

Управление образования Администрации города Нижний Тагил
Муниципальное бюджетное учреждение
«Информационно-методический центр»

**ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ
И ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩЕЙ СРЕДЫ
В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ
УЧРЕЖДЕНИИ**

Городская
научно-практическая конференция

Нижний Тагил
2013 год

УДК 373. 1
ББК 51. 28
Ф796

Ф796 Формирование здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды в современном образовательном учреждении : материалы городской научно-практической конференции. Нижний Тагил, 11 декабря 2013 г. / Отв. редактор М. С. Беломестных. – Нижний Тагил : МБУ ИМЦ, 2013. – 272 с.

Редакционная коллегия:

Беломестных М. С. , заместитель директора по научно-методическому обеспечению МБОУ СОШ № 30;

Денисова Е. В. , учитель биологии высшей категории МБОУ СОШ № 30.

В сборнике представлены материалы из опыта работы педагогических работников образовательных учреждений города Нижнего Тагила, в которых раскрываются современные подходы к здоровьесбережению: организация уроков и внеурочной деятельности, пропаганда здорового образа жизни, профилактика различного рода зависимостей, мониторинг здоровья участников образовательного процесса.

Материалы могут быть полезны руководителям образовательных учреждений, учителям школ, педагогическим работникам дошкольных образовательных учреждений, педагогам дополнительного образования, психологам, логопедам.

УДК 373. 1
ББК 51. 28

© Авторы статей, 2013
© Муниципальное бюджетное учреждение
«Информационно-методический центр», 2013

СОДЕРЖАНИЕ

Акилова О. Н.

Физкультурные занятия как основная организационная форма
физкультурно-оздоровительной работы..... 9

Алексеева А. Р.

Формирование культуры безопасности жизнедеятельности
как условие сохранения жизни и здоровья детей
дошкольного возраста 11

Алексеева К. В.

Роль сказкотерапевтических игр в коррекции нарушений
у детей с особенностями развития 14

Аравина М. С.

Развитие у детей физической активности,
через повышение уровня культуры здоровья 18

Асапов Е. В.

Реализация проекта формирования здоровьесберегающей среды
в МБОУ СОШ № 9..... 21

Афанасенко П. В.

Концептуальный подход в решении актуальных вопросов
и перспектив развития здоровьесберегающей среды
в современном образовательном учреждении 23

Бакшаева М. И.

Мониторинг профессионального здоровья педагогов 26

Баранова И. В.

Реализация здоровьесберегающих форм работы
с родителями в ДОУ 29

Бастрикова И. П.

Оздоровление детей дошкольного возраста
посредством дыхательной гимнастики
с использованием фитонцидных растений..... 32

Батурина И. М.

Использование здоровьесберегающих технологий
в работе учителя-логопеда ДОУ..... 35

Белова И. А.

Формирование культуры безопасности обучающихся
МБОУ СОШ № 36 как условие их успешной социализации 39

Беломестных Л. В.

Психолого-педагогическое сопровождение семьи,
воспитывающей ребенка с ОВЗ..... 42

Билевич И. Н., Лупей В. В.

Реализация модели подвижного урока при освоении
общеобразовательной программы в начальной школе
в условиях реализации ФГОС 44

Бобырь Н. П. Преемственность основных общеобразовательных программ дошкольного и начального общего образования в вопросах экологического воспитания подрастающего поколения	48
Болоцкая Е. Р. Воспитательная среда учреждения дополнительного образования как механизм коррекции и профилактики аддиктивного поведения девочек-подростков и формирования у них культуры здоровья (на примере работы объединения спортивно-психологической направленности СП «Спутник»)	50
Боровикова Н. В. Профилактика плоскостопия как одна из форм здоровьесбережения Дошкольников	53
Брякова О. Н. Детский сад – территория безопасности	56
Бузмаков О. И. Психологическое здоровье как основа личностного и профессионального развития педагога.....	61
Бургаз С. В. Актуальные вопросы формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном образовательном учреждении	64
Бурова Г. А. Особенности логопедической работы с детьми, имеющими расстройства аутистического спектра	67
Бушина Т. П. Профессиональное выгорание педагогов: причины, проявления, последствия	70
Вежев М. Б. Безопасность жизнедеятельности школьника в современной информационно-образовательной среде	73
Власова И. А. Проектная деятельность в экологическом воспитании дошкольников с особыми образовательными потребностями.....	76
Глухова Е. Н. Система мониторинга здоровьесберегающей деятельности Дошкольников	80
Голованова С. С. Формирование здорового образа жизни на уроках физической культуры.....	83
Горст Е. А. Применение интерактивной доски как фактор создания здоровьесберегающей среды на уроках химии.....	85
Грошева И. А., Кротова О. А., Сапегина Ю. В. Лекторская группа как форма волонтерского движения	89

Денисова Е. В. Методологические подходы к сопровождению профессионального здоровья педагогов	91
Дербенева Е. П., Беломестных М. С. Современные пути формирования здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды в образовательном учреждении.....	95
Дульцева Ю. Н. Создание психологически комфортных условий на уроках английского языка для развития познавательной сферы личности школьников.....	97
Еремина Г. В., Кадочникова Е. Н. Здоровьесберегающие технологии: традиции и инновации (из опыта работы МБОУ ДОД «Городская станция юных натуралистов» города Нижний Тагил по созданию здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды современного ОУ)	100
Ефанова Е. А. Формирование культуры здорового образа жизни и безопасного поведения у дошкольников с задержкой психического развития	102
Жигулин С. И. Оздоровительный эффект уроков физической культуры	106
Жигулина Я. А. Направления работы по здоровьесбережению учащихся в МБОУ ДОД ДЮСАШ «Разведчик»	109
Журавлева С. В. Здоровьесформирующая деятельность коррекционно-логопедической службы в ОУ	112
Игошина Т. А. Формирование здоровьесберегающей среды на уроках физики	114
Казакова Л. С. Роль программы «Моя Родина – Урал» в формировании здорового образа жизни учащихся	116
Калинин А. А. Ключевая роль родителей в организации спортивной деятельности дошкольников и младших школьников	118
Касаткина Г. М. Состояние и оценка отношения города Нижний Тагил к постановке физкультурно-оздоровительной работы (по материалам социологического исследования)	121
Комарова Н. А. Здоровьесберегающая развивающая предметно-пространственная среда ДОУ в соответствии с ФГОС дошкольного образования	124
Коньшина М. А. Методы выявления динамики процесса формирования ЗОЖ учащихся начальной школы	128

Красман Е. В. Использование элементов современных технологий сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса в рамках урочной и внеурочной деятельности в условиях реализации ФГОС	131
Красноярова С. В. Организация уроков математики в условиях здоровьесберегающего обучения.....	134
Кузнецова М. Н. Формирование у учащихся потребности в здоровьесбережении через технологию проектной деятельности	137
Кузнецова М. Н. Современные формы межведомственной интеграции в профилактике зависимого поведения подростков.....	139
Лобанова Е. В. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе	141
Лобанова Г. В. Воспитательная среда клуба по месту жительства «Контакт» как механизм профилактики зависимого поведения и формирования культуры здоровья подростков	144
Люлина А. А. Формирование здорового образа жизни дошкольников в условиях дошкольного учреждения.....	146
Маноменова Н. В. Организация обучения детей с ограниченными возможностями здоровья в образовательных учреждениях общего типа	149
Маслакова Н. А. Формы психолого-педагогического сопровождения родителей в образовательном учреждении.....	151
Михалицына Н. М. Профилактика зависимого поведения подростков.....	154
Морозова С. А. Формирование учебно-информационных умений и их использование на практике как способ профилактики зависимого поведения обучающихся.....	156
Нетесова Н. И. Использование метода проектов в физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками.....	158
Новикова Н. М. Воспитывающее обучение при реализации курса «Основы безопасности жизнедеятельности».....	161
Новожилова С. Л. Применение здоровьесберегающих технологий в коррекционно-логопедической работе	164
Овечкина Е. А. Оздоровительный аспект занятий шахматами как видом спорта.....	167

