке греко-римской борьбы, самбо. Танцевальный кружок посещают девочки. Часто организуем вместе с родителями поездки на природу: в Горный Алтай, в окрестности села, в г. Бийск.

В зимний период учащиеся посещают каток, который построен на территории села. Дни здоровья организуем один раз в месяц, где подвижные игры и соревнования занимают большую часть времени, а физ. минутки на каждом уроке. Два раза в месяц проводится «Школа здоровья».

Санитарно-гигиенический режим включает в себя такую важную проблему как борьба с вредными привычками: курением, алкоголизмом и наркоманией. Эти вопросы изучаются на классных часах, беседах.

Здоровый образ жизни предполагает систему рационального питания. Поэтому все учащиеся класса питаются в школьной столовой.

Система обеспечения безопасности и жизнедеятельности (ОБЖ) предполагает изучение два раза в месяц правил дорожного движения и техники безопасности. Не упускаю вопросы социальной защиты детей, оказавшихся в трудных жизненных ситуациях.

В период эпидемий говорим о том, как уберечь себя от гриппа, простудных заболеваний, о режиме дня и о том, как проводить подвижные игры на воздухе.

Изучение этих тем позволили школе и классу избежать карантина по заболеваемости гриппом в районе.

Задача нашей школы – сохранение и укрепление здоровья школьникам, а так же пропаганда здорового образа жизни, содействие утверждению в жизни школьников идей добра и красоты, физического и духовного совершенства и мы ее выполняем.

Литература:

1. Ю.А. Долженко «Проблемы формирования «успешного» педагога в системе постдипломного образования», Б.: Изд-во АК ИПКО, 2001, с. 282

Взаимодействие семьи и школы по формированию здорового образа жизни младших школьников через организацию внеурочной деятельности

*Ларькина Екатерина Владимировна,
учитель начальных классов
МБОУ «СОШ № 17» г. Бийска*

Здоровье как категория является одним из главных элементов национального богатства любого государства.

Назначение современной российской школы – готовить человека думающего, чувствующего, имеющего знания и способного использовать их в жизни, обладающего высокой культурой и умеющего общаться. Однако все эти качества могут быть полноценно реализованы на практике лишь в том случае, если ребенок будет здоров. Формирование потребностей в сохранении жизни и здоровья младших школьников в процессе обучения в нашем образовательном учреждении выходит на первый план.

Здоровая семья – здоровый ребенок. Принцип означает, что деятельность в интересах здоровья ребенка может быть успешной только в том случае, если родители и педагоги станут союзниками, оказывая взаимную поддержку друг другу по формированию здоровья и безопасного поведения жизни младшего школьника. Именно родители являются первыми педаго-

гами, и семья с раннего детства призвана заложить в ребенке ценности и нравственные ориентиры на построение разумного и безопасного образа жизни, здесь он находит пример для подражания, здесь происходит его социальное рождение.

Роль родителей в сбережении здоровья ребёнка состоит в готовности принимать помощь и поддержку от специалистов школы в вопросах сохранения и укрепления здоровья ребёнка, активном участии в создании культурных традиций школы. Созданная в школе здоровьесберегающая среда формирует у детей и их родителей ответственное отношение к своему здоровью, его развитию и сохранению.

Педагоги нашей школы активно ведут работу по формированию здоровья и безопасного поведения учащихся во внеурочной деятельности в сотрудничестве с родителями по следующим направлениям:

1. Привлечение родителей к обучению детей здоровому образу жизни (проведение тематических родительских собраний в форме: «круглый стол», «вопрос-ответ», «родительская конференция»; с приглашением специалистов школы «Как учить детей беречь здоровье», «Режим дня младшего школьника», «Сон – лучший лекарь», «Профилактика простудных заболеваний», «Здоровый ребенок – успешный ребенок», «Дети и компьютеры», «Роль совместного отдыха родителей и детей», индивидуальные беседы и т.д.).

2. Привлечение родителей к проведению мониторинга состояния здоровья детей.

3. Приучение ребят (сначала с помощью родителей, а затем самостоятельно) к самонаблюдениям и самоконтролю за своим здоровьем.

4. Привлечение родителей к участию в проектной, исследовательской и продуктивной деятельности («Конструируем ростомер», «Мой паспорт здоровья», «Режим дня первоклассника», оформление портфолио и т.д.).

5. Участие в конкурсах и выставках (поделок, фотографий, плакатов «Правильное питание», «За здоровый образ жизни», «Осторожно, пешеход!»), создание мини-постера «Правильная осанка – залог здоровья».

6. Привлечение родителей к активному отдыху с детьми, расширяющему границы жизни школьников и формирующему навыки безопасного поведения во время отдыха (походы выходного дня, поездки на природу, в другие города, экскурсии).

7. Проведение совместных спортивно-оздоровительных праздников («Самый, самый, самый...», «Тропа здоровья», «Веселые старты», «Играй, играй – мяч не теряй», «Папа, мама, я – спортивная семья», «А ну-ка, мальчики», «Малые олимпийские игры», «Президентские состязания», «Дни здоровья» и т.д.); на основе народных традиций («Богатырские потешки», «Зимние забавы», «Масленичные гулянья»).

8. Создание информационных уголков по вопросам формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, в том числе на основе Интернет-технологий.

9. С помощью инспекторов проведение цикла мероприятий по правилам дорожного движения с целью профилактики дорожно-транспортного травматизма («Юный инспектор», «Азбука дорожного движения»).

10. Проведение совместно с родителями классных часов «Личная гигиена», «Советы Мойдодыра», «Привычки полезные и вредные», «Правильное питание», субботников «Школа-территория чистоты».

11. Разработка памяток-рекомендаций для родителей по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни.

12. Встречи-беседы с интересными людьми, ведущими активный образ жизни (путешественники, любители активного отдыха), представителями профессий, предъявляющих высокие требования к здоровью, со спортсменами – любителями и профессионалами.

В результате совместной работы семьи и школы, мы, педагоги начального звена, формируем культуру здорового и безопасного образа жизни, и достигаем следующих результатов:

- пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье;
- формирование установки на использование здорового питания;
- использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование знаний негативных факторов риска здоровью детей;
- становление навыков противостояния вовлечению в табакокурение и употребление алкоголя, других веществ.

Разнообразные формы деятельности, направленные на формирование у родителей практических навыков по созданию в семье здоровой и безопасной среды, – залог воспитания всесторонне развитой, психически и физически здоровой личности, способной творить и жить в социуме.

Литература:

1. Карасева Т.В. «Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий», М.: 2005.

2. Петров К.С. «Здоровьесберегающая деятельность в школе. Воспитание школьников», М.: 2005.

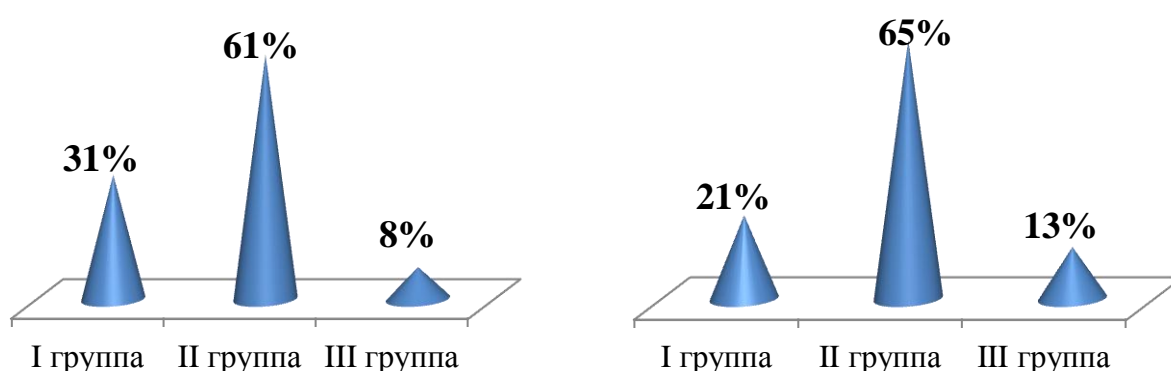
3. Смирнов Н.К. «Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы», М.: АРКТИ, 2003. – 272 с.

4. Шевченко Л.Л. «От охраны здоровья к успеху в учебе», М.: 2006.

Система работы по реализации программы внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании»

Максимова Татьяна Александровна,
учитель начальных классов
МБОУ «Солонешенская СОШ» с. Солонешное

Сбережение и укрепление здоровья детей – одна из острых проблем современной жизни. По статистическим данным в России до 35% поступающих в школу детей уже имеют хронические заболевания. А за годы обучения в школе их число возрастает в несколько раз, в том числе с заболеваниями желудочно-кишечного тракта в 3 раза.



Медицинский осмотр первоклассников *Медицинский осмотр первоклассников*

2011–2012 учебный год. 2015–2016 учебный год.

По результатам медицинского осмотра первоклассников в МБОУ «Солонешенская СОШ» мы видим, что число детей с хроническими заболеваниями увеличивается. Одной из причин такого печального результата является неправильное питание: безрежимность принятия пищи, еда всухомятку, не знание свойств полезных и вредных продуктов. Для растущего организма очень важно рациональное питание. Правильное питание наших детей в наиболее ответственный период их роста и формирования как личности – это, прежде всего, путь к здоровью нации. М.М. Безруких, директор Института возрастной физиологии РАО, академик РАО, доктор биологических наук, подчёркивает: «Среди важнейших социальных задач, которые сегодня стоят перед системой образования – забота о здоровье учащихся, их физическом воспитании и развитии. Но для того, чтобы средняя школа могла выполнить эту задачу, необходимо обеспечить её специальными педагогическими технологиями, которые бы позволили формировать культуру здоровья. [3, с. 2] Программа «Разговор о правильном питании» успешно решает эту задачу».

Эта программа способствует:

– получению общих сведений о питании, продуктах питания, о правилах приготовления пищи;

- расширению представления о необходимости заботы о своём здоровье, о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья;

- воспитанию соблюдения режима и гигиены питания, культуры поведения за столом, привычки правильно питаться;

Анализируя возможности школы, родителей, детей и свой собственный потенциал, учитывая цель и задачи программы «Разговор о правильном питании», я поставила перед собой следующие задачи:

- реализация принципов правильного питания;
- получение каждым ребёнком качественного образования с сохранением и укреплением здоровья;

- формирование навыков учебного сотрудничества, коллективного творчества, самостоятельности в игровой деятельности;

- сотрудничество с родителями и просвещение по вопросам организации правильного питания детей;

- расширение у детей знаний, связанных с питанием и здоровьем, а также с историей и традициями русского народа.

Исходя из этого, моя методика реализации программы «Разговор о правильном питании» основывается на теории педагогики сотрудничества. Главное в теории – идея совместной развивающей деятельности взрослых и детей, скреплённой взаимопониманием. Принцип сотрудничества распространяется на все виды отношений учителя, учеников и родителей. В результате, мною разработана и апробирована система работы, которая включает в себя следующие компоненты:

Соответствие занятий принципам здоровьесбережения (по Н.К. Смирнову):

- принцип профилактического эффекта – проведение триединых физкультурминуток (имею богатую «копилку» физкультурминуток для опорно-двигательного аппарата, дыхания, зрения);

- принцип психологической комфортности позволяет создать ситуацию успеха для повышения самооценки учащихся, снижает барьер страха, способствует развитию доброжелательных взаимоотношений.