Овчинникова Е. А.	
Формирование культуры питания обучающихся как средство сохранения и укрепления здоровья обучающихся	170
Окатьева Е. С.	
Технологическая карта урока как педагогический инструментарий внеурочной деятельности	173
Ощепкова И. А.	
«Паспорт здоровья» как ключевой элемент мониторинга состояния здоровья школьника	176
Перезолов А. Е.	
Теоретико-практический оздоровительный урок физической культуры: проблемы и перспективы	178
Перезолова Н. М.	
Развитие эмоционально-волевой сферы учащихся младшего школьного возраста посредством подвижных игр	182
Полухина Л. А.	
Управленческая деятельность в создании педагогических и оздоровительных условий, обеспечивающих воспитание культуры здорового образа жизни в системе «ДОУ – семья»	185
Пономарева Г. П.	
Формирование здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении	189
Пустобаева Н. Л.	
Сохранение и укрепление здоровья учащихся в процессе занятий пешеходным туризмом (из опыта работы МБОУ ДОД ГорСЮТур)	192
Румянцева О. В.	
Здоровое питание в дошкольном образовательном учреждении	195
Рыбак О. В.	
Современные технологии обучения экологически ориентированному поведению	198
Салтанова О. С.	
Песочная игротерапия как форма здоровьесбережения дошкольников с нарушениями речи	201
Семёнова О. А., Фёдорова А. С.	
Здоровьесберегающие технологии на уроках образовательной программы «Искусство» в условиях реализации ФГОС	203
Семенова Т. В.	
Формирование здорового образа жизни средствами физической культуры	207
Ситникова О. Р.	
Развитие нравственных основ через изучение произведений А. И. Солженицына на уроках внеклассного чтения в 5 классе	210
Скоробогатова Ю. В.	
Психолого-педагогическое сопровождение как условие профилактики суицидального поведения подростков	213

Сметанина Е. В., Гардт О. А.	
Организация волонтерского движения в школе с целью социализации обучающихся.....	217
Сорокина Н. А.	
Укрепление и сохранение социального здоровья школьников.....	220
Старикова О. В.	
Сохранение психологического здоровья как критерий эффективности психолого-педагогического сопровождения в ДОУ	223
Татарина О. С.	
Физкультминутки как педагогический инструментальный здоровьесберегающего урока в начальной школе в условиях реализации ФГОС	226
Татаурова А. П.	
Мониторинг эмоционального выгорания педагога в работе психолога детского сада	230
Фалалеева О. С.	
Современные информационные технологии как средство эффективной коррекционно-развивающей работы с детьми	233
Фирулева Н. В.	
Педагогический инструментальный здоровьесберегающего урока	236
Челышева Т. Е.	
Оздоровительный аспект занятий спортом.....	239
Чуваева О. В.	
Формирование общеучебных умений в соответствии с ФГОС в условиях здоровьесбережения.....	241
Шабинская М. В.	
Профилактика плоскостопия и нарушения осанки как условие сохранения здоровья детей дошкольного возраста.....	243
Шаталова М. В.	
Особенности обучения детей с ограниченными возможностями в условиях ОУ	247
Шишова М. А.	
Логопедическая ритмика в системе коррекционной работы	250
Шредер А. А.	
Учебный модуль «Туризм» как способ формирования компетентности в сфере культурно-досуговой деятельности.....	253
Шутова О. В.	
Создание условий для формирования культуры здоровья младшего школьника.....	256
Эсаулова Т. Л.	
Исследование динамики умственной работоспособности как одно из условий создания здоровьесберегающей среды в начальной школе.....	259
Юрлова Н. В.	
«Профилактический десант психологов» как форма межведомственной интеграции в предупреждении зависимого поведения школьников.....	263
Сведения об авторах.....	266

ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ЗАНЯТИЯ КАК ОСНОВНАЯ ОРГАНИЗАЦИОННАЯ ФОРМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

*Акилова О. Н.,
инструктор по физической культуре
МБДОУ детский сад № 166,
г. Нижний Тагил*

В XXI веке появилось большое количество новых заболеваний, которые не были известны человеку примерно три десятка лет назад. Одно из таких опасных заболеваний, часто протекающее бессимптомно – гиподинамия.

Гиподинамия (пониженная подвижность) – нарушение функций организма (опорно-двигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения) при ограничении двигательной активности, снижении силы сокращения мышц.

Большинство детей страдают гиподинамией, так как меньше времени проводят в подвижных играх, и все больше увлекаются компьютерными играми и просмотром телевизора.

Последствия гиподинамии намного страшнее, чем может показаться на первый взгляд. Это задержка формирования организма, недостаточное снабжение крови кислородом, атрофия мышц, расстройство пищеварения, снижение сопротивляемости болезням, ослабление иммунитета.

Факт того, что уменьшается двигательная активность детей, подтверждает ученый М. Н. Кузнецов, доктор медицинских наук, в работе «Здоровье ищем в движении». В своей работе он говорит о том, что анализ практики работы дошкольных учреждений показывает, что в последние годы отмечается уменьшение удельного веса движений в общем режиме дня, что отрицательно сказывается на формировании всех систем, и, несомненно, понижает защитные силы организма. Оптимизация двигательного режима становится, таким образом, одним из элементов неспецифической профилактики острых респираторных заболеваний, не говоря уже об ее ведущей роли в воспитании здорового ребенка. Так же М. Н. Кузнецов подчеркивает важное значение занятий физическими упражнениями, под влиянием которых увеличивается сила мышц, выносливость.

За последние годы появились данные о биохимическом аспекте в механизмах влияния физических нагрузок на регулирующие системы.

Установлено, что систематические физические упражнения способствуют увеличению продукции нейропептидов – это вещества, продуцируемые головным мозгом, что благоприятно отражается на настроении, улучшается сон и повышается работоспособность.

Выполнение упражнений наряду с подвижными играми обеспечивает условия для гармоничного физического развития ребенка.

Широкое использование физических упражнений в виде спортивных игр, физкультурных занятий, ритмической гимнастики, аэробики, бассейна в комплексе с контрастным обливанием способствует эффективному, всестороннему развитию и оздоровлению детей.

Физические упражнения приводят к ослаблению стресса и напряжения детского организма, повышению уровня метаболизма, улучшают физическую, психическую и интеллектуальную работоспособность детей.

В последнее время в дошкольных учреждениях все чаще стали применяться нетрадиционные средства физического воспитания детей: ритмическая гимнастика, игровой стрейчинг и др.

Наиболее популярной является ритмическая гимнастика как одна из эффективных форм повышения двигательной активности.

Ритмическая гимнастика – это поточный вид физических упражнений, выполняемых под музыку, с подчинением движений музыкальному ритму и передача звуковых периодов в длительностях пластического движения.

Ценность занятий ритмической гимнастикой в том, что они имеют большое оздоровительно-гигиеническое значение. Музыкальный ритм организует движения, создает хорошее настроение, вызывает положительные эмоции, усиливает воздействие физических упражнений на организм.

Как и все занятия, ритмическая гимнастика имеет традиционную структуру: подготовительную часть, основную и заключительную.

Подготовительная – обеспечивает разогревание организма, повышение частоты пульса, дыхания. Сюда входят упражнения для формирования правильной осанки и несложные упражнения для разных групп мышц.

Основная – направлена на развитие физических качеств, силы, гибкости, выносливости. Интенсивная нагрузка высокая.

Заключительная – предусматривает постепенное снижение нагрузки. Для этого выполняются дыхательные упражнения, упражнения на расслабление в медленном темпе.

Игровой стретчинг – оздоровительная методика, основанная на естественных растяжках, направлена на укрепление позвоночника и профилактику плоскостопия. Методика позволяет предотвратить нарушения осанки и исправить её, оказывает оздоровительное воздействие на весь организм. При исправлении осанки тело как бы просыпается, улучшается общее самочувствие, исчезают спазмы мышц. Упражнения стретчинга рассчитаны на вовлечение в работу всего организма, включая психику, направлены на расслабление, настройку и восстановление функций мышц. Это позволяет без вреда, используя защитные силы организма, предупредить многие заболевания, т. к. воздействуя на позвоночник, органы, мышцы, железы внутренней секреции, дыхательную и нервную систему, вырабатывается

естественная сопротивляемость организма. Помимо общего оздоровительного эффекта, умения управлять своим телом, запас двигательных навыков позволяет детям чувствовать себя сильными, уверенными в себе, красивыми, избавляет их от различных комплексов, создаёт чувство внутренней свободы.

В связи с высокой значимостью оздоровления дошкольников в условиях ДООУ разрабатываются основные направления работы для сохранения и укрепления здоровья, создаются условия для здоровьесбережения и здоровьескрепления детей.

Двигательной активности отводится ведущая роль при построении и организации физкультурно-оздоровительной деятельности в ДООУ. На занятиях физической культурой дети овладевают множеством различных физических упражнений, которые, несомненно, несут в себе оздоровительный и общеразвивающий эффект.

Так как физкультурные занятия являются основной организационной формой физкультурно-оздоровительной работы, то именно они должны стать основным средством оздоровления детей и профилактики различных заболеваний.

ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ КАК УСЛОВИЕ СОХРАНЕНИЯ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*Алексеева А. Р.,
инструктор по физической культуре
МБДОУ ДС «МАЯЧОК» детский сад № 110,
г. Нижний Тагил*

Здоровые дети – это основа жизни нации. Здоровье – это физическая, гигиеническая, душевная, социальная культура человека. Сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач развития страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Указ Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», Указ Президента России «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации», Закон РФ «Об образовании», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» и др.

Согласно исследованиям специалистов, 75 % болезней взрослых заложены в детстве. Только 10 % процентов детей приходят в школу абсолют-

но здоровыми, а многие оказываются неуспевающими не из-за лени, а вследствие плохого состояния здоровья. На протяжении последних десятилетий в нашей стране сложилась тревожная тенденция – вырос процент дошкольников с наличием хронических заболеваний. В структуре хронических заболеваний у детей дошкольного возраста на первом месте заболевания костно-мышечной системы (31 %), на втором – заболевания нервной системы (19,3 %), на третьем месте – болезни органов пищеварения (11,0 %), на четвертом месте – болезни органов дыхания (8,6 %).

Главные причины – недостаточная двигательная активность, нарушение режима питания и отдыха, недостаточное внимание к закаливающим процедурам и физкультурно-оздоровительным мероприятиям.

Дошкольный возраст является тем периодом, когда закладывается фундамент здоровья, основы дальнейшего полноценного развития организма. Поэтому одна из важнейших задач дошкольных образовательных учреждений – это охрана жизни и укрепление здоровья детей. Особое внимание уделяется грамотной организации здоровьесберегающего процесса в детском саду и проведению целого комплекса психолого-педагогической, профилактической и оздоровительной работы, направленной на формирование у детей представлений о здоровье как одной из главных ценностей жизни, формирование основы культуры здоровья, интереса и ценностного отношения к своему здоровью, формирование первичных ценностных представлений и навыков здорового образа жизни человека.

Основные задачи психолого-педагогической работы:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

«Здоровье – это вершина, которую каждый должен покорить сам», – так гласит восточная мудрость. Задача педагогов – научить детей покорять эту вершину. Чтобы жить в нашем мире, человек должен иметь представление о собственном теле и окружающем его пространстве. Современная деятельность людей неразрывно связана с наличием потенциальных источников возникновения различных опасных ситуаций, (доступность сложных бытовых приборов и оборудования, мобильность образа жизни взрослых и детей и др.), а также с антропогенными изменениями в природе, являющимися причиной возникновения глобальных экологических проблем (снижение качества воды, воздуха, исчезновение отдельных видов растений и животных и т. д.).

Безопасность окружающего мира природы – необходимое условие существования каждого человека, взрослого и ребенка. Безопасность жизнедеятельности человека, (состояние его физической, психической и социальной защищённости), выступает необходимым условием его полноцен-

ного здоровья и развития. Уже с раннего возраста необходимо формировать у детей основы безопасности собственной жизнедеятельности, формировать представления о некоторых видах опасных ситуаций и способах поведения в них. Формирование осторожного и осмотрительного отношения к опасным ситуациям, приобщение к правилам безопасного поведения в стандартных опасных ситуациях, является важнейшим условием сохранения жизни и здоровья детей.

Формирование у дошкольников основ безопасности окружающего мира природы, (формирование представлений о некоторых видах опасных для окружающего мира природы ситуаций, приобщение к правилам безопасного для окружающего мира природы поведения; формирование осторожного и осмотрительного отношения к окружающему миру природы), является предпосылками экологического сознания взрослого человека.

Таким образом, чтобы наши дети были здоровы, необходимо научить их безопасности в современных условиях, осознанному отношению к своему здоровью, т. е. адаптировать детей к тем условиям, что могут ожидать их в окружающем мире.

Как сказал В. А. Сухомлинский: «Забота о здоровье невозможна без постоянной связи с семьей». Одним из ключевых моментов по формированию культуры безопасности жизнедеятельности и формированию потребности в здоровом образе жизни у детей является работа с семьей. В нашем дошкольном учреждении используются такие формы работы с семьей как:

- родительские собрания;
- анкетирование;
- выпуск буклетов «Здоровье»;
- тематические выставки;
- библиотека здоровья;
- организация информационных уголков;
- консультации, встречи «за круглым столом»;
- семинары-практикумы;
- спортивно-развлекательные семейные мероприятия.

Для повышения уровня знаний детей и родителей в области воспитания привычки к здоровому образу жизни у дошкольников, на базе ДООУ был создан клуб «Растём здоровыми». На занятиях клуба родители и дети получают теоретические и практические советы, рекомендации, демонстрируется нестандартное оборудование, которое несложно изготовить своими руками. Занятия клуба проводятся один раз в месяц в форме семинара-практикума. Совместно с детьми родители играют в подвижные игры, выполняют лечебно-профилактические упражнения, пальчиковую гимнастику, изучают элементы точечного массажа и приёмы релаксации.

Тематика занятий клуба разнообразна и разрабатывается с учётом запросов родителей (по результатам анкетирования). Работа клуба подробно

освещается в информационно-методической газете в рубрике «Растём здоровыми» и на сайте учреждения.

Чтобы расширить представления детей о строении и функционировании организма и мерах профилактики наиболее часто встречающихся заболеваний, педагогами был разработан цикл интегрированных занятий на тему «Человек. Я и моё тело». Совместно с педагогами и специалистами дети изучают литературу, проводят различные опыты и эксперименты, помогающие понять работу тех или иных органов. Под руководством врачей и медицинской сестры выполняют специально подобранные упражнения, на практике обучаясь бережному отношению к своему организму.

И работа с детьми, и работа с семьёй проводится в тесном взаимодействии всех специалистов ДООУ, а также с привлечением социальных партнёров (врачи поликлиник и других медицинских учреждений, библиотека). Воспитанники детского сада регулярно участвуют в тематических конкурсах и олимпиадах, где показывают высокий уровень знаний об охране природы, правилах поведения на дорогах города, в общественных местах.

Формирование культуры безопасности жизнедеятельности – ежедневная и кропотливая работа, позволяющая подготовить детей к успешным действиям по обеспечению безопасности личности, общества и государства. Дети могут оказаться в неожиданных ситуациях, поэтому главной задачей является развитие у них самостоятельности и ответственности. Все, чему мы учим детей, они смогут применять в реальной жизни.

РОЛЬ СКАЗКОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ИГР В КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ У ДЕТЕЙ С ОСОБЕННОСТЯМИ РАЗВИТИЯ

*Алексеева К. В.,
учитель русского языка и литературы
МБОУ СОШ № 30,
г. Нижний Тагил*

Одной из острых проблем современной школы является проблема адаптации детей с ЗПР. В настоящее время наблюдается стойкая тенденция к увеличению количества таких детей. По данным Д. И. Фельдштейна, в 2011 г. их доля в популяции на современном этапе в среднем составляет 19,8 % [Фельдштейн 2011 : 48]. Внедрение новых образовательных программ усиливает дисбаланс между психофизиологическими возможностями ребенка с ЗПР и растущими информационно-динамическими характеристиками современной социокультурной среды. Недостаточная сформированность познавательных процессов является главной причиной трудно-

стей, возникающих у детей с ЗПР при обучении в школе, но немаловажной проблемой остается также повышенная тревожность, чувство страха.

Одной из актуальных методик в коррекции нарушений у детей с особенностями развития является сказкотерапия – это такое направление практической психологии, которое, используя метафорические ресурсы сказки, позволяет людям развить самосознание и построить особые уровни взаимодействия друг с другом, что создает условия для становления их субъектности [Вачков 2007 : 11].

Как отмечает Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, сказкотерапия, с одной стороны, это самый древний способ поддержки человека с помощью слова, с другой – одно из самых молодых направлений практической психологии. Сказкотерапию можно рассматривать как воспитательную систему, учение, язык [Набойкина 2007 : 16].

Сказка – богатый терапевтический материал, который может быть использован в нескольких аспектах: анализ; рассказывание; сочинение сказки; обсуждение поведения и мотивов действий персонажей; проигрывание эпизодов сказки; использование кукол; рисование.

У детей с особенностями развития, как правило, занижена самооценка, они испытывают повышенную тревожность, чувство страха, связанное с неуверенностью в своих силах, а слушая сказки, дети находят в них отголоски своей собственной жизни, они стремятся воспользоваться примером положительного героя в борьбе со своими страхами и проблемами.

Мы определяем сказкотерапию как процесс образования связей между сказочными событиями и поведением в реальной жизни, процесс переноса сказочных смыслов в реальность.

Поэтому перед применением данного метода в 5 классе с задержкой психического развития измерялся уровень ситуационной и личной тревожности учащихся по методике Спилберга-Ханина.

Результаты опроса показали, что у 8 % детей очень высокий уровень тревожности, у 76 % – повышенный уровень тревожности, у 8 % – средний, у 8 % – низкий. Вместе с тем выяснилось, что тревожность связана не только с самооценкой, с предстоящим опросом или контрольной работой на уроке, но и с переходом в среднее звено, с появлением новых учителей по каждому предмету.

Основной целью психокоррекции эмоциональных нарушений является смягчение эмоционального дискомфорта у детей, повышение их активности и самостоятельности, устранение вторичных личностных реакций, обусловленных эмоциональными нарушениями, таких, как агрессивность, повышенная возбудимость, тревожная мнительность и др.