- принцип опоры на индивидуальные особенности и способности ребёнка создаёт у детей ощущение комфорта, защищённости, формирует учебную мотивацию;

- принцип личного примера учителя помогает детям овладевать способами делового и личностного общения; [2, с. 12]

В системе занятий успех обучения, выполнения поставленных целей зависит от способов их достижения. Поэтому, в ходе реализации программы я использую разнообразные формы и методы, носящие преимущественно интерактивный характер, обеспечивающий непосредственное участие детей в работе по программе, стимулирующий их интерес к изучаемому материалу, дающий возможность проявить свои творческие способности.

Основными формами в моей работе с учащимися являются: уроки здоровья; мини-проекты; экскурсии; организация учебных занятий с исполь-

зованием элементов театрализации; индивидуальные и групповые консультации на различных этапах выполнения проекта или исследования; викторины; праздники; разнообразные формы презентации результатов работы; системность работы с родителями.

Поддержка родителей, осознание ими важности и необходимости проводимой работы – непереносимое условие для успешной реализации задач программы. Поэтому в реализации программы «Разговор о правильном питании» часть заданий ориентирована на совместную деятельность детей и взрослых.

Виды и формы работы с родителями: вовлечение в реализацию программы родителей учащихся; творческая работа учащихся с родителями; конкурсы поделок; конкурсы рисунков; изготовление памяток; проектная деятельность; создание мультимедийного сопровождения; исследовательская работа; разработка и анализ анкет для родителей (до и после изучения темы); проведение родительских собраний по организации правильного питания; системность работы с работниками различных сфер социума.

Не менее важным элементом эффективной реализации программы является привлечение работников различных сфер социума. Я тесно сотрудничаю с работниками центральной районной детской библиотеки, районного Дома культуры. На родительские собрания и беседы в классе приглашаю медицинских работников.

Проделанная работа по данной программе позволила добиться положительных результатов: повысился уровень познавательного развития по данной теме, у детей улучшился аппетит, они охотнее стали кушать каши, супы, запеканки и т.д.; дети освоили правила приема пищи, правила культуры поведения за столом; сформированы основные навыки личной гигиены, в том числе и связанные с питанием; на занятиях дети проявляют творческую активность.

Веду активную работу по самообразованию, изучая опыт коллег по реализации программы «Разговор о правильном питании». Работаю по обобщению и распространению собственного педагогического опыта, выступая на педагогических советах школы, участвуя в работе муниципального учебно-методического объединения учителей начальных классов, в окружной методической выставке в г. Бийске. Провожу открытые занятия и внеклассные мероприятия. В 2015 году принимала участие в краевой этапе конкурса методических разработок «Развитие компонентов художественно-эстетической культуры в программе «Разговор о правильном питании». Награждена дипломом за лучшую работу.

Литература:

Программа «Разговор о правильном питании» М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева М. ОЛМА Медиа Групп, 2009.

2. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2002. – с. 62.

З. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о правильном питании/ Методическое пособие. – М.:ОЛМА Медиа Групп 2009, 79 с.

Пропаганда ЗОЖ во внеурочной работе (в рамках литературного кружка «Вариации слов»)

*Микитюк Л.Г.,
учитель русского языка и литературы
МБОУ «Шелаболихинская ООШ»*

Кружковая работа в школе – это путь развития интересов, склонностей, способностей учащихся.

Программа литературно-творческого кружка «Вариации слов» включает в себя блок тем, посвящённых пропаганде ЗОЖ, пагубному влиянию вредных привычек.

На первом из занятий участники кружка обсуждают проблему, а на последующих делают творческий отклик на проблему. Последние занятия этого блока посвящены презентации творческих наработок: конкурс чтецов, выпуск рукописной книжки произведений о ЗОЖ, выступления перед учащимися школы на классных часах, школьных праздниках, родительских собраниях, предметных месячниках, участие в различного рода конкурсах: школьных, муниципальных, региональных, всероссийских.

Творческий продукт кружка «Вариации слов»:

Вредным привычкам – сто тысяч раз – НЕТ!!!

Людей с сигаретами я избегаю:

От дыма табачного режет глаза...

Друзьям я своим всякий раз повторяю:

Курение – яд! Отказаться пора!

От пива бутылки, друзья, откажитесь –

К здоровому образу жизни стремитесь!

Минздрав убеждает: алкоголь, табак – вред!

Вредным привычкам сто тысяч раз – НЕТ!!!

Счастливым хочешь быть, иль нет?

Куренье – ад!

Курить не смей!

Куренье – яд для организма!

Куренье победить сумей,

Во имя интересной жизни.

Куренье повергает в мрак,

Куренье вызывает рак,

Куренье к пропасти ведёт,

Куренье счастья не даёт.

Так сделай вывод, человек:

Счастливым хочешь быть иль нет?

Дружит 8 класс со спортом
Дружит 8 класс со спортом –
Берёт спортивные рекорды.
Восьмиклассники-спортсмены!

Юная, лихая смена:
Артём гоняет ловко мяч,
Саша – лучший наш силач –
Поднимает гири Саша
Раз так, может, 25.
Ксюша – в баскетбол игрок,
Настя в беге знает толк.
Аня – мастер по прыжкам,
Захар – по лыжам и конькам!
А Иван наш – мастер плавать...
Можете себе представить –
Лучший в школе он пловец,
Ему равных в воде нет.
Восьмиклассники имеют
Грамоты, медали...
Восьмиклассники-спортсмены!
А вы об этом знали?
Приходите и знакомьтесь
С нашими спортсменами,
Чемпионами, быть может,
А может, рекордсменами!

Человеку 21 века!

Что пожелать мне человеку
В новом 21 веке?
Ну, конечно же, **ЗДОРОВЬЯ!**
Только есть одно условие:
За здоровье нужно биться,
Добиваться, не лениться,
Знают все наперечёт –
Вода под камень не течёт!
Здоровья за деньги не купишь,
И призом здоровью не быть...
Здоровье лишь можно умножить,
На годы вперёд укрепить...
Как сделать? А всё очень просто –
С ним, человек, не шути!
Не поддавайся соблазнам:
Не пей, не колись, не кури!
Бесцельно не жги жизнь напрасно...
Диван, интернет, казино –

Всё это лишь губит здоровье,
Весьма уязвимо оно!
А как преумножить здоровье?
Зарядка, спортзал, стадион,
Физический труд, несомненно,
(Здоровью показан и он).
Ещё для здоровья полезны
Походы в театр, кино,
Общение с родною природой
(Здоровью во благо оно).
Ещё для здоровья неплохи
Добро и желанье творить,
Иметь удовольствие к жизни:
Не унывать, не хандрить...
Ещё для здоровья бальзамом –
Улыбка и радостный смех...
Того и другого желаю
Я изобилье для всех!
Здоровья за деньги не купишь,
Не спросишь у рыбки златой,
А коли сберечь его хочешь –
За него, человек, стой горой!

Посредством кружковой работы развивается не только креативность учеников – умение нестандартно работать со словом, облекая его в поэтическую форму, но и положительное отношение к здоровому образу жизни, что проявляется в содержательной части творческих работ. А выступление школьников со своим творческим продуктом – это пропаганда ЗОЖ среди сверстников, родителей.

Литература

1. Аронов А. А. От слова – к слову. – М.: Вече, АСТ, 1997 г.
2. Ларин В. Искусство владеть словом. – М.: изд. Знание, 1991 г.
3. С.А. Шмаков Игры в слова и со словами. Издательство «Астрель» Москва 2000

Особенности организации оздоровления детей в ЛООЛ «Радуга»

*Лосева Ольга Сергеевна,
учитель начальных классов
МБОУ СОШ № 2 города Заринска*

Стратегия организации и проведения всей лагерной смены определяется комплексно-целевой программой срок реализации, которой – июнь 2015 г., и возраст участников – от 7 до 17 лет.

Во-вторых, немного из прошлого. Уже с детства я мечтала стать учителем начальных классов и на всю жизнь запомнила рукописные планы моей первой учительницы. В них были три слова, выделенных пастой красного цвета. Это столь не понятные тогда для меня слова и так значимы сейчас: тема, цель, задачи. Учась в институте, мы сами научились формулировать тему и цели урока. Но удивительно было то, как же можно запланировать вперёд на день, неделю и целый год. И наконец, только работая учителем, я начала осознавать, что главное, сначала правильно запланировать свои действия и только потом достигать поставленных целей.

Руководствуясь всем вышесказанным, мы попытались составить программу лагеря с дневным пребыванием детей. Начало программы было заложено уже в апреле. Трудности, казалось, были непреодолимые:

1) Нужно было одновременно работать по основным направлениям (спортивные, духовно-нравственные, здоровьесберегающие и т.д.);

2) Большинство мероприятий должны быть направлены на формирование жизнестойкости личности;

3) Необходимость привлечения дополнительных квалифицированных работников из органов полиции, культуры и образования.

Итак, остановимся на том, что же такое планирование, ведь всем известна пословица «Как корабль назовёте так он и поплывёт». Планирование – система организаторской деятельности, процесс выбора целей и решений, необходимых для их достижения. От успешности планирования зависит эффективность жизнедеятельности коллектива.

Принципы планирования:

- безусловная безопасность всех мероприятий;
- учет особенностей каждой личности;
- ежедневная рефлексия с возможностью для каждого участника лагеря высказать свое мнение о прошедшем дне.

Цель и задачи воспитателей:

Осуществить реализацию права каждого ребенка на полноценный отдых, оздоровление, укрепление здоровья, удовлетворение интересов и духовных запросов, согласно основным потребностям детей школьного возраста.

В целях расширения кругозора, развития индивидуальных и творческих способностей и укрепления здоровья школьников, в течение лагерной смены работали творческие мастерские («До-ми-солька», «Попрыгунчики», «Юный информатик», «Юный астроном», «Творческая мастерская»).

Вся деятельность воспитателей делилась на три периода:

1. Организационный период
2. Основной период
3. Заключительный период

1 период (адаптация ребёнка к условиям и особенностям) лагеря.

Задача педагога на данном этапе организовать игры на знакомство, коллективные творческие развлечения, оформление отрядных уголков, выбор названий для отрядов, речевок. Все отряды в лагере с помощью воспи-

тателей и вожатых выбрали себе необычные названия (Краски лета, Капитошки и т.д.)

2 период (выполнение поставленных задач). Так при планировании своих воспитательных мероприятий воспитатель должен учитывать то, что мероприятия должны быть направлены на формирование у детей физического здоровья, жизнестойкости и т.д.

Начнём двигаться по часовой стрелке и первое ключевое направление, **это физическое здоровье детей**. Воспитателями лагеря были организованы:

- гимнастика с обручами, скакалками, лентами;
- спортивные соревнования среди отрядов лагеря «Радуга»;
- участие в спортивных соревнованиях среди школьных лагерей города «Перестрелка», «Кросс».

Один из дней в лагере назывался «Поговорим о спорте»

В каждой группе были проведены минутки здоровья «Мой рост и мой вес», беседы: «Герои спорта», «Виды спорта».

Проведен небольшой экскурс в прошлое о нормах ГТО в СССР. Детям были продемонстрированы значки отличия, которыми награждали достойных.

Общее лагерное дело «Футбольная прививка» состоялось на улице. На первом поле проводилась игра «Ручбол», на втором – «Футбол».

«Международный Олимпийский день» прошёл 23 июня. Ребятам в этот день было предоставлено развлечение «Скалодром» в ДК «Металлург». В этом мероприятии дети проявили хорошую физическую подготовку.