Игра – эмоционально насыщенный вид активности детей, способ сначала эмоционального, а затем интеллектуального освоения системы человеческих отношений, окружающей действительности. Через специально

организованную коррекционную игровую деятельность дети с проблемами в развитии удовлетворяют различные потребности: в общении, в активных действиях, в возможности узнавать новое, выражать свое отношение к тому, что является содержанием игры. В игре осуществляется эмоционально-волевое развитие, формируется личность, обогащается ее внутреннее содержание, развивается потребность преобразовывать действительность, усваивать нормы поведения, а также развиваются интеллектуальные возможности ребенка. Таким образом, в игре развивается то, от чего впоследствии будет зависеть успешность учебной и трудовой деятельности ребенка, а так же, что немаловажно, успешность его социализации.

Е. Л. Набойкина отмечает, что сказка удовлетворяет три естественные психологические потребности ребенка с проблемами развития:

1. Потребность в автономности. В каждой сказке герой действует самостоятельно на протяжении всего пути, делает выбор, принимает решения, полагаясь только на самого себя, на свои собственные силы.

2. Потребность в компетентности. Герой оказывается способным преодолеть самые невероятные препятствия и, как правило, становится победителем, достигает успеха, хотя может терпеть временные неудачи.

3. Потребность в активности. Герой всегда активен, находится в действии: куда-то идет, кого-то встречает, кому-то помогает, что-то добывает, с кем-то борется, от кого-то убегает... Иногда поведение героя вначале не является активным, толчок к активности провоцируется извне другими персонажами [Набойкина 2007 : 37].

Сказка побуждает ребенка сопереживать персонажам, в результате чего у него появляются новые представления о людях, предметах и явлениях окружающего мира, новый эмоциональный опыт.

Коррекционные сказкотерапевтические игры направлены на решение различных психологических задач: развитие сенсорно-перцептивной, психомоторной сфер, развитие познавательных процессов, развитие коммуникативной сферы, гармонизация и развитие эмоционально-волевой сферы, развитие речи.

Е. Л. Набойкина в книге «Сказки и игры с “особым” ребенком» рассматривает игры, каждая из которых направлена на решение определенных коррекционных задач. Так, например, целью игры «Путешествие в Страну Чувств» является развитие и гармонизация эмоциональной сферы детей. «Муха-Цокотуха» направлена на развитие и гармонизацию эмоциональной сферы. Игра «Теремок» решает такие задачи, как коррекция и развитие сенсорно-перцептивной, психомоторной, эмоциональной сфер, коммуникативных навыков, связной речи. Игра «Разговор по телефону» способствует моделированию социальных ситуаций и способов поведения; формированию умения слушать другого; развитию пространственного мышления, зрительного восприятия, творческого воображения, эмоциональной

адекватности. На снятие психоэмоционального напряжения; накопление положительного эмоционального опыта; развитие мотивации на принятие и поддержку другого, а также развитие пространственного и зрительного восприятия направлена игра «Три поросенка».

В своей педагогической деятельности при работе с учащимися коррекционных классов большое значение придаю применению игровых технологий с целью понижения уровня тревожности и смягчения адаптационного периода. После использования метода сказкотерапии проводилась повторная диагностика самооценки уровня тревожности. В результате анализа ответов учащихся было выявлено, что у 25 % детей уровень тревожности средний, а у 75 % – низкий. Полученные результаты показывают значительное снижение уровня тревожности, это можно объяснить и завершением периода адаптации у учащихся при переходе в среднее звено. Однако важную роль сыграли специальные игровые занятия, после которых, как отмечают и сами дети, они перестали бояться устных выступлений перед публикой, речь их стала более развитой, словарный запас расширился.

Таким образом, погружение детей с особенностями развития в данные сказкотерапевтические игры, помогает им повысить самооценку, снять чувство тревожности, развить коммуникативные навыки, а значит легче адаптироваться к социокультурной среде и почувствовать себя успешным.

ЛИТЕРАТУРА

1. Вачков, И. В. Сказкотерапия: Развитие самосознания через психологическую сказку / И. В. Вачков. – М. : Ось-89, 2007. – 144 с.
2. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб. : Златоуст, 1998. – 352 с.
3. Набойкина, Е. Л. В стране игрундии / Е. Л. Набойкина // «Школьный психолог». – 2007. – № 1. – С. 37–40.
4. Набойкина, Е. Л. Сказки и игры с «особым» ребенком / Е. Л. Набойкина. – СПб. : Речь, 2006. – 144 с.
5. Фельдштейн, Д. И. Глубинные изменения современного детства и обусловленная ими актуализация психолого-педагогических проблем образования / Д. И. Фельдштейн // Вестник практической психологии. – 2011. – № 1. – С. 45-55.

РАЗВИТИЕ У ДЕТЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ, ЧЕРЕЗ ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ

*Аравина М. С.,
инструктор по физической культуре
МБДОУ Детский сад «Детство» комбинированного вида –
Детский сад № 23 «Фонтанчик» комбинированного вида,
г. Нижний Тагил.*

*«Я не боюсь и еще и еще раз повторить:
забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя.
От жизнерадостности, бодрости детей зависит
их духовная жизнь, мировоззрение,
умственное развитие, прочность знаний,
вера в свои силы».
В. Л. Сухомлинский.*

Развитие человека представляет собой процесс физического, психического и социального созревания и охватывает все количественные и качественные изменения врожденных и приобретенных средств, происходящие под воздействием окружающей действительности.

Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности. Именно поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте. Формирование здорового поколения – одна из главных стратегических задач развития страны.

Именно поэтому направление моей деятельности было связано с развитием у детей физической активности через повышения уровня культуры здоровья.

С 2010 года мною реализуется долгосрочный педагогический проект «Детский сад и семья, за здоровье мы всегда!».

Особенность проекта состоит в том, что родители – не пассивные, а активные участники оздоровительных мероприятий, организуемых в дошкольном образовательном учреждении. Создание практико-ориентированной системы оздоровительной работы, предусматривающей приобщение семьи к участию в оздоровительном процессе, позволяет привить элементы культуры здоровья дошкольникам и повысить качество

В 2010 году мною совместно с другими педагогами детского сада был открыт семейный клуб «О здоровье всерьёз», который способствует приобщению семьи к оздоровительному процессу и позволяет прививать элементы культуры здоровья дошкольников, клуб посещают 13 % родителей.

В 2010 и 2013 году проведены большие праздники «Древнегреческие Олимпийские игры» и «Путешествие в Древнюю Грецию», в которых участвовали родители и дети.

Целью праздника было приобщение детей и родителей к здоровому образу жизни через приобщение детей и родителей к спорту, физическим упражнениям.

Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – это желание родителей и ведущая задача, стоящая перед дошкольным учреждением. Семья и детский сад – те структуры, которые в основном определяют уровень здоровья ребенка. Поступая в детский сад, многие дети имеют отклонения в физическом развитии, и одной из причин таких результатов является неосведомленность родителей в вопросах физического воспитания детей.

Работа с родителями направлена на информирование родителей о содержании работы дошкольного образовательного учреждения, вовлечение родителей в жизнь детей, пропаганду здорового образа жизни. Предполагается ведение поиска путей сотрудничества, планируется проведение традиционных и нетрадиционных форм по привлечению родителей к проблемам физического воспитания и оздоровления детей. Для развития коммуникативных организованы клубы по интересам, совместное посещение спортивных мероприятий и др.

Мы разработали модель взаимодействия дошкольного образовательного учреждения и родителей в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни, определили цель взаимодействия, принципы воспитания ребенка в дошкольном образовательном учреждении и в семье.

Для реализации модели были проанализированы имеющиеся формы работы с родителями воспитанников и из них выбраны следующие:

1. Дни открытых дверей, когда родители приглашаются в ДООУ в удобное для них время для просмотра физкультурно-оздоровительной работы, проводимой в детском саду с детьми: физкультурных занятий, утренних, бодрящих гимнастик, дыхательных упражнений, пальчиковых гимнастик, гимнастики для глаз и т. п.

2. Совместные с родителями спортивные праздники и досуги: «Папа, мама, я – спортивная семья», «Ловкие, сильные, смелые» и т. п.

3. Недели здоровья.

4. Клуб «Росинка», для родителей и детей, имеющими особые образовательные потребности.

5. Индивидуальные беседы и консультирование специалистами ДООУ.

6. Анкетирование.

7. Наглядные виды работ: выставки детских работ, дидактических игр на оздоровительную тематику, литературы; рекомендации; информационные стенды; фотовыставки.

Лучший опыт семейного воспитания представляется в группах к спортивным мероприятиям в виде фотогазет, коллективных работ.

Родители активно участвуют в «Неделе здоровья». Повысилась личная заинтересованность родителей в занятиях физкультурой вместе с детьми, у нас появились целые спортивные семьи.

Работа с сотрудниками – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению здоровья детей, построенная на следующих принципах:

- акцентирование внимания воспитателей на то, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль;
- просветительная работа по направлениям план-программы «Здоровый ребёнок»;
- консультации воспитателей по сохранению собственного здоровья;

В детском саду проводим организационные методические мероприятия. Выступаем на «Школе педагогического мастерства и «Дошкольной академии фонтанчик», где знакомим педагогов с новыми программами и технологиями в области физического воспитания детей дошкольного возраста.

Совместно с педагогами, специалистами, разрабатываем занятия, досуги, основанные на личностно-ориентированном подходе и отвечающие федеральным государственным требованиям.

В валеологической газете детского сада «Будь здоров, малыш», представляем методические рекомендации по оздоровлению дошкольников в семье и группе.

На «Школе педагогического мастерства» знакомим с игровыми приемами, проигрываем совместно с педагогами ситуации для детей, которые обеспечивают условия для самостоятельной деятельности.

Работа с педагогами ведется в следующих этапах:

- работаем в микрогруппах, где разрабатываю и обсуждаются сценарии проведения дней и недель здоровья;
- проводим мастер классы «Подвижные игры в детском саду»;
- индивидуальные консультации.

Таким образом, применение комплексной системы физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении дает возможность при благоприятной работе персонала совместно с родителями и, опираясь на современные педагогические технологии успешно решать задачи по формированию, укреплению и сохранению здоровья детей – будущего здоровья нации.

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ В МБОУ СОШ № 9

*Асанов Е. В.,
учитель физической культуры
СБОУ СОШ № 9,
г. Нижний Тагил*

На сегодняшний день физическая культура и спортивная внеклассная деятельность в образовательном учреждении является основой сохранения и укрепления здоровья учеников, а так же и других участников образовательного процесса. Кто как не учитель может послужить хорошим примером для ребенка и направить его энергию в нужное русло.

Для формирования здоровьесберегающей и здоровьеформирующей среды в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении средней общеобразовательной школе № 9 разработан специальный проект «На пути к победам». Главной целью проекта является пропаганда физической культуры и спорта среди учителей, детей и их родителей. Проблемы сохранения здоровья учащихся и привитие навыков здорового образа жизни очень актуальны сегодня. При определении целей деятельности по здоровьесбережению мы исходили из получения сведений о фактическом состоянии здоровья обучающихся, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения. Одним из решений данной проблемы мы рассматриваем организацию спортивно-массовой оздоровительной работы.

В качестве обобщенных целей деятельности по организации спортивно-массовой оздоровительной работы отмечены следующие: создание в школе организационно-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья обучающихся, создание материально-технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни.

Разработан календарь спортивно массовых мероприятий и уже реализуется согласно плану. Включает в себя следующие модули:

- массовый (привлечение 100 % детей к спортивно массовому мероприятию);
- семейный (участие в спортивно-массовых мероприятиях родителей, братьев, сестер, бабушек и дедушек);
- социальный (привлечение социальных партнеров для реализации совместных мероприятий: работников УВЗ, Совета ветеранов, Детской юношеской спортивной школы);

- тематический (участие учащихся в уникальных тематических направлениях);
- педагогический (участие педагогов МБОУ СОШ № 9 в спортивно-массовых мероприятиях);
- спартакиада (участие учащихся в школьной спартакиаде по разным видам спорта).

Спортивно-массовая оздоровительная работа проводится с целью решения задач физического воспитания, формирования здорового образа жизни школьников, повышения физической активности, спортивных достижений учеников, профилактики девиантного поведения и стабилизации психологического состояния обучающихся.

Проведение спортивно-массовых мероприятий в образовательном учреждении рассматривается нами как вариант взаимодействия учителей, детей и их родителей, которое сохраняет его сущность и основные параметры:

- в основе лежит совместная деятельность работников образовательного учреждения;
- присутствует прямое или косвенное воздействие субъектов этого процесса друг на друга, порождающее их взаимную связь (связь детей – учителей, учителей – родителей, родителей – детей);
- возможность производить реальные преобразования не только в познавательной, эмоционально-волевой, но и в личностной сфере;
- определяет сотрудничество участников на принципах доверия и физических возможностей.

Спортивно-оздоровительная деятельность нацелена на формирование у учащихся, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации, а также на профилактику вредных привычек, охват максимального количества учащихся школы оздоровительными мероприятиями.

От участия в проекте в образовательном учреждении ожидается повышение качества образования, количества детей занимающихся спортом и ведущих здоровый образ жизни, объединенных:

- наличием общих интересов и стремлением участников к общим социальным целям, использованием единых методов;
- новыми возможностями (физическими, морально-волевыми) для обмена мнениями, взаимного обучения и др.;
- содействием развитию коммуникаций между участниками;
- присутствием взаимной заинтересованности и ответственности, которые обеспечивают их динамику взаимодействия.

КОНЦЕПТУАЛЬНЫЙ ПОДХОД В РЕШЕНИИ АКТУАЛЬНЫХ ВОПРОСОВ И ПЕРСПЕКТИВ РАЗВИТИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

*Афанасенко П. В.,
председатель правления НП
«Нижнетагильский центр управления здоровьем»,
г. Нижний Тагил.*

В современном обществе решение задачи любой сложности возможно только путем выработки концепции – это общеизвестно. Концепция – это ведущий замысел, конструктивный принцип, система путей решения выбранной задачи. В контексте задач по формированию здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды наличие Концепция играет ключевую роль.

Плоды недооценки важности концептуального подхода в области гигиены среды обитания, предполагающего интеграцию медицины и образования в решении таких вопросов, как: формирование здорового образа жизни (Гигиены), оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья субъектов и участников учебного процесса, мы пожинаем вот уже седьмой год.

Несмотря на усиление внимания государства и общественности к проблеме сохранения здоровья нации в современной России, показатели здоровья населения всех возрастных групп, в целом, продолжают снижаться. По состоянию на 2012 год смертность от заболеваний, связанных с основными детерминантами питания в РФ, продолжает оставаться высокой (более 70 %) и имеет четкую тенденцию к росту (ГУ НИИ питания РАМН, 2012).

По данным медицинского обследования в 2006 году в России было выявлено 32 % здоровых детей, по результатам обследования школьников Свердловской области в 2010 году, среди школьников только 5 % были признаны здоровыми. Данные о состоянии здоровья населения по городу Нижний Тагил свидетельствуют о том, что у нас осталось 3 % здоровых детей. Причина такого положения известна давно: недопустимо низкий уровень образованности населения в вопросах здоровья, гигиены (образа жизни).

Недостаток (а зачастую и отсутствие) этих знаний с успехом «восполняет» коммерческая уличная и телевизионная реклама, которая, по сути, зомбирует как детей, так и взрослых, постепенно превращая граждан России во всеядных потребителей.

«По оценкам экспертов, при инерционном сценарии – т. е. при сохранении существующих и отсутствии новых мер в ближайшие 40 лет мы потеряем 50 млн человек, ... превратившись фактически в «пустое пространство», судьба которого будет решаться не нами» (В. Путин).

«Охрана здоровья – это, прежде всего предотвращение заболеваний, и ключевую роль здесь имеет формирование здорового образа жизни» (В. Путин), то есть гигиенического мировоззрения. С научной точки зрения здоровый образ жизни подразумевает, в первую очередь, применение всего комплекса Гигиены: правил, принципов, методов, норм и средств гигиены, в том числе гигиены питания, а не только отказ от вредных привычек.

Следуя современным научным утверждениям в области здорового образа жизни, в том числе здорового питания, участники Нижнетагильского V-го (8.11.2012) и VI-го форумов «Актуальные вопросы гигиены питания» (6.11.2013) единогласно приняли решение о внедрение научной концепции «Здоровье через Гигиену» российской программы «Здоровое питание-здоровье нации», как приоритетного направления социальной политики города Нижний Тагил, соответствующим Государственной политике в области здорового питания населения РФ.

«Создание и реализация концепции «Здоровье через Гигиену» продиктованы необходимостью возврата к целостной картине мира, пониманием того, что в настоящее время существует единственный верный путь к сохранению здоровья нации – путь революционных подходов, базирующийся именно на данных принципах» (М. В. Ковальчук, и. о. вице-президента РАН, член-корр. РАН, XIX (82) сессия общего собрания Российской академии медицинских наук).

Научным Советом по медицинским проблемам питания РАМН и МЗСР РФ (решением № 15/-09-06 от 19. 09. 2006), реализация концепции «Здоровье через Гигиену» среди населения поручена Российской программе «Здоровое питание-здоровье нации» и аттестованным региональным и местным Центрам оздоровительного питания.

В Нижнем Тагиле аттестованным центром по гигиене питания является НП «Нижнетагильский центр управления здоровьем» (НТЦУЗ), одна из основных задач которого – участвовать в формировании региональной политики в области Гигиены, в том числе гигиены питания, в соответствии со стандартами концепции «Здоровье через Гигиену» в рамках «Основ государственной политики в области здорового питания населения РФ на период до 2020 года», утвержденных распоряжением Правительства РФ № 1873-р от 25. 10. 2010.