В результате всей лагерной смены, самым радостным моментом оказалось то, что ребята из нашего лагеря «Радуга» заняли первое место в городской Спартакиаде и стали обладателями «Золотого кубка».

Следующее направление:

Здоровый и безопасный образ жизни. Здесь прошли:

– Викторины: «Путешествия в страну Здоровья», «Знатоки дорожного движения»;

– Беседы: «Это должен знать каждый», «Час по обучению навыкам поведения в экстремальной ситуации» (беседа с пожарным);

– Конкурсы рисунков и плакатов ;

– Встречи с инспекторами ПДН и ГИБДД.

Мероприятия, направленные на экологическое воспитание:

– Мин. здоровья «Лес и вода – мы любим вас всегда»;

– Трудовая акция «Сохраним в чистоте нашу Землю» (Операция «Уют», «Фантик»);

– Конкурс агитбригад «Зелёный десант»;

– Подготовка и участие в городском конкурсе поделок из бросового материала.

Мероприятия творческого характера :

– Театрализованное представление по сказкам А.С. Пушкина;

– Рисунки «Лето и я – лучшие друзья»;

- Конкурс пародий «Один в один»;
- «Дисотека в стиле 80-х»;

На развитие духовно-нравственного критерия состоялись:

- библиотечные часы, посвященные юбилейным датам («70 лет Победы», «День памяти и скорби»);
- посещение мероприятий в ДК «Строитель».

И наконец, **на формирование жизнестойкости** в лагере прошёл цикл мероприятий:

- «Сильные и слабые стороны характера» (беседа по жизнестойкости);
- беседа «Мой будущий социальный статус»;
- тренинг развития способности к самопознанию и уверенности в себе.

3 период (подведение итогов прожитой смены), где воспитателю необходимо сосредоточиться на следующих **задачах**:

- Осуществить подведение итогов жизни отряда и оценку личностного роста его участников;
- Оказать детям индивидуальную помощь в преодолении кризиса расставания;
- Проанализировать с различных позиций свою работу: – отметить лучшее;
- Зафиксировать и подумать, как использовать в дальнейшем творческие находки смены.

Таким образом, общими усилиями воспитателей и детей мы добились следующих результатов:

1. Активно участвовали в городских мероприятиях и акциях;
2. Создали летопись, фотоприложение из жизни лагеря;
3. Наградили победителей. Выразили благодарности всем участникам и помощникам в организации лагерной смены.

В заключение хочется сказать о том, что поставленные цели и задачи были выполнены в результате слаженной работы воспитателей и детей. Вся воспитательная деятельность в лагере была организована в соответствии с планом воспитательной работы на каждый день. Отличная работа воспитателей способствовала созданию доброжелательной атмосферы в лагере. За время пребывания в лагере ребята очень сдружились с воспитателями и между собой, и уже не было разделения, кто из какого класса и кому, сколько лет – была единая, дружная команда летнего лагеря «Радуга». Все воспитатели старались, чтобы детский лагерь и летний отдых стал таким, чтобы было что вспомнить, чем похвастаться, о чем написать сочинение «Как я провел школьные каникулы». Уверены, что время пребывания в лагере «Радуга» для учеников нашей школы стало ярким, полезным и веселым.

Организация внеурочной деятельности у младших школьников с использованием здоровьесберегающих технологий

*Нечаева Татьяна Васильевна,
учитель начальных классов
МБОУ «СОШ № 17» г. Бийска*

Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. В последнее время очевиднее становится катастрофическое ухудшение здоровья учащихся. Наряду с неблагоприятными социальными и экологическими факторами в качестве причины признается и отрицательное влияние школы на здоровье детей.

Исследования последних лет показывают, что около 25–30% детей, приходящих в 1-е классы, имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья.

За период обучения детей в школе число здоровых детей уменьшается в 4 раза. Почему так происходит? Дело в том, что родители, ошибочно считают, что для детей самое важное – это хорошо учиться. А можно ли хорошо учиться, если у тебя кружится голова, если организм ослаблен болезнями, если он не умеет бороться с недугом? Также активно поднимается вопрос о том, что двигательная активность детей стала очень низкой, а это угрожает физическому и психическому здоровью детей.

Таким образом, перед учителем стоит задача сохранения и укрепления здоровья учеников после поступления в школу, когда возрастает и психологическая и физическая нагрузка на детский организм.

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий становится приоритетным направлением в деятельности педагога, работающего с детьми младшего школьного возраста.

Основная цель здоровьесберегающих технологий – сохранение и укрепление здоровья учащихся. Отсюда возникают основные задачи:

- обеспечение школьнику возможности сохранения здоровья на период обучения в школе;
- снижение уровня заболеваемости учащихся;
- формирование у учащихся знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни;
- формирование системы спортивно-оздоровительной работы.

На протяжении многих лет своей работы я применяю здоровьесберегающие технологии на уроках и во внеурочное время. Стремлюсь включать школьников в различные виды двигательной, интеллектуальной, эмоциональной активности в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, создавая условия для их творческого самовыражения. Для этого они применяют различные способы укрепления здоровья (дыхательную, коррегирующую гимнастику, элементы психотерапии и др.).

Очень большое внимание имеет микроклимат в классе, ведь ребёнок только тогда будет с удовольствием ходить в школу, если в чистом, уютном классе его встречает добрый взгляд учителя и друзья-одноклассники.

Для того, чтобы дети меньше уставали в школе, я провожу упражнения для опорно-двигательного аппарата, упражнения для рук и пальцев, упражнения для формирования правильного дыхания, точечный массаж для повышения иммунитета, точечный массаж для профилактики простудных заболеваний, упражнения для укрепления мышц глаз и улучшения зрения, комплекс физических упражнений для профилактики заболеваний органов дыхания.

На переменах провожу специальные оздоровительные игры. Мною разработаны сценарии утренников, уроков здоровья, викторин и спортивных мероприятий. Вся моя работа по внедрению здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс в начальной школе проводится в сотрудничестве с родителями школьников. Они принимают активное участие в подготовке и проведении утренников, спортивных мероприятий, культпоходов.

Большое внимание отводится прогулкам на свежем воздухе, прогулки проводятся систематически.

Большое внимание отвожу гигиене: у всех учащихся имеется сменная обувь, перед едой строго моют руки.

Классная комната постоянно проветривается и имеет оптимальную температуру.

Наблюдения показывают, что использование здоровьесберегающих технологий во внеурочной деятельности позволяет учащимся более успешно адаптироваться в социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности, а учителю эффективно проводить профилактику асоциального поведения.

Принцип формирования здоровья, то есть ценностей здорового образа жизни, валеологических знаний и умений, мотивации учащихся на здоровый образ жизни, осуществляется через внеурочную деятельность, раскрывающую сущность основных компонентов здоровья и здорового образа жизни посредством организации взаимодействия участников педагогического процесса, в котором формируются ценности, идеалы здоровья и понимание определенных способов его достижения.

Эффективность перечисленных механизмов во многом зависит от уровня культуры здоровья человека, которая формируется в процессе целенаправленной педагогической деятельности.

Для достижения целей здоровьесберегающих образовательных технологий обучения необходимо определить *основные средства обучения*:

- средства двигательной направленности;
- оздоровительные силы природы;
- гигиенические

Комплексное использование этих средств позволяет решать задачи педагогики оздоровления.

Запас двигательной энергии ребенка, особенно в младшем возрасте, настолько велик, что он самостоятельно реализует потребность в движении естественным путем – в игре. Игра выступает одним из эффективных средств организации внеурочной деятельности в начальных классах, в полной мере отвечая возрастным особенностям младших школьников и естественным механизмам развития их психики.

Подвижная игра также является наиболее эффективной формой физического воспитания в младшем школьном возрасте, когда кроме развития физических качеств, с ее помощью реально можно решить проблему интеллектуального развития. Подвижная игра относится к разряду тех средств, которые многофункциональны по своему характеру; способствуют самореализации, самовыражению личности; интересны детям; органически вписываются в современные учебно-воспитательные системы; обогащают оздоровительные возможности образовательного процесса; решают важную воспитательную задачу приобщения учеников к истории и традициям родного и других народов, вносят свою лепту в воспитание духовности, формирование системы нравственно-эстетических, общечеловеческих ценностей, развивают творческие способности детей.

В целом, эффективность использования здоровьесберегающих технологий в рамках реализации ФГОС прослеживается в возросшем уровне компетентности учащихся в вопросах здоровьесбережения, в развитии их физических навыков, двигательной активности и, в целом, на общем состоянии здоровья детей, что выразилось в снижении простудных заболеваний.

Литература:

1. Безруких М.М. «Здоровьесберегающая школа», М.: Изд-во МПСИ, 2004, 240 с.
2. Воронова Е.А. «Здоровый образ жизни в современной школе», М: Изд-во Феникс, 2011, 178 с.
3. Истомина А.В. «Модерация здоровья, как форма обобщения и совершенствования здоровьесберегающего образования», ж-л «Воспитание школьников», 2011, № 4, 8–12 с.
4. Лузик Т. П. «Здоровый образ жизни: его принципы и составляющие», ж-л «Классный руководитель», 2011, № 6, 122–127 с.
5. Юматова Д. Б. «Технология самосбережения здоровья и жизненного оптимизма в работе с младшими школьниками», ж-л «Начальная школа», 2010, № 4, 8–12 с.

Сотрудничество семьи и школы по оздоровлению младших школьников

*Осинцева Светлана Михайловна,
учитель начальных классов
МБОУ «Камышенская СОШ» Петропавловский район*

Младший школьный возраст является одним из ответственных периодов человека по формированию личности. Именно в это время формируется здоровье, происходит становление личности, опыт детства во многом определяет взрослую жизнь человека.

Стремительные темпы развития нашего общества, информационные технологии предъявляют всё более высокие требования к человеку и его здоровью. Жизнь сейчас ставит перед нами много новых проблем, среди которой самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения и укрепления здоровья.

Воспитание здорового ребенка – одна из главнейших задач семьи и образовательного учреждения. Семья для ребенка – это источник общественного опыта. В семье ребёнок находит пример для подражания. Объединить усилия семьи и школы по формированию здорового образа жизни – одна из главных целей воспитательного процесса.

Основная задача классного руководителя (общая с родителями) создать условия для свободного развития физических и духовных сил учеников, руководствуясь интересами детей и их возрастными потребностями, защитить от всех неблагоприятных факторов, мешающих этому.

Чтобы повысить значимость здоровья для человека в целом предлагаю свою систему организации работы с родителями и детьми. Основные положения совместной работы с семьей в рамках здоровьесбережения:

- Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка хорошо понятны не только учителям, но и родителям.

- Систематичность и последовательность работы (в соответствии с планом, разрабатывается совместно с родителями)

- Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье.

- Взаимное доверие и взаимопонимание педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей – в образовательном учреждении.

Опираясь на эти положения, планируя воспитательную работу, делаю акцент на Здоровый Образ Жизни. Включаю следующие направления работы:

- ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;

- просветительская работа, пропагандирующая общегигиенические требования (консультации, устных журналов и дискуссии с участием психолога, медиков, специалистов по физическому образованию, а также родителей с опытом полноценного, сбалансированного питания, закаливания и т. д.);

- внеурочная деятельность (кружок «Школа Здоровья»);
- вовлечение родителей в физкультурно-оздоровительную работу (проведение совместных разнообразных занятий, мероприятий в физкультурном зале, на стадионе; коллективные турпоходы; выезды, экскурсии).