В соответствии с решением городского VI форума «Актуальные вопросы гигиены питания. Пути решения на региональном уровне» (6.11.2013), Проект муниципальной комплексной программы по реализации концепции

«Здоровье через Гигиену» и План мероприятий по его реализации, разработанный НТЦУЗ, одобрены и рекомендованы руководителям образовательных учреждений для применения в практической работе в области здорового питания.

Проект муниципальной комплексной программы по реализации концепции «Здоровье через Гигиену» и план мероприятий к нему был рассмотрен в Администрации города Нижний Тагил. По результатам рассмотрения указанных документов Администрацией было предложено НТЦУЗ апробировать мероприятия Концепции в одном из образовательных учреждений города.

В мероприятия по реализации Концепции включен комплекс гигиенических принципов методов и средств, направленный на формирование здоровьесберегающей среды: проведение уроков гигиены питания, в том числе во время ежедневного приема учащимися пищи; индивидуальное исследование пищевого статуса, проведение экспертиз повышенного качества пищевых продуктов, коррекция питания, в том числе аргументированное назначение индивидуального и функционального питания, подготовка специалистов по индивидуальному и функциональному питанию из числа тренерско-преподавательского состава и др.

Исходя из современного, принципиально иного пищевого статуса населения, обозначились реальные пути перехода от терапии лекарствами к терапии питанием, в том числе функциональным.

Немедленный эффект от внедрения гигиенически обоснованного питания – увеличение средней продолжительности жизни ... примерно на 14–15 лет – вот вклад только одного звена Гигиены – Гигиены питания.

Практическая реализация мероприятий концепции «Здоровье через Гигиену» на примере даже одного образовательного учреждения (например, МБОУ СОШ № 30), позволит если не решить, то сдвинуть с места проблеме недопустимо низкого уровня образованности населения города в области гигиены питания, а, главное, продвинуться в решении более сложной задачи – формирования у детей личной ответственности за свое здоровье, а значит и здоровье своей будущей семьи, а, следовательно, здоровья общества.

Задача сегодняшнего дня:

- увидеть здравый смысл, безупречную логику в простых вещах;
- проявить способность к анализу и обобщению;
- сберечь, а если необходимо, восстановить здоровье своё, наших детей и близких.

МОНИТОРИНГ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ ПЕДАГОГОВ

*Бакшаева М. И.,
старший воспитатель МБДОУ
Детский сад «Детство» комбинированного вида –
Детский сад № 23 «Фонтанчик» комбинированного вида,
г. Нижний Тагил*

Здоровье – одна из высших человеческих ценностей! Это утверждение трудно оспорить, поскольку и радость жизни, и реализация жизненных планов без него невозможны. Здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Первостепенные задачи любого дошкольного образовательного учреждения – укрепление здоровья и физическое развитие воспитанников, функциональное совершенствование и повышение работоспособности их организма.

Оценить значимость здоровья педагога при таком подходе нетрудно: больной воспитатель не может воспитать здоровых детей. Таким образом, здоровье педагога необходимо рассматривать не только как образовательную ценность, но и как необходимое условие для устойчивого и гармоничного развития современного общества.

Вопросы мониторинга профессионального здоровья педагогических работников весьма популярны в современной психолого-педагогической практике.

Профессиональное здоровье педагога (воспитателя) – это способность организма сохранять и активизировать компенсаторные, защитные, регуляторные механизмы, обеспечивающие работоспособность, эффективность и развитие личности педагога во всех условиях протекания профессиональной деятельности.

От состояния, самочувствия, здоровья педагога в прямой зависимости находятся состояние, самочувствие, здоровье воспитанников. Современность предъявляет повышенные требования не только к личностным качествам педагогов, но и к уровню их профессионального здоровья. В деятельности современного педагога (воспитателя) присутствует огромное количество стресс-факторов.

С одной стороны, труд педагога характеризуется такими профессиональными рисками, как высокая эмоциональная, коммуникативная, информационная напряженности и физическая загруженность, повышенная ответственность, а с другой – в жизни педагога присутствуют и внешние по отношению к его профессиональной деятельности факторы дистресса.

Педагогический труд сопровождается повышенной стрессогенностью, показатели психического и физического здоровья педагогов (воспитателей) понижаются по мере продолжительной работы в ОУ. Для своевременного анализа данных показателей в образовательных учреждениях необходим систематический мониторинг профессионального здоровья педагогов.

Изучение показателей профессионального здоровья и детерминант профессиональных деформаций педагога возможно при использовании различных диагностических средств.

Оценка удовлетворенности педагога своей работой в нашем дошкольном учреждении проводилась в первую очередь, поскольку эффективность деятельности педагога во многом зависит от его удовлетворенности трудом. Для этого мы использовали адаптированный к условиям ДООУ *тест В. А. Романовой «Удовлетворенность работой»*.

«Методика диагностики уровня социальной фрустрированности» Л. И. Вассермана в модификации В. В. Бойко, позволила диагностировать у педагогов степень неудовлетворенности социальными достижениями в основных аспектах жизнедеятельности. Методика позволила оценить как степень фрустрированности по каждому пункту (например, в отношении своего положения в обществе), так и общий уровень социальной фрустрированности педагогов.

Такие профессионально важные качества педагога как стрессоустойчивость, способность развития ресурсов выходят в современном ДООУ на первый план.

В нашем учреждении уровень устойчивости педагогов по отношению к факторам, вызывающим стресс в их профессиональной деятельности выше среднего, диагностика проведена помощью *методики «Стрессоры» В. А. Розановой*.

Как еще один новый профессионально значимый и здоровьесберегающий фактор в деятельности современных педагогов рассматривается оптимальный уровень готовности учителя к риску в педагогических ситуациях, под которой понимается личностное качество, обеспечивающее потенциальную и практическую реализацию возможности субъекта к успешной деятельности в сложных условиях неопределенности.

Неготовность педагога к эффективному реагированию в рискованных педагогических ситуациях негативно сказывается на его здоровье: как на психоэмоциональном, так и на физическом состоянии. Диагностировать уровень готовности учителя к риску в педагогических ситуациях позволяет *методика «Исследование склонности к риску» А. Г. Шмелева*.

Признаком негативного влияния профессии на личность является появление самых разных профессиональных деформаций или специфических состояний, например, «синдром профессионального выгорания». В наи-

большей степени профессиональным деформациям подвержены специалисты социэкономических профессий – те, кто постоянно взаимодействует с людьми.

Синдром психического выгорания – одна из форм нарушения психологического здоровья педагогов. Под «психическим выгоранием» понимается состояние физического, эмоционального и умственного истощения.

Методика диагностики уровня эмоционально выгорания В. В. Бойко позволяет определить 12 ведущих симптомов «выгорания», дать достаточно объемную характеристику личности и наметить индивидуальные меры профилактики и коррекции.

Для анализа синдрома «выгорания» в педагогическом коллективе мы применяем адаптированную методику для воспитателей *«Психическое выгорание» Н. Е. Водопьяновой, Е. С. Старченковой.*

Существуют многочисленные взаимосвязи выгорания с особенностями эмоциональной направленности педагога, его статусно-ролевыми установками, степенью увлеченности работой. Используя в своей работе *опросник «Профессиональная востребованность личности (ПВЛ)» Е. В. Харитоновой, Б. А. Ясько*, мы диагностировали позитивную Я-концепцию большинства педагогов, что служит фактором сохранения и поддержания внутреннего благополучия и психологического здоровья наших воспитателей.

«Методика изучения самооценки профессиональной пригодности и способностей» (МИСПИИС) Т. А. Ратановой, позволила определить характер самооценки педагогом своей профессиональной пригодности и своих профессиональных способностей, возможностей. С помощью этой методики выявлено, что педагоги несклонны переоценивать себя, доминирует адекватная самооценка эффективности профессиональной деятельности. Так же среди педагогов выявлена группа риска – склонность к развитию профессиональных деструкций, к разрушению моральной и нравственной основы личности.

Развитие методов мониторинга профессионального здоровья педагогов, является перспективным направлением, отвечающим как запросам модернизации современной российской образовательной системы, так и информационным, межкультурным и морально-нравственным реалиям современного российского общества. Это вопрос, актуальность которого сегодня ощущается достаточно остро, в том числе и по причинам их недостаточной научно-практической проработанности.

Проанализировав и представив свой опыт работы в этом направлении, можно подвести итог о том, что профессиональное здоровье педагога (воспитателя) является неотъемлемой частью образовательного процесса и нуждается в своевременной поддержке и коррекции, что возможно лишь при систематической диагностики профессиональных и личностных качеств.

РЕАЛИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ФОРМ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ В ДОУ

*Баранова И. В.,
учитель-дефектолог МБДОУ
Детский сад «Детство» комбинированного вида –
Детский сад № 23 «Фонтанчик» комбинированного вида,
г. Нижний Тагил*

Здоровье – состояние полного физического, психологического и социального благополучия человека (по Уставу Всемирной Организации Здравоохранения).

Рождение в семье ребёнка с различными отклонениями в психическом развитии является обстоятельством затрудняющим функционирование семьи и ставящим её перед необходимостью противостоять неблагоприятным изменениям. Родители таких детей испытывают множество трудностей различного характера.

В центре работы по полноценному обучению, воспитанию и оздоровлению детей с нарушением интеллекта находится семья и детский сад как две основные социальные структуры, которые определяют уровень развития ребенка. Родители – равноправные субъекты образовательного процесса. Детский сад открыт для каждой семьи, и мы стараемся создать в нём атмосферу дома.

Организуя сотрудничество с семьей по вопросам развития детей, сохранения и укрепления здоровья дошкольников, особое внимание наш коллектив уделяет постоянному совершенствованию методов работы с родителями.

Для оказания помощи таким родителям в их работе с детьми с особыми нуждами педагоги групп компенсирующей направленности решили создать родительский клуб и назвали его «Росинка». Таких групп в детском саду три, и заседания клуба проводятся 2–3 раза в год вот уже в течение 7 лет.

Как показала практика, эти заседания стали одной из наиболее эффективных форм работы с семьей в области образования, воспитания и оздоровления детей в нашем ДОУ.

В работе родительского клуба «Росинка» участвуют все специалисты и педагоги МБДОУ, а также врачи, которые наблюдают наших детей (детский психиатр, невролог и др.). Составлено Положение по работе клуба, утвержденное на педагогическом совете.

Целью создания родительского клуба было установление сотрудничества коллектива нашего учреждения и семьи в вопросах воспитания, обра-

зования и укрепления здоровья дошкольников с особыми образовательными потребностями;

Задачами клуба стали:

- повышение педагогической культуры родителей;
- выявление и транслирование положительного семейного опыта;
- содействие сплочению родительского коллектива с целью внедрения здоровьесберегающих технологий;
- способствование установлению доверительных отношений между родителями и педагогами детского сада.

В организации работы клуба «Росинка» мы используем разнообразные **формы:**

- консультации,
- «круглый стол»,
- совместные развивающие игры родителей и детей,
- беседы,
- обсуждение и распространение семейного опыта,
- КВН, спортивные праздники и развлечения.

На заседаниях родительского клуба в начале каждого учебного года проводится презентация работы детского сада и его специалистов, так как родители и дети в специализированных группах часто меняются (они посещают эти группы 2–3 года).

Специалисты знакомят родителей с правилами проведения артикуляционной, дыхательной, пальчиковой гимнастики для детей и какие при этом используются атрибуты. Практически у всех наших детей существуют большие проблемы с речью и эти гимнастики нашим детям жизненно необходимы.

Врачи рассказывают об особенностях развития детей с ЗПР и умственной отсталостью, т. к. родители слабо разбираются в этих вопросах.

Психолог детского сада проводит консультации по коррекции эмоционально – волевой сферы у детей. Эмоционально – волевая сфера у наших детей имеет серьёзные расстройства, а т. к. она влияет на формирование познания и активизирует работу мышления, то её развивать надо обязательно.

Логопед рассказывает, как надо работать над становлением и развитием связной речи у детей, т. к. речь необходима при общении.

Каждый человек занимает в обществе определённое место и, следовательно, всегда находится в отношениях с окружающими людьми. Через процесс общения у человека появляется возможность понять себя и других людей, оценить их чувства и действия, а это приводит к возможности реализовать себя и свои возможности и найти своё место в обществе.

Учителя – дефектологи рассказывают и показывают, какие есть развивающие игры и как их можно использовать в работе с детьми.

Воспитатели показывают, как можно организовать совместную продуктивную деятельность с ребенком. Работа с бумагой, тканью различной фактуры, нитками, глиной создаёт предпосылки для освоения элементов трудовой деятельности.

В современном мире почти у всех семей дома есть компьютеры, как уметь пользоваться компьютером и какие существуют познавательные, развивающие компьютерные игры для детей об этом рассказывают родителям наши специалисты.

Детям и родителям очень нравятся спортивные праздники и развлечения. Они с удовольствием принимают в них участие. На этих праздниках мы кроме здоровьесберегающих вопросов решаем и коррекционные задачи: исправляем и развиваем зрительно – моторную координацию, автоматизируем движения у детей, закрепляем ориентировку в пространстве.

На таких мероприятиях, как знакомство с русским фольклором, сказкой родители видят своих детей в роли сказочных героев, в танцах, и тут к ним приходит осознание того, что их дети тоже многое могут и умеют. С большой охотой наши родители принимают участие в изготовлении костюмов и атрибутов для танцев и сказок.

Родители гордятся успехами своих детей, так как в этом есть и их не малая заслуга. Они знают, что их детям любое достижение дается с огромным трудом. Тем приятнее знать, что и твой ребенок развивается, несмотря на врожденную патологию.

Результаты работы родительского клуба отражаются в различной наглядной агитации: газета «Мой кроха и я», стенгазетах, коллажах и т. д.

Деятельность родительского клуба очень важна, это показывает анкетирование родителей, проведенная в конце 2012–2013 учебного года. Количество родителей, которые лучше стали понимать своих детей и больше уделять им внимания, увеличилось на 16,6 %. А количество родителей, которые привлекают детей к выполнению посильных трудовых поручений, возросло на 8,3 %.

Родительский клуб способствует объединению семьи и детского сада в работе с детьми с особыми образовательными потребностями и позволяет формировать у родителей активную позицию в отношении воспитания и оздоровления своего ребенка, помогает в вопросах социализации детей в повседневной жизни и школьном обучении.

ОЗДОРОВЛЕНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ФИТОНЦИДНЫХ РАСТЕНИЙ

*Бастрикова И. П.,
старший воспитатель МБДОУ «МАЯЧОК»
комбинированного вида детский сад № 195,
г. Нижний Тагил*

На современном этапе развития общества выявлена тенденция ухудшения состояния здоровья детей. Острые респираторные заболевания занимают ведущее место в структуре общей заболеваемости дошкольников. Это связано как с анатомо-физиологическими особенностями, так и низким уровнем общей сопротивляемости организма ребёнка.

Общеизвестно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья, т. к. до 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторяемый на протяжении последующей жизни. Проблема раннего формирования культуры здоровья и знакомство с методами оздоровления дошкольников актуальна, своевременна и достаточно сложна.

В связи с этим, роль педагога дошкольного образовательного учреждения состоит в организации педагогического процесса, сберегающего здоровье ребенка и воспитывающего ценностное отношение к здоровью. В ходе совместной деятельности с детьми, сотрудничая с семьей, педагог обеспечивает восхождение дошкольника к культуре здоровья.

Задача, поставленная государством по сохранению и укреплению здоровья детей, регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Закон «Об образовании», президентской образовательной инициативой «Наша новая школа», законом «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», а также Указом Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения РФ» и др.

Для реализации данной цели в дошкольных учреждениях создаются условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья детей: оздоровительные группы для детей часто и длительно болеющих; закаливающие мероприятия; сбалансированное питание и др. При работе с детьми уделяется большое внимание формированию, развитию и укреплению дыхательной системы и на этом фоне общему оздоровлению организма.

Значительную роль в развитии органов дыхания играет дыхательная гимнастика. Сформированный навык правильного дыхания одна из составляющих здорового образа жизни. Здоровое дыхание очень важно для со-

хранения здоровья детей, а правильно сформированные в раннем детстве навыки здорового образа жизни сохраняются и в дальнейшем.

Многие факторы окружающей среды являются сегодня непосредственной причиной большинства заболеваний. Наличие в воздухе высокой концентрации аллергенов, пыли, токсичных веществ, патогенных микроорганизмов, вирусов и др. оказывает неблагоприятное влияние на физическое развитие детей, обмен веществ, функциональное состояние эндокринной, пищеварительной систем организма. Городская среда перенасыщена «гомогенными» полями (с малой насыщенностью зрительных элементов), вследствие чего возникает ощущение дискомфорта, нарушается работа зрительной системы, ухудшается самочувствие. Большинство жителей проживает в условиях акустического дискомфорта. Как известно, показателем качества окружающей среды является экологическая безопасность человека степень соответствия существующих экологических условий задачам сохранения здоровья населения.