Провожу просветительскую работу через родительские собрания. Тематические собрания помогают обсудить вопросы по интересующим темам «Режим дня», «Правильное питание – залог здоровья», «Семья, ее роль жизни человека». Для проведения лекций и консультаций по данным вопросам приглашаются медицинские работники, лекторы и специалисты из организаций.

Следующим этапом – совместный физкультурный досуг, который позволяет приобщить к здоровому образу жизни не только учащихся, но и их родителей и педагогов.

В основе взаимодействия современного образовательного учреждения и семьи лежит сотрудничество. Нужно убедить родителей, что необходимо найти возможность для занятий физической культурой, повышения двигательной активности, создания необходимых условий для того, чтобы дети росли физически здоровыми, крепкими. Вовлечение семьи в спортивные мероприятия имеет большое значение: в такой семье растет здоровый, любящий спорт человек.

Спортивные мероприятия и общешкольные праздники способствуют совершенствованию двигательных умений детей, формированию интереса и потребности в занятиях физической культурой.

В нашей школе традиционно проводится в начале учебного года спортивный праздник «Физкульт – УРА!» на стадионе школы. Положительным моментом является то, что он проходит на улице и родители могут посмотреть и «поболеть» за своих детей.

Соревнования «Мама, папа, я – спортивная семья», «Весёлые старты» проводятся между семьями начальной школы. Процесс соревнования способствует укреплению здоровья и разностороннему развитию школьников, налаживанию эффективного взаимодействия с родителями.

В школе в рамках внеурочной деятельности работают кружки для младших школьников «Школа Здоровья», «Подвижные игры», а также секция футбола и волейбола, которые ученики посещают вместе с родителями.

Совместные спортивные мероприятия сближают детей и педагогов с родителями, дают прекрасную возможность создания атмосферы взаимопонимания и сотрудничества.

Зимой ребенку важно бывать на свежем воздухе. Активный отдых в это время – важная составляющая профилактики переохлаждений и заболеваний. В нашем классе появилась традиция в 3 четверти организовывать зимний турпоход с родителями в горы. Это мероприятие производит неизгладимое впечатление на учащихся и их родителей.

В течение года в школе проводятся организованные выезды в аквапарк «Беловодье» в г. Белокуриха, которые очень нравятся учащимся и помогают укрепить их здоровье.

Одним из обязательных мероприятий является оздоровительный поход с родителями по окончании учебного года. Школьники вместе с родителями и классным руководителем разрабатывают тему и программу похода, распределяют обязанности по организации мероприятия. Программа похода обязательно содержит спортивные игры, конкурсы или соревнования, которые имеют положительный отклик среди родителей и учащихся, способствуют формированию здоровых привычек.

Младшие школьники активно участвуют в различных конкурсах и выставках (поделок, стихотворений, плакатов «Будь независимым, скажи наркотикам «НЕТ», «Разговор о правильном питании», «Здоровая семья – здоровый край – здоровая Россия»).

Здоровый образ жизни пока не занимает в нашем обществе первое место в иерархии потребностей и ценностей человека. Но если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье и будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты физически, а не только интеллектуально и духовно.

Литература

1. Петров К. Здоровьесберегающая деятельность в школе // Воспитание школьников. – 2008. – № 2. – С. 19–22

2. Куликова Т. А. Семейная педагогика и домашнее воспитание. – М.: Академия, 2007. – 232 с.

Как создать психологическое благополучие ребенка в школе, реализуя программы факультативного курса по психологии для 5–8 классов

*Пономарева Е.Ю.,
педагог-психолог*

МБОУ «Гимназия «Планета Детства» г. Рубцовска

Одной из главных задач по психологическому сопровождению обучающихся является ориентация на повышение ресурсов психики и личности, помощь в самораскрытии личности школьников, развитие умения найти выход в сложной жизненной ситуации.

Интерактивное обучение, по нашему мнению, помогает человеку проявлять свои потенциальные возможности. Ребенок развивается, когда имеет возможность, одновременно с получением знаний, обсуждать неясные моменты, закреплять полученные знания, работая в команде, выражать свои чувства. Такие занятия с использованием элементов проектной деятельности, коллективной практической и исследовательской работы, игровыми и тренинговыми элементами проводятся нами для учащихся 5–8 классов. Для этой возрастной категории в нашей гимназии разработаны программы факультативного курса по психологии.

В пятом классе одна из основных задач – адаптация к среднему звену. Для обучающихся пятых классов мы предлагаем факультативный курс по психологии на основе программы М.Р. Битяновой по развитию проектного мышления «Учимся решать проблемы»[2]. В течение всего периода реализации программы дети работают в группах сменного состава, что не может не способствовать сплочению коллектива. Это актуально в нашем случае, так как в классах много вновь пришедших учеников.

Такие уроки психологии с использованием работы малых групп, групповой дискуссии по принятию общего решения дают следующие результаты. Мы провели диагностику уровня адаптации в конце второго месяца обучения и получили следующие результаты (см. Таблицу 1). Недостаточный уровень адаптации у учащихся 5Г класса (13,7%) может объясняться тем, что это класс – сформированный из учащихся, пришедших из разных школ.

Таблица 1

Особенности адаптации учащихся 5-х классов в конце 1-й четверти

Уровень адаптации (%)	5А	5Б	5В	5Г
Высокий	56%	62%	27,6%	45,4%
Частичная адаптация	40%	35%	72,4%	40,9%
Недостаточный	4%	3%	–	13,7%

Поскольку программа «Учимся решать проблемы» рассчитана на 17 часов, мы продолжаем работу с помощью проведения интегрированных уроков: психология и обществознание, психология и история. Интегрированные уроки психологии и обществознания направлены на решение проблемных ситуаций в группах сменного состава. Всего таких уроков мы проводим 3.

А интегрированный итоговый урок истории и психологии «Ночь в музее» [1] направлен на психологическую подготовку учащихся к экзаменам. Поскольку экзамены, как форма проверки знаний уже входит в жизнь пятиклассников. Проводится он нами в конце учебного года и помогает не только снизить тревожность по отношению к экзаменам, но и в игровой форме закрепить знания, полученные детьми на уроках истории.

В 6-м классе дети приступают к изучению факультативного курса по психологии «Психология общения». Рабочая программа курса составлена нами на основе программы Дубровиной И.В. «Психология общения»[5]. Уроки проводятся один раз в неделю, в течение всего учебного года. Основными направлениями работы являются развитие у детей навыков самоанализа, понимание чувств и мотивов поведения других людей, овладение формами конструктивного общения, приемами саморегуляции в стрессовых ситуациях.

Хотя основная форма проведения это урок, помимо традиционных форм используем работу проблемной группы, игровые и тренинговые эле-

менты, выполнение творческих заданий. Например, нами используются следующие задания:

- Работа с карточками «Что помогает и что мешает людям эффективно общаться»;

- Определение эмоций по картинкам;

- Составление словесных портретов («Современный красивый человек», «Портрет человека, которому нельзя доверять», «Портрет мамы глазами ребенка в возрасте 1 месяц, 3 года, 7 лет, 10 лет», «Портрет одноклассника глазами учителя и родителя», «Портрет человека, вызывающего антипатию»).

- Аукцион идей («Что помогает человеку быть красивым»);

- Упражнения на развитие рефлексии: «Общительный ли я человек», «Мои навыки, манера и стиль общения», «Каких умений в общении мне недостает? Как я могу их развить»;

- Рисование иллюстраций к пословицам о дружбе.

Учащиеся 7-х классов в связи с возрастными особенностями часто испытывают резкие перепады настроения, у них может возрастать обидчивость, раздражительность. Задачами факультативного курса по психологии в этот период является обращение к своему эмоциональному миру, рефлексия скрывааемых чувств, проработка и разрядка страха, обиды, обучение способам безопасной разрядки агрессии, развитие эмпатических навыков.

Рабочая программа факультативного курса по психологии составлена нами на основе программы Микляевой А.В. «Я – подросток»[3]. Занятия курса реализуются через проведение уроков с игровыми, тренинговыми элементами, использование тестов, работа в группах, сочинение сказок.

Психология в школе призвана укреплять психологическое здоровье школьников, это имеет отношение к развитию духовного мира, содержанию их личности. Факультативный курс «Психология самопознания и профессионального самоопределения» для учащихся 8 классов способствует осознанию сложности и уникальности человеческой личности, развитию духовного мира, формированию жизненных перспектив. Данный курс составлен нами на основе программы Дубровиной И.В. «Психология личности и профессиональные интересы», также нами используются упражнения из программы «Тропинка к своему Я» Хухлаевой О.В. [6].

На занятиях по психологии в 8 классе мы рассматриваем следующие темы: «Психологическая культура и психологические знания», «Сознание как высшая ступень развития психики», «Индивид, личность, индивидуальность», «Самосознание личности. Я – концепция», «Поведение и личность», «Личность и поступок», «Чувства и эмоции», «Психологическая помощь в стрессовых ситуациях».

Таким образом, можно сказать, что проводимые на протяжении подросткового периода факультативные занятия по психологии сопровождают детей в трудные периоды, помогают развитию навыков сотрудничества, повышают уверенность в своих силах, формируют у школьников представления о себе, как об умелом человеке с большими возможностями развития, формированию нравственных ценностей. Помогают детям стать полноправ-

ными членами общества и активными субъектами деятельности, что напрямую связано с ощущением психологического благополучия не только в школе, но и в повседневной жизни.

Литература:

1. Анистратенко Е. Ночь в музее. Большая психологическая игра / журнал «Школьный психолог», № 6–8, С. 36–38.
2. Битянова М.Р. , Беглова Т.В. Учимся решать проблемы. Программа развития проектного мышления у младших подростков. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов. – М.: Генезис, 2005. – 96 с.
3. Микляева А.В. Я – подросток. Мир эмоций. Программа уроков психологии / А.В.Микляева. – СПб.: Речь, 2003. – 61 с.
4. Преподавание психологии в школе / под ред. И.В. Дубровиной. – М. 2002. – 189 с.
5. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. Под ред. И.В. Дубровиной. – Екатеринбург: «Деловая книга», 2002.
6. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Средняя школа 7–8 кл. М.: Генезис, – 2005. – 207 с.

Формирование психологического здоровье учащихся на внеурочной деятельности

*Саблина Наталья Владимировна,
педагог-психолог
МКОУ Мирная СОШ Зонального района*

Здоровье – ни с чем не сравнимая ценность. Каждому человеку присуще желание быть сильным и здоровым. Ученые считают, что если принять условно уровень здоровья за 100%, то на 20% он зависит от наследственных факторов, 20% – от действия окружающей среды, 10% – от деятельности системы здравоохранения, а остальные 50% – зависят от самого человека, от того образа жизни, который он ведет. Дети проводят в школе значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья – дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье человека – важный показатель его личного успеха.

Здоровье человека образуют две составляющие – это психологическое здоровье и физическое здоровье, и оба эти понятия тесно взаимосвязаны. Страдания, стрессы, тревоги, конфликты, потери, депрессии и другие эмоциональные переживания провоцируют появление не только психологических, но и физиологических заболеваний. Любые отрицательные эмоции пагубно влияют на здоровье человека и вызывают, так называемые, психосоматические заболевания. В основе большинства заболеваний, которыми страдает современный человек, лежит именно психологическая причина.

В настоящее время многие исследователи в области педагогики сходятся к единому мнению, что в рамках реализации здоровьесберегающих технологий одним из основных направлений работы общеобразовательных учреждений по сохранению, укреплению здоровья учащихся и формированию здорового образа жизни должна выступать внеурочная деятельность.