Контакт человека с природой, ее эмоциональное, эстетическое восприятие являются средством поддержания и восстановления психологического благополучия в условиях населенного пункта. Растения способствуют улучшению качества окружающей среды, выполняют такую важную функцию, как формирование атмосферы, т. е. поддержание в ней определенного количества кислорода. Еще Гиппократ рекомендовал использовать растения в том виде, в каком их создала природа. Органические и минеральные вещества, которые выделяют клетки растений в процессе своей жизнедеятельности, являются биологически активными, служат источниками лекарственных средств. Известные ученые Б. П. Токин, А. М. Гродзинский, говоря об использовании растений в целях профилактики заболеваний, отмечали, что большое развитие должны получить работы по изучению биологически активных летучих выделений растений, обладающих обеззараживающими и повышающими защитные силы организма человека свойствами. Особенно это важно в таких условиях, как кабинет, групповая комната, класс и т. п., где человек проводит большую часть времени.

С целью улучшения здоровья детей в системе дошкольного образования создаются программы оздоровления дошкольников и технологии здоровья сбережения.

Дыхательная гимнастика – это составная часть лечебной физкультуры, которая ставит своей целью тренировку дыхательного аппарата и повышения эффективности дыхания.

Дыхательные упражнения способствуют насыщению каждой клеточки организма кислородом. Умение управлять дыханием способствует умению управлять собой. Кроме того правильное дыхание стимулирует работу сердца, головного мозга и нервной системы, улучшает пищеварение (т. к. прежде, чем пища будет переварена, она должна поглотить кислород из

крови, чтобы окислиться). Медленный выдох помогает расслабиться, успокоиться, справиться с волнением и раздражительностью. Бесспорно, дыхательные упражнения просто необходимы детям, довольно часто болеющим простудными заболеваниями, бронхитами, а также выздоравливающим после различных заболеваний органов дыхания. Дыхательная гимнастика обладает мощным общим и местным воздействием на организм. Общеукрепляющее действие правильного и полноценного дыхания широко известно: обменные процессы в организме протекают более динамично, ребенок лучше растет и развивается, меньше болеет.

Значение комнатных растений многогранно. Многие из них способны насыщать воздух ароматическими фитонцидными веществами, убивающими болезнетворные микробы и благотворно влияющими на жизнедеятельность человека. Некоторые способны помочь избавиться от болезни.

Сам термин «фитонциды» был предложен русским учёным Б. П. Токиным в 1934 году для обозначения летучих веществ, обладающих антимикробными свойствами, которые выделяются растениями.

Фитонцидные свойства сначала были обнаружены лишь у немногих растений, но по мере изучения их круг расширился. По мнению академика В. Г. Дробатько, их имеют около 85 % высших растений.

Учеными был составлен ассортимент комнатных растений тропического происхождения, которые можно использовать для профилактических и лечебных целей дома и в местах массового скопления людей: в детских садах, школах, лечебно-профилактических и других учреждениях, которые можно объединить в три группы:

1-я группа – растения, летучие выделения которых обладают выраженной антибактериальной, антивирусной, антифунгальной активностью в отношении воздушной микрофлоры (сансевьера трехполосная пеларгония (герань) и др.);

2-я группа – растения, летучие выделения которых улучшают сердечную деятельность, повышают иммунитет, обладают успокаивающим, противовоспалительным и другими лечебными действиями (монстера привлекательная, мирт обыкновенный, лимон и др.);

3-я группа – растения-фитофилтры, поглощающие из воздуха вредные газы (спатифиллум, нефролепис и др.).

Для оздоровления воздушной среды помещений применяют растения, обладающие высокой фитонцидной активностью. Наиболее фитонцидно активными являются следующие: хлорофитум хохлатый, фиалки, драцены, юкка, монстера, кофе арабика и аравийский, каланхое, гибискусы, лимоны и другие.

В лечебных целях очень важно, что фитонцидная активность комнатных растений проявляется в зимне-весенний период, так как именно в это время возрастает число ОРЗ.

Существуют определенные правила фитонцидотерапии с использованием живых растений:

- 1) перед проведением процедуры необходимо поставить растения на пол;
- 2) опрыснуть растения дегазированной водой комнатной температуры;
- 3) усадить группу детей на расстоянии 50–60 см от крайних листьев растений;
- 4) предложить детям сделать 3 глубоких вдоха и выдоха, после чего проводить дыхательную гимнастику (8–12 минут);
- 5) в конце опять предложить детям сделать три глубоких вдоха и выдоха.

Надо помнить, что положительные результаты возможны только при совместной работе всего коллектива сотрудников ДООУ, в понимании важности, значимости дыхательной гимнастики в работе с детьми.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ УЧИТЕЛЯ-ЛОГОПЕДА ДООУ

*Батурина И. М.,
учитель-логопед МБДОУ ДС «МАЯЧОК» детский сад № 110,
г. Нижний Тагил*

Одним из перспективных средств коррекционно-развивающей работы с детьми с речевыми нарушениями в деятельности логопеда в настоящее время является использование здоровьесберегающих технологий. Эти методы работы являются эффективными средствами коррекции, помогающими достижению максимально возможных успехов в преодолении не только речевых трудностей, но и общего оздоровления детей дошкольного возраста. На фоне комплексной логопедической помощи здоровьесберегающие технологии оптимизируют процесс коррекции речи детей и способствуют оздоровлению всего организма ребенка. Кроме того, использование этих методов и приемов помогает организовывать занятия интереснее и разнообразнее.

В практической деятельности логопедов применяются следующие здоровьесберегающие компоненты.

1. Дыхательная гимнастика и развитие голоса.

Упражнения дыхательной гимнастики можно использовать как физкультминутки в процессе логопедического занятия или как его часть, направленную на развитие речевого дыхания, в результате чего возрастает объем и глубина дыхания, сила и выносливость дыхательных мышц, коор-

динируются и ритмизируются дыхательные движения, и в целом улучшается функциональная деятельность всех органов и систем организма.

На занятиях учим детей правильному физиологическому дыханию, дифференциации ротового и носового вдоха и выдоха (тренировка ритма речевого дыхания), развиваем такие качества дыхания, как сила, продолжительность, постепенность и целенаправленность

Для развития дыхания мы используем игры и упражнения: «Забей мяч в ворота», «Парусная регата», «Накорми птиц», «Сдуй пушинку, бабочку» и т. п. Эти игры способствуют развитию у ребенка глубокого дыхания, плавного длинного выдоха. При выполнении упражнений на дыхание учитываем возможности каждого ребенка.

Дыхательные упражнения вскоре соединяются с голосовыми, которые направлены на развитие мягкости и гибкости голоса (силы и достаточной высоты).

Для преодоления твердой атаки голоса (формирования мягкости) используем пропевание гласных на одном тоне (например, упражнение «Щенок скулит»), с повышением и понижением голоса, с усилением и ослаблением силы (громкости) голоса. Для этого используем игры «Укачай куклу», «Эхо», картинки-схемы, например, «Лесенку» (пропевание гласного с повышением и понижением тона), игры «Далеко–близко» (изменение силы голоса), «Большой-маленький» (изменение голоса по высоте).

2. Артикуляционная гимнастика.

Важной и неотъемлемой частью логопедической работы является артикуляционная гимнастика. Регулярное выполнение поможет:

- улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию;
- улучшить подвижность артикуляционных органов;
- укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;
- уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов.

3. Биоэнергопластика.

Для достижения лучших результатов в работе по постановке звуков, чтобы процесс был более занимательным и увлекал детей, применяется такой метод как биоэнергопластика – это содружественное взаимодействие руки и языка (сопряжённая гимнастика). Применение биоэнергопластики эффективно ускоряет исправление дефектных звуков у детей со сниженными и нарушенными кинестетическими ощущениями, так как работающая ладонь многократно усиливает импульсы, идущие к коре головного мозга от языка. Синхронизация работы над речевой и мелкой моторикой вдвое сокращает время занятий, не только не уменьшая, но даже усиливая их результативность.

4. Зрительная гимнастика.

Зрительная гимнастика имеет огромное значение: она снимает зрительное напряжение, является профилактикой зрительного утомления и снижения остроты зрения. Такая гимнастика обеспечивает улучшение кровоснабжения тканей глаза, обменные процессы в глазу; повышает силу, эластичность, тонус глазных мышц, укрепляет мышцы век, снимает переутомление зрительного аппарата. Проводится в течение 1–2 минут в середине занятия.

5. Физкультминутки. Развитие общей моторики. Речь с движением.

Физкультурная минутка состоит из нескольких упражнений для больших групп мышц. Основные задачи физкультминутки – снизить утомление и повысить умственную работоспособность детей на занятии, снять усталость и напряжение; внести эмоциональный заряд; совершенствовать общую моторику; выработать четкие координированные действия во взаимосвязи с речью, отрабатывать темп и ритм речи. Комплексы физкультминуток подобраны согласно лексической теме недели. Проводятся в игровой форме в середине занятия.

6. Пальчиковая гимнастика.

Игры с пальчиками развивают не только ловкость и точность рук, но и мозг ребенка, стимулируют творческие способности, фантазию и речь.

Пальчиковые игры помогают развивать у ребенка мелкую моторику, координацию движений и внимание, активизировать речевые навыки, память и мышление.

Упражнения для пальчиковой гимнастики