В нашей школе с 5 класса проводится внеурочная деятельность по психологии по программе «Познай себя». Данная программа рассчитана на 34 занятия по 1 занятию в неделю. Цель курса внеурочной деятельности:

– Расширить знания о самом себе, обучить методам самопознания и самосовершенствования.

– Развивать познавательную активность обучающихся, самостоятельность мышления, умение отстаивать свои взгляды.

– Развивать навыки управления своим эмоциональным состоянием.

Задачи:

1. Сформировать у детей позитивную Я – концепцию, снизить уровень школьной тревожности.

2. Раскрыть личностный потенциал ребенка.

3. Развить у детей навыки общения, толерантности, коммуникативные способности, умение общаться в группах, коллективе.

4. Развить навыки управления своим эмоциональным состоянием и сдерживания негативных импульсов.

5. Сформировать доброжелательное отношение к себе и окружающим.

6. Обеспечить физическое и психологическое саморазвитие.

Основной метод, используемый на занятиях, – беседа и диалог на основе обсуждения выдвигаемых идей, мыслей, практических ситуаций, событий. Эффективнейшим средством социализации подростка, его приобщения к нормам и ценностям общества является игра, в процессе которой подросток расширяет, обогащает, углубляет свои социальные и психологические компетенции. Игра или её элементы присутствуют практически на всех занятиях внеурочной деятельности:

- диагностические;
- активизирующие,
- игры-театрализации;
- ролевые игры.
- психогимнастика;
- рисуночные методы;

Занятия помогают восстановить позитивную окрашенность отношений детей с окружающим миром. Ребёнок учится жить в ладу с собой и окружающим миром.

На занятиях проводятся тренинги: «Моя уверенность в себе», «Как сказать нет», «Берем агрессию под контроль», «Конфликт и пути его решения», «Школа самоуважения», «Каждый человек уникален и ценен», которые нацеливают ребят на ведение здорового образа жизни, выработку устойчивой жизненной позиции. Учащиеся знакомятся с формами отказа: отказ-соглашение, отказ-обещание, отказ-альтернатива, отказ-отрицание. Выби-

рают наиболее эффективные способы отказа, анализируют предложенные ситуации, проигрывают ситуации в парах. Проводим тесты и методики:

1. Тест школьной тревожности по Филипсу

Цель – для уточняющей диагностики детей «группы риска»; изучает уровень и характер тревожности связанной со школой.

2. Методика эмоционально-психологического климата в классе (Карпова Г.А.)

Цель – определение уровня эмоционально-психологического климата в коллективе.

3. Уровень школьной мотивации учащихся (по Лускановой).

Цель – определение уровня сформированности мотивационной сферы как основы успешности овладения учебной деятельностью.

4. Социально-психологическая адаптация

Цель – определить характер адаптации ребенка к условиям обучения в школе.

За первый год программы можно наблюдать такие результаты :

- на 9 % снижен уровень детей с неустойчивой адаптацией
- дети стали более доброжелательны друг к другу
- повысился интерес к процессу самоизучения
- снизился уровень эмоционального напряжения, тревожности, скованности, боязливости в движениях и речи.

Формирование навыков здорового образа жизни младших школьников во внеурочной деятельности в рамках реализации ФГОС (обобщение опыта)

*Сергеева Наталья Викторовна,
учитель начальных классов
МБОУ «СОШ № 15 с углублённым изучением
отдельных предметов города Заринска»*

В Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» и «Концепции модернизации российского образования» определены задачи системы образования по обеспечению активной адаптации личности к жизни в современном обществе, формированию у нее ответственности за собственное благополучие, необходимых навыков сохранения и укрепления здоровья, позволяющих реализовать эту ответственность.

Проблема сохранения здоровья подрастающего поколения в РФ является наиболее актуальной для системы образования, поскольку от состояния духовного, физического здоровья во многом зависит качество обучения и воспитания.

Главными задачами современной школы являются: воспитание здоровой личности, ориентированной на здоровый образ жизни; организация такого образовательного и воспитательного процесса, который не навредит

здоровью ребенку; использование доступных каждой школе средств охраны здоровья и развития школьника. Новое качество образования может быть достигнуто лишь при создании определенных условий, направленных на сохранение и укрепление здоровья обучающихся. Все это требует от педагогов особых подходов в образовании и воспитании, основанных на принципах здоровьесбережения.

Для нашего образовательного учреждения МБОУ СОШ № 15 Г. Заринска значимой является победа в VI краевом конкурсе «Новая школа – школа здоровья-2014». Получен Сертификат и статус «Школы здоровья Алтайского края». На протяжении многих лет школа является абсолютным победителем муниципального смотра-конкурса лагерей с дневным пребыванием, на протяжении четырех последних лет – победителем и дипломантом краевой антинаркотической акции «Летний лагерь – территория здоровья!».

Статус Школы здоровья требует особого подхода к организации образовательной деятельности, в том числе и к внеурочной деятельности, которая является неотъемлемой частью образовательного процесса в школе и позволяет реализовать требования федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) начального общего образования в полной мере. Для эффективности работы в этом направлении использую следующие методы и формы: тематические и информационные классные часы, праздники, экскурсии, конкурсы, соревнования, беседы, дискуссии, походы, работа с семьей, диагностика изучения личности, тесное взаимодействие с социально-культурной сферой.

В течение нескольких лет в рамках внеурочной деятельности веду кружок «Пост здоровья», главная цель которого – сформировать у детей установку на жизнь как высшую ценность, научить бережному отношению к себе и своему здоровью, стремиться творить свое здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия. Результатами работы кружка являются операция «Чистые руки», агитбригады по ПДД, «Осторожно, грипп!», «Осторожно, клещ!», «Чистота – залог здоровья».

В течение учебного года учащиеся класса регулярно проводят выступления агитбригады по профилактике дорожно-транспортного травматизма не только среди учащихся начальных классов нашей школы, но и в детских садах нашего города, а также в коррекционной школе. Видеоматериал о выступлениях был показан по городскому телевидению, а также были опубликованы фотоматериалы в газете «Новое время».

Совместно с Госавтоинспекцией города Заринска ребята проводили городские акции «Осторожно, водитель!», посвященные соблюдению правил дорожного движения водителями и пешеходами. Дети обратились к водителям с просьбой быть внимательнее на дорогах, соблюдать скоростной режим, использовать детские кресла при перевозке детей, выполнять все правила дорожного движения, быть предельно внимательными на пешеходных переходах, а также в зоне, где могут внезапно появиться дети. С помощью сотрудников ГИБДД останавливали проезжающие машины и раздавали листовки участникам дорожного движения. Данная акция не оставила равно-

душным никого. Водители, в свою очередь, пообещали, что будут более внимательны на дороге. Видеоматериал о данной акции был также показан по городскому телевидению, опубликованы и фотоматериалы в городских газетах «Наш город», «Коммуналка»

В период межсезонья остро встаёт вопрос о здоровье детей. Поэтому проводим агитбригаду «Осторожно грипп». Данное мероприятие способствует воспитанию ответственного отношения к своему здоровью, формированию необходимых знаний, умений по профилактике гриппа. В ходе выступления учащиеся знакомятся с доступными приёмами профилактики гриппа, учатся выполнять лечебную гимнастику, узнают много интересных фактов о витаминах, о правилах личной гигиены.

Агитбригада «Чистота – залог здоровья» помогает ребятам расширить кругозор детей о предметах личной гигиены, о режиме дня, о чистоте и аккуратности.

В нашей стране «Всемирный день чистых рук» проводится ежегодно 15 октября с 2008 года. Идея столь необычной даты принадлежит Генеральной Ассамблее ООН совместно с Детским фондом ЮНИСЕФ и Всемирной организацией здравоохранения. Основная цель ежегодного Всемирного дня чистых рук, который проходит под девизом «*Чистые руки спасают жизнь*», – привлечь школьников к участию в изменении привычек, показать, как простое мытье рук водой с мылом помогает эффективно бороться с гепатитом и дизентерией, предотвратить острые респираторные заболевания (ОРЗ).

В нашей школе также ежегодно проводим акцию «Чистые руки. Во время проведения акции происходит наглядная демонстрация правильного ухода за руками. Детям раздаются памятки «Как правильно мыть руки».

С первого класса реализую программу «Разговор о правильном питании», которая разработана специалистами Института возрастной физиологии Российской академии образования и фирмой «Nestle». **Работа по данной программе позволяет обратить внимание детей и их родителей на проблему нерационального питания в современном обществе.** У детей формируется представление о необходимости заботы о своём здоровье и в первую очередь о важности правильного питания. Они понимают, что правильное питание является составной частью сохранения и укрепления здоровья. Учатся составлять меню, украшать блюда, пробуют сделать кашу вкусной. Такие занятия очень нравятся детям. Они с удовольствием читают, играют, рисуют, работают с наклейками.

В летнем лагере мы продолжили работу по программе, которая разработана специалистами Института возрастной физиологии Российской академии образования и фирмой «Nestle» «Две недели в лагере здоровья». Содержание данной программы позволило реализовать актуальную задачу современного образования – обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства, развитие личностных принципов здорового питания. При изучении программы «Две недели в лагере здоровья» самым результативным способом усвоения знаний является применение технологии «обучения в сотрудничестве».

В ходе реализации программы повысился эмоциональный настрой у ребят на занятиях, качество знаний о правильном питании.

Как показывают опросы родителей, программы «Разговор о правильном питании» и «Две недели в лагере здоровья» позволяют реально сформировать у детей полезные навыки и привычки в области рационального питания, готовность выполнять правила здорового питания, а также определенные вкусовые предпочтения. Более того, по признанию большинства родителей, эти программы оказывают положительное влияние на организацию и структуру питания в семье, сделав их более эффективными и полезными.

Обобщая опыт работы по формированию навыков здорового образа жизни у младших школьников во внеурочной деятельности в рамках реализации ФГОС, можно отметить следующие параметры результативности:

- снижение заболеваемости среди обучающихся;
- повышение качества обучаемости;
- создание сплочённого коллектива учащихся;
- личностный рост учащихся;
- принятие учащимися здорового образа жизни как осознанной необходимости.

Организация летнего отдыха учащихся через реализацию программы «Босиком по радуге»

*Скиба Лариса Михайловна, директор школы
Ведерникова Светлана Владимировна,
зам. директора по УВР
Сачкова Ирина Анатольевна,
зам. директора по УВР
МБОУ «СОШ № 5» г. Бийска*

Лето – прекрасная пора, но именно в это время дети больше всего предоставлены сами себе. Организация отдыха детей, их воспитание в игровой форме – одна из задач педагогов в летний период.

Педагогический коллектив, основываясь на принципах открытости, самостоятельности, демократии, с учетом возрастных особенностей помогает сформировать малые детские коллективы, где каждый ребенок может проявить свои возможности.

С целью организации летней занятости школьников, для реализации духовно-нравственного воспитания и социально-значимой творческой деятельности младших школьников, а также с целью их оздоровления в МБОУ «СОШ № 5» ежегодно проводится организация профильной смены в условиях летнего пришкольного лагеря «Босиком по радуге».

Профильная смена пришкольного лагеря «Босиком по радуге» работает в течение пяти лет по направлению детская журналистика.

Современный этап становления информационного общества вносит свои коррективы в жизнь ребенка. Современные дети мало читают, уровень грамотности постоянно снижается. Намного больше, чем книгам, интересным журналам и газетам, ребята отдают предпочтение компьютеру и Интернету.

Профильная смена «Босиком по радуге» стимулирует интерес младших школьников к журналистской деятельности, творчеству, окружающему миру в целом. Экскурсии, творческие встречи с интересными людьми, КТД разной направленности делают программу смены насыщенной и интересной.

Основные организаторы деятельности в пришкольном лагере – это педагоги начальных классов и среднего звена МБОУ «СОШ № 5». Они осуществляют организацию досуговой, познавательной деятельности, спортивно-оздоровительной, создают условия для развития творческих способностей и духовно-нравственного воспитания. Способствует этому сотрудничество с городским дворцом культуры, дворцом культуры БОЗ, бассейном «Дельфин», Бийским драматическим театром, Театром кукол «У Лукоморья», городской студией телевидения ТВ-КОМ, журналом «Бийчанка».

Для духовно-нравственного, интеллектуального, психологического, творческого и физического развития каждого ребенка педагоги работают по следующим направлениям:

- духовно-нравственное;
- краеведческое и патриотическое;
- познавательное;
- оздоровительное.

Профильная смена является практико-ориентированным продолжением реализуемой в течение учебного года в начальных классах нашей школы программы по основам детской журналистики «Служу Отечеству пером», которая предполагает изучение теоретических основ журналистского мастерства. При этом ребята в профильной смене могут выбрать интересующее их направление творческой деятельности.

Профильная смена включает в себя работу трех творческих объединений: «Волшебная кисточка» (постижение азов оформительского мастерства), «Юный журналист» (постижение азов журналистского мастерства), «Фейерверк» (постижение азов театрального мастерства).

Программа кружка «Юный журналист» предлагается для учащихся 1–4 класса как элемент активизации деятельности учащихся. Ученикам предлагается узнать основы журналистского дела, побывать в роли журналистов, проявить творческие способности и коммуникативные качества.

В программе кружка «Фейерверк» детский театр рассматривается не только как средство достижения некоего художественного результата, т.е. создание спектакля. Очень важно, что бы занятия театральным искусством активизировали у учащихся мышление и познавательный интерес, пробудили фантазию и воображение, любовь к родному слову, научили сочувствию и сопереживанию. Занятия ведутся по плану, включающему несколько разделов: «Культура и техника речи», «Ритмопластика», «Театральная игра».

В рамках работы кружка «Волшебная кисточка» ребята знакомятся с основными жанрами изобразительного искусства, изучают особенности народного искусства своего края, через экскурсии знакомятся с произведениями искусства художников города, выпускают плакаты на патриотическую тему, здорового образа жизни, оформляю выставку своих рисунков.

Каждый день в пришкольном лагере имеет свою тему, особую как цвет в радуге. Это день библиотеки, театра, здоровья, боевой славы, природы, безопасности, экскурсий, дружбы, мастерства.

Каждое утро в пришкольном лагере начинается с зарядки на свежем воздухе, которая обязательно включает в себя комплекс упражнений для формирования правильной осанки, способствует бодрому настрою на весь день. После полноценного завтрака школьники приступают к работе в творческих объединениях, получают задание на день. Собирает всех тематическое коллективное творческое дело.

Так в рамках Дня здоровья проходит спортивно-игровая программа «Большие гонки». Юные журналисты готовят веселый репортаж со спортивного праздника, участники творческого объединения «Фейерверк» проводят конкурс болельщиков, в рамках работы творческого объединения «Волшебная кисточка» идет подготовка иллюстрированного репортажа.

В рамках проведения дня Безопасности юные журналисты проводят интервью с работником ГИБДД, выпускают агитационные буклеты. Участники кружка «Фейерверк» готовят выступление агитбригады с выходом в дошкольные учреждения микрорайона. Участники кружка «Волшебная кисточка» готовят тематический коллаж. Заканчивается день веселым состязанием на свежем воздухе «Веселый светофор».

Ценностью работы профильной смены «Босиком по радуге» является создание условий для снятия накопившегося напряжения, для восстановления сил, израсходованных детьми за учебный год, сохранение и укрепление здоровья. Она пробуждает у детей желание больше узнать самостоятельно, мыслить, творить, быть добрыми, благодарными, отзывчивыми, позволяет зарядиться духовной и физической энергией,

За время работы профильной смены «Босиком по радуге» достигнуты следующие положительные эффекты:

Возросло участие учащихся МБОУ «СОШ № 5» в творческих конкурсах различных уровней.

2. Творческие работы детей опубликованы:

- в ежегодном городском сборнике «Книга нового поколения»;
- в детской газете-журнале «Добрята»;
- в городских печатных изданиях: журнал «Бийчанка», газеты «Наш Бийск» и «Бийские ведомости»;
- репортажи младших школьников включены в телевизионные программы «Будни», «Мимоходом» канала ТВ-КОМ.

3. Школьники стали самостоятельно создавать сценарии классных и школьных праздников.

4. Занятость учащихся во внеурочное время среди учащихся начальной школы в объединениях творческой направленности выросло на 20%.

Ежегодно профильная смена «Босиком по радуге» открывает двери более чем для 45 детей. Возраст от 6 до 10 лет. Посещаемость лагеря до конца смены сохраняется 100%, что свидетельствует о плодотворной творческой работе педагогического коллектива.

Система работы над формированием здорового образа жизни у младших школьников на занятиях по гимнастике во внеурочной деятельности

*Сусуев Владимир Михайлович,
учитель физической культуры
МБОУ «СОШ № 17» г. Бийска*

Быстро развивающееся образование в современной школе, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым, обязывая образовательное учреждение в условиях ФГОС создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения.

Это подчеркивает необходимость формирования у обучающихся мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности.

Здоровый образ жизни, сознательно или бессознательно присутствовал в умах людей с древних времён. У многих народов в лечебных целях применялись гимнастические упражнения.

В наше время гимнастика вошла в систему физического воспитания детей и занимает в ней важное место. Она популярна благодаря ее доступности. Наряду со сложными, даже очень сложными, упражнениями, которые есть в современной спортивной гимнастике, в ней имеется множество самых разнообразных простых упражнений, вполне доступных любому ребенку. Трудно переоценить значение гимнастики, которая наряду с основными средствами физического воспитания, призвана содействовать укреплению здоровья, закаливанию организма, воспитанию моральных и волевых качеств человека. [4. с. 3–5]

Здоровому образу жизни следует постоянно учить и формировать его навыки. Исходя из этого, я поставил перед собой цель: создать такую методику работы по гимнастике в школе во внеурочной деятельности, которая позволяла бы каждому ребенку в соответствии с его природными особенно-

стями продвигаться в своем физическом развитии от программы – минимум до программы – максимум. Найти средства и методы, способствующие развитию не только двигательных функций детей, но и развития устойчивого интереса к занятиям физической культурой.

Для проведения занятий созданы благоприятные условия. В своей работе я использую разное физкультурное оборудование: гимнастические маты, гимнастические скамейки, гимнастическая стенка, перекладина, гимнастическое бревно, тренажеры, батуты, гимнастические мячи.

Главный принцип, для занятий гимнастикой, это безопасность. Тщательно продумывается все – подбор упражнений и инвентаря, удобное оборудование, окружающие ребенка предметы, медицинский контроль.

Учитель должен стремиться воспитывать у ребят дисциплину и прививать навыки организованного поведения в коллективе.

Средствами основной гимнастики являются:

1. Строевые упражнения (ходьба, бег в различных сочетаниях);

Наиболее популярным и эффективным видом активности является оздоровительная ходьба. Во время ходьбы включаются в работу основные мышечные группы, умеренно усиливается деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем, повышается интенсивность энергетического обмена.

2. Разминка решает ряд специальных основных задач:

- создание организующего начала;
- подготовка к основной части занятия;
- координационная настройка;
- выработка правильной осанки.

3. Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие координационных способностей детей.

4. Статические упражнения стимулируют внутренние, часто даже резервные функции организма, способствуя выработке стройной осанки, развитию гибкости и силы, оказывая общеукрепляющее действие. Комплексы статических упражнений оказывают лечебное воздействие: увеличивают подвижность и гибкость позвоночника, корректируя его, укрепляют мышечный корсет и мышцы нижних конечностей, повышают интенсивность обменных процессов, особенно в области позвоночника.[4. с. 10]

5. Акробатические упражнения;

6. Подвижные игры с использованием элементов акробатики.

На этапе специализированной подготовки важна индивидуализация СФП, когда она осуществляется в единстве с общефизической подготовкой.

Средствами СФП являются:

1. Растяжка – это гибкость, гибкость – это здоровье, активность, хорошее настроение. Упражнения – растяжки могут быть выполнены абсолютно всеми, кто способен к общефизической подготовке, и могут рассматриваться как профилактическая система воздействия на опорно-двигательный аппарат, для профилактики сколиоза.

2. Простейшие упражнения на гимнастических снарядах (на гимнастической скамейке, на гимнастической стенке, перекладине и т.д.);

3. Упражнения для развития гибкости: наклоны вперед; «мост»; шпагаты; махи ногами; вращения в плечевых суставах и др.

4. Упражнения для развития прыгучести – прыжки на скакалке; – прыжки в длину с места; – прыжки с места на горку матов (35–50 см); – то же на жесткую опору; – перепрыгивание через несколько препятствий (20–40 см).

Процесс обучения гимнастическому упражнению представляет собой определенную систему действий. [3, с. 85–87]. Основные этапы обучения:

Первый этап – начальное обучение *новому движению*. Обучение на данном этапе направлено на создание общего представления о новом движении.

Второй этап – углубленное разучивание движения.

Он направлен на овладение основами техники нового движения. Деятельность педагога здесь складывается из следующего:

1. Постоянного наблюдения за ходом выполнения движения с сопровождением словесными и иными сигналами.

2. Оказания непосредственной помощи для облегчения выполнения.

3. Обеспечения безопасности обучения.

4. Исправления ошибок путем коррекции действий ребенка в процессе выполнения движения.

При планировании и организации обучения новому движению учитываются следующие моменты:

- при разучивании на одном занятии нескольких новых движений требуется их чередование с уже освоенными;

- для лучшего запоминания движения желательно его повторять на каждом занятии;

- перерыв между подходами к снаряду не должен превышать 3 минут.

Третий этап – *закрепление и совершенствование движения*. Данный этап направлен на стабилизацию техники и совершенствование выполнения изучаемого движения.

Заключительная часть занятия направлена на то, чтобы привести организм в относительно спокойное состояние после интенсивной нагрузки в основной части. Сюда я включаю малоподвижную игру или же провожу упражнения на снятие напряжения и усталости.

Благодаря наличию на занятиях гимнастики системы здоровьесбережения удастся:

- увеличить объём двигательной активности детей;

- сформировать у обучающихся устойчивый интерес и осознанную потребность в сохранении и укреплении здоровья; а также практическом использовании умений и навыков, полученных во внеурочной деятельности;

- обеспечить рост физической культуры обучающихся, а также рост мотивации к физкультурно-оздоровительной деятельности и к ведению здорового образа жизни;

- популяризовать гимнастику как вид спорта.

Литература:

1. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. «Внеурочная деятельность учащихся. Гимнастика. Пособие для учителей и методистов. ФГОС», М.: Просвещение, 2014, 80 с.

2. Похабов Д.Д. «Курс лекций по дисциплине «физическая культура: гимнастика»: учебное пособие», Красноярск, СФУ 2007. – 110 с.

3. Бабенкова Е. А. «Как помочь детям стать здоровыми : методическое пособие», М. : Астрель, 2006. – 208 с.

4. Гайворонская Я. Ю. «Формирование здорового образа жизни и навыков безопасного поведения школьников средствами дополнительного образования (методическая рекомендация)», Кемерово, 2012, 25 с. <http://pandia.ru>

Комплекс ГТО – миф или реальность в формировании мотивации к здоровому образу жизни

*Ходакова Антонида Ивановна,
учитель истории и обществознания
МБОУ Дмитро-Титовская СОШ
Кытмановского района*

Вопрос об отношении человека к собственному здоровью приобретает актуальность в условиях увеличения рождения детей с отклонениями и увеличения людей с низкой жизнестойкостью. Сложившаяся ситуация в стране обуславливает поиск эффективных механизмов развития физической культуры, стимулов привлечения большей части населения к ведению здорового образа жизни и, как следствие, повышению уровня здоровья нации.

Казалось бы, выход найден: введение комплекса мероприятий, хорошо известного нам под аббревиатурой ГТО. Вопрос: удастся ли решить проблему формирования жизнестойкости с помощью данного средства. И если удастся, то станет ли такое поведение привычкой, которую наше поколение сможет передать своим детям. Ведь только привычки отдельных людей, переданные по традиции, составляют опыт страны и могут стать залогом здоровой нации.

Мы с учениками провели ряд исследований и определили, что современное молодое поколение вполне осознаёт:

- 1) хозяевами здоровья являются сами люди;
- 2) в раннем возрасте эта ответственность падает на родителей, и от их поведения зависит уровень сформированности здоровьесберегающего поведения ребёнка. В зрелом возрасте эта ответственность переходит на самого подростка;
- 3) уровень осознанности зависит от уровня и прочности сформированной мотивации к жизнестойкости;

4) важную роль в данной системе играют внешние факторы, так называемые агенты жизнестойкости: школа, армия, государство, окружение и так далее.

Нас в этом перечне наиболее интересует ГТО.

Известно, ГТО – это комплекс мероприятий, оформленный под общим лозунгом: готов к труду и обороне! Комплекс, который очень знаком нам, старшему поколению, и комплекс, который сегодня широко рекламируется в современном обществе.

Чтобы спрогнозировать результат эффективности Программы ГТО, ответить на вопрос, ГТО – это миф или реальность в формировании мотивации к здоровому образу жизни, предлагаем провести вместе с нами анализ ГТО 2014 г. в сравнении с ГТО в СССР.

Программы имеют сходство и различия.

Политическая система: в СССР существовал авторитарно-тоталитарный режим, и человек являлся винтиком в государственной машине. Он обязательно входил в любую организацию (комсомол, пионерская организация, армия, школа, профсоюз и т. д.), которая имела возможность обязывать и контролировать его действия. Человек не имел права выбора. Он должен был эти требования выполнять. Россия – демократия, человек имеет право выбора и гарант этого права.

Преобладающие причины введения ГТО: в СССР реально существовала разруха, экономическая отсталость, а также военная угроза. В России преобладают естественные причины: снижение уровня здоровья нации и сокращение продолжительности жизни.

Цели: в СССР главная цель обозначена в Конституции, каждый обязан трудиться. Значит, стране нужен здоровый, крепкий работник и здоровый защитник Родины. В России согласно ст. 2. Конституции РФ главной ценностью государства является человек. Главная цель, чтобы этот человек был здоров просто как человек.

Задачи: в СССР с помощью ГТО планировалось повышение общего уровня здоровья населения и создание определенной прослойки в обществе, всегда готовой к военной обороне. В РФ: массовое внедрение комплекса ГТО, охват системой подготовки всех возрастных групп населения.

Принципы: в СССР управление определялось централизованно – на уровне государства. Человека заставить, обязать сдать ГТО. Это проще. Но это не передаётся по наследству. В России инициатива исходит от государства, но преобладает принцип добровольности. Необходимо мотивировать человека заниматься своим здоровьем, приучить, сделать это внутренним «Я». Это очень сложно.

Система ГТО СССР привила любовь к спорту нескольким поколениям молодежи. Повысился уровень физической подготовки, спорт стал массовым. Правительство РФ предполагает, что уже к 2017 году вся страна начнёт активно бегать и прыгать. А к 2020 году значительная часть населения страны будет вовлечена в спортивную деятельность в рамках комплекса ГТО. Результаты обнадеживающие.

Следует обратить внимание на следующие факты. В Советском Союзе поддержание культа здоровья осуществлялась всеми доступными на тот момент средствами массовой информации: печать, радио, телевидение, плакаты. Известно, первые лица государства в своих выступлениях и интервью неоднократно поднимали вопросы о пользе спорта. Но к 70–80-м гг., результаты ГТО начали фальсифицироваться, процент сдавших людей нормы завышаться. Наметилась чёткая тенденция к снижению значимости и популярности комплекса в системе физического воспитания, особенно начиная с 1970-х гг., вплоть до постановки в конце 1980-х гг. вопроса о его ликвидации.

С прекращением регламентации о сдаче ГТО «сверху», стал падать интерес людей к занятию спортом. Значит можно предположить: физическое развитие не стало привычкой для советских людей, которая бы стимулировала ведение здорового образа жизни в изменившихся условиях.

Ответы респондентов, данные анкетирования газеты «Аргументы и факты» [2] и другие источники подтверждают, что население ожидает от внедрения комплекса ГТО различных результатов. Так, например, считают, что комплекс ГТО обеспечит им и массовый спорт, и активность, и здоровье.

Русинова М. П. в своей статье «Проблемы эффективной пропаганды ВФСК ГТО» [4] обращает внимание на то, что «современное общество достаточно прочно вовлечено в технические информационные «гиподинамические системы», которые не требуют физических усилий и специальной подготовки. Поэтому заинтересовать население упражнениями и нормативами ГТО будет достаточно непросто. Для эффективной реализации комплекса требуется сформировать у населения осознанное желание заниматься физической культурой. Также необходимо формирование личных мотивов занятий физическими упражнениями. При этом следует учитывать, что необходимый уровень мотивации у различных групп населения будет зависеть от пола, возраста, социального положения и ряда других факторов».

Таким образом, мы ещё раз убедились в том, что мотивация является залогом здоровья и гармонического физического развития на долгие годы. Поэтому проблема поиска эффективных путей развития позитивной активности населения, особенно молодёжи, обсуждалась уже при подготовке Положения о физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) [5]. Сегодня Правительством РФ разработана целая система механизмов стимулирования: через администрацию предприятий, школ и вузов, мотивация для школьников, механизм мотивирования страховых медицинских организаций, через работодателей и так далее.

Особенно важное место в плане внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» отводится процессу интеграции комплекса в систему образования. Комплекс включает в себя 11 возрастных ступеней, 6 из которых рассчитаны на обучающиеся образовательные учреждения разного уровня образования.

Задача педагогов, используя инновационные технологии, личный пример показать, убедить, что сегодня ГТО – это реальная возможность изме-

нить своё отношение к собственному здоровью и здоровью нашего поколения. Если мы сдачу ГТО будем подогревать только стимулом прибавления баллов к ЕГЭ, то данная операция превратится в очередной поход за здоровьем. И, естественно, мы снова получим формальный результат, классический отчёт на бумаге.

Литература:

1. Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»: Материалы Всероссийской научно-практической конференции / Урал. гос. пед. ун-т. – Екатеринбург, 2014.

2. Вопрос – ответ из газеты: АиФ Здоровье № 16. 17/04/2014. (Возрождение ГТО: за и против).

3. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Б.Р. Голощапов. – 3-е изд., стер. М.: Издательский центр «Академия», 2005.

4. Русинова М. П., «Проблемы эффективной пропаганды ВФСК ГТО» Педагогическое образование России. 2014. № 9.

5. Указ Президента РФ от 24 марта 2014 года № 172 «О всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

Особенности организации занятости детей в каникулярное время в условиях сельской школы

*Фогель Владимир Романович,
учитель физической культуры и ОБЖ
МБОУ «Контошинская СОШ» Косихинского района*

Лето – долгожданная пора отдыха, увлекательных путешествий, всяческих забав. Волшебное слово – «каникулы» для сельских жителей вообще, а для детей в частности. Летние каникулы – это лес, река, поле в своем родном селе и свободное время, которое есть чем занять. Зима – не менее, а то и более разнообразная пора в плане детских забав и развлечений: это санки, это лыжи и коньки, катание с горки (если конечно таковая имеется), это строительство снежной крепости, и снежных баб, да и просто игра в снежки, когда наступают зимние каникулы это раздолье до самой поздней ночи. И чаще всего в селе организацией летних и зимних каникул занимается школа. И для того, чтобы это время было для детей интересным и увлекательным, педагог и воспитатель должен приложить массу усилий.

Лучшее средство для решения этой непростой задачи – разнообразие и новизна. А потому так важно продумать план работы на каникулы, учесть специфику занятости детей, специфику контингента.

На протяжении последних лет являюсь одним из организаторов летней занятости детей. Хочу рассказать о своих проектах и программах, которые были реализованы за это время.

Первый проект – это летний пришкольный лагерь с дневным пребыванием детей «Телемания». Программа лагеря рассчитана на 18 дней.

Основная идея программы – представление каждому ребенку максимум возможностей для развития потенциальных творческих способностей с учётом интересов и желаний. «Мы старались проводить мероприятия так, чтобы ребенок сказал: «Я отдыхаю в лагере не потому, что больше некуда пойти, а потому, что здесь интересно».

На время лагерной смены все отряды (а их было 4) становятся известными телеканалами (ОРТ, МУЗТВ, СТС, ТНТ). Командиры отрядов – видеи (телеведущие). Дети придумали расшифровки аббревиатур, девизы, логотипы и уже в первый день представили свои отряды на открытие смены.

Каждый день посвящён какой-либо TV-передаче, в зависимости от темы дня проходят все мероприятия. Среди ключевых дел смены были: «И снова здравствуйте!» – огонёк знакомств, «Жить здорово» – акция «Я выбираю жизнь», игра «Что? Где? Когда?», «Диалоги о рыбалке» – конкурс рыбака, «Записки Дайвера» – день Нептуна, «Ты не поверишь» – шоу фокусников, «Большие гонки» – велопробег, «ЧП» – экскурсия в пожарную часть, «Модный приговор» – конкурс «Модники и модницы», «Форт-Баярт» – поиск клада и др.

Каждое мероприятие настолько насыщено, дети с удовольствием принимали участие, играли, соревновались. Помимо ключевых дел проходили различные турниры: по волейболу, по мини-футболу, по теннису, по шахматам, по морскому бою, по игре «крестики-нолики».

В «Телемании» была своя денежная единица «TV» (ТиВик). Деньги можно было заработать за идею, мастерски выполненное дело, победу и участие в конкурсах, соревнованиях и т.д.

По окончании лагерной смены ребята набравшие большее количество «тивиков» были награждены медалями и сладкими призами.

Второй проект – летняя спартакиада школьников муниципального образования.

Стало доброй традицией проводить на спортивном стадионе нашей школы внутри поселковую спартакиаду школьников муниципального образования, в которой участвуют все школы, находящиеся на территории поселения. В 2015 году этой доброй традиции исполнилось 6 лет, а это значит, что праздник спорта нужен и важен нашему подрастающему поколению.

Целью спартакиады были и остаются популяризация и развитие физкультуры и спорта, эстетическое, физическое и нравственное воспитание, сохранение преемственности поколений и организация активного досуга учащихся и населения.

В программу спартакиады вошли такие виды спорта как легкая атлетика, дартс, шахматы, настольный теннис, велотриал.

За медали спартакиады борются от мала до велика. В легкой атлетике состязания проводятся по трем возрастным номинациям: 7–9 лет, 10–12 лет и 13–15 лет.

Третий проект – РВО (разновозрастной отряд «Мы, бродячие артисты»).

Преимущества разновозрастных отрядов. Именно здесь можно взрастить заботу старших детей о младших, взаимовыручку, уважительное отношение друг к другу. Дети активно участвуют в различных видах деятельности: игровой, трудовой, интеллектуальной.

Сознание солидарности, товарищеской взаимопомощи с разными возрастами не только облегчает автономность от взрослых, но и дает чувство эмоционального благополучия и устойчивости.

В рамках разновозрастного отряда «Мы, бродячие артисты», работавшего на базе нашей школы в течение месяца было проведено четыре массовых мероприятия с участием детей, родителей и всех неравнодушных одноклассников.

В плане захватывающие мероприятия массового характера нового порядка: танцевальные и песенные батлы, флеш-мобы, пейнтбол, конкурсы и конечно же спортивные игры.

Наша школа – это общественно активная школа, которая является социокультурным центром села, поэтому большинство школьных проектов ориентированы на социальное партнерство с сельскими организациями, которое способствует формированию у учащихся опыта социальных отношений, развитию лидерских качеств, знаний, умений, включенности учащихся в процессы разработки и реализации социальных проектов...

Мероприятия для РВО чаще всего были проведены совместно с какой-либо организацией нашего села: это культурно-спортивный центр и детская школа искусств.

Четвертый проект – хоккейный клуб «Черные ястребы»

Занятия хоккеем в последнее время привлекают все больше поклонников этого замечательного вида спорта. Не остаются в стороне даже министры и президенты. Теперь уже 4 года в нашей школе полноценно работает хоккейный клуб «Черные ястребы», который объединил под своим крылом и детей и взрослых. Хоккейная коробка была построена усилиями местных жителей, родителей и взрослых школьников при поддержке администрации села, депутатов сельского совета, при помощи наших давних друзей и партнеров ООО «Альфа» и КФХ «Данилова С.Г.». Для оснащения команды хоккейной амуницией нужны немалые средства. После участия в конкурсе на лучшую спортивно-массовую работу, объявленном Краевым Спортуправлением, я стал победителем, и мы закупили часть хоккейной формы. Другую часть собирали всем «миром».

С той поры зимние каникулы для наших ребят – это пора хоккейных баталий, как на нашем льду, так и на льду наших соперников. На сегодняшний день нашу идею поддержали еще в двух селах нашего района (Косиха и Украинка), а на следующий год к нам присоединится команда из села Налобиха.

Пятый проект – Оснащение ВПК «Спецназ».

«Реализация проекта осуществляется за счёт средств гранта Губернатора Алтайского края в сфере молодёжной политики» в рамках программы «Молодёжь Алтая»

Все учащиеся под руководством учителей нашей школы активно включились в работу по реализации программы по военно-патриотическому воспитанию и результаты не заставили себя ждать. Военно-патриотический клуб «Спецназ» созданный совсем недавно на базе нашей школы, будучи постоянным участником районного фестиваля среди военно-патриотических клубов получает высокую оценку за строевую выучку и занимает призовые места по стрельбе из пневматической винтовки, разборке и сборке автомата АК-47 и других видах состязаний. Используя свой большой и не всегда удачный опыт участия в различных грантах, мне наконец-то улыбнулась удача, и наша школа стала победителем конкурса социально значимых проектов в сфере молодёжной политики в 2014 году с проектом: «Оснащение военно-патриотического клуба «Спецназ».

ВПК «Спецназ» не останавливает свою работу и во время каникул. Желание отточить свое военное мастерство ведет девчонок и мальчишек в стены школы в любое время года.

Проанализировав свою работу, пришел к выводу, что жизненный опыт детей пополняется социально – культурными событиями. Повышаются их творческие способности. Ребятам удаётся в большей степени проявлять свою инициативу и активность. Дети, участвующие в разных проектах и направлениях они действительно социализированы, сейчас они с легкостью вступают в новые современные проекты, в нашей школе – это «Тимуровцы информационного общества», «Волонтёрский отряд», «Новая школа», «Территория здоровья», ВПК «Спецназ» и др., как наиболее востребованные сейчас в современном обществе.

Факторы развития интернет-зависимости у подростков

*Юрчикова Лидия Викторовна,
учитель биологии и химии
МБОУ Дмитро-Титовская СОШ Кытмановского района*

В народе бытует такая фраза: «30 лет назад компьютеры были на работе, потом они появились у нас в доме, а теперь они у нас в карманах. Им теперь осталось забраться внутрь нас».

Согласно последним исследованиям:

- дети в возрасте от 8 до 18 лет проводят за экраном смартфонов, компьютеров, планшетов и игровых приставок более 7 часов в день;
- к возрасту 8 лет, ребенок, рождённый в России проводит практически целый год своей жизни (8766 часов), смотря телевизор и проводя время за экраном компьютера, телефона;
- к возрасту 13 лет это будет суммарно равно 3 годам жизни ребёнка.

Многие не представляют свою жизнь без компьютера и, конечно, же без интернета. Зависимость от компьютерных технологий выражается в 2-х основных формах: интернет-зависимость (интернет-аддикция); чрезмерная

увлечённость компьютерными играми. Это весомый минус интернета, так как интернет-зависимость отражается на психическом и физическом здоровье человека. Эта зависимость признана болезнью 21 века.

У подростков возникает тяга к нахождению во всемирной сети, навязчивое желание подключиться, и затем не выходить из нее.

Такое поведение называется аддиктивным, что является одной из форм девиантного поведения. Разрушительный характер аддикции проявляется в том, что в этом процессе устанавливаются эмоциональные отношения, связи не с другими людьми, а с неодушевленными предметами или явлениями. Эмоциональные отношения с людьми теряют свою значимость, становятся поверхностными. Способ аддиктивной реализации из средств постепенно превращается в цель. Он становится стилем жизни, в процессе которого человек оказывается в ловушке постоянного ухода от реальной действительности. В Интернете для подростков нет ни ограничений, ни запретов. Твоя внешность, образование, черты личности уже не имеют значения, здесь взрослый и подросток разговаривают наравне. Нет проблем с родителями, учебой и друзьями. Чем больше у подростка появляется проблем, которые надо решать, тем больше он проводит времени в Интернете, так как считает, что это позволит ему на некоторое время уйти от них, погрузит его в собственный иллюзорный мир, где он – «Царь и Бог». Но нерешенные проблемы только накапливаются и психологически давят на подростка, усугубляя и так плачевную ситуацию. Подросток с неустоявшейся психикой «уходит в себя» и сутками «сидит» в интернете, что приводит к развитию у него интернет-зависимости.

Существуют три фактора интернет-зависимости:

Социальные факторы вызваны недостаточной профилактической работой в семье, ослаблением контроля гигиены труда за компьютером; массовой увлечённостью компьютерными играми и интернетом; отсутствием альтернативного досуга, нежеланием заняться чем-либо другим.

Психо-характерологические факторы: к интернет-зависимости более подвержены подростки с низкой самооценкой, неуверенные в себе, эмоционально неустойчивые, испытывающие трудности в общении, погружённые в мир своих собственных переживаний, ощущающие недостаток внимания и поддержки родных и близких. В игре ему хорошо: он силен, смелый, вооружённый, успешный. Выныривая из виртуального мира в реальный, подросток испытывает дискомфорт. Он ощущает себя маленьким, слабым и незащищённым в агрессивной среде, и желает как можно скорее вернуться туда, где он победитель. Ребёнок настолько вживается в реалистичную компьютерную игру, что ему «там» становится гораздо интереснее, чем в реальной жизни. Там поставлены вполне конкретные задачи, невыполнение которых не приведёт к каким-либо потерям, к плохим оценкам, к ругани со стороны родителей.

Будущего аддикта привлекает:

- наличие собственного мира, в который нет доступа никому;
- отсутствие ответственности;

- реалистичность процессов и полное абстрагирование от окружающего мира;
- возможность исправлять любую ошибку, путём многократных попыток;
- возможность самостоятельно принимать любые решения вне зависимости к чему они могут привести.

Наследственно-биологические факторы характеризуются тем, что в геноме человека расшифрован 31 ген, отвечающий за выработку «гормонов настроения» и предрасположенностью к развитию определённого типа высшей нервной деятельности.

Признаки интернет-зависимости:

- хорошее самочувствие за компьютером;
- досада и раздражение, возникающее при вынужденном отвлечении, и навязчивые размышления об интернете в такие периоды;
- готовность лгать друзьям и членам семьи, преуменьшая длительность и частоту работы в интернете;
- способность и склонность забывать при работе в интернете о домашних делах, учебе;
- стремление освободиться на время работы в интернете от ранее возникших чувств вины или беспомощности, от состояния тревоги или депрессии, обретение ощущения эмоционального подъема и своеобразной эйфории;
- готовность мириться с потерей друзей и круга общения из-за поглощенности интернетом;
- избегание физической активности или стремление сократить ее, постоянное ожидание следующего выхода в интернет;

Интернет-зависимость приводит к серьёзным проблемам со здоровьем у подростков: ухудшается зрение, портится осанка, начинаются головные боли, появляются симптомы хронической усталости. В социальном развитии идёт деградация: подросток мало общается с друзьями, виртуальные друзья вытесняют реальных; он становится нелюдимым, замкнутым и рассеянным. Если ребёнок играет в игры, связанные с насилием, сражениями, то он становится агрессивным, грубым, несдержанным и нервным. Таким образом, компьютер и Интернет сегодня являются неотъемлемой частью жизни.

Детские психологи и психиатры уверены, что единственным на настоящий момент проверенным способом профилактики компьютерной зависимости у ребенка является увлечение деятельностью, не связанной с частым использованием компьютера, чтобы он не стал заменой реальной жизни.

Задача взрослых показать подростку, что существует масса интересных занятий: спорт, туризм, которые не только позволяют пережить разнообразные острые ощущения, но также тренируют тело и нормализуют психологическое состояние.

Интернет может стать другом или заклятым врагом, может помочь в беде, а может добавить массу проблем. Может помочь найти единомышленников, а может привести к одиночеству. Выбор остаётся за каждым подростком.

А если он желает избавиться от интернет-зависимости, то должен следовать этим рекомендациям:

- Самостоятельно работайте над собой.
- Обратитесь за помощью к психологу
- Займитесь спортом (во время физической нагрузки организм активно выделяет гормон удовольствия).
- Ищите союзников.
- Найдите для себя хобби.
- Читайте печатные издания, развивающая литература помогает познавать собственный мир, развивает бдительность и осознанность, а также тренирует и нормализует психологическое состояние.
- общайтесь с природой.
- Пользуйтесь компьютером только для учёбы.

В лечении интернет-зависимости главное доказать человеку, что живое общение привлекательнее виртуального. Привлечение подростка в реальную жизнь, для того, чтобы он реализовал себя в ней – это задача всех, кто желает помочь ему. Приблизить подростка к другим интересам – задача вполне разрешимая.

Литература:

1. Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е. Психологические последствия информатизации // Психол. журн. 1998. Т. 19 (1). С. 89–100
2. Войскунский А.Е. Групповая игровая деятельность, в Интернете // Психологический журнал, 1999, т 20, № 1, С. 126–132
3. Гриффит В. Виртуальный мир рождает реальные болезни // Финансовые известия, 1966 вып. 54, № 183, С. 62–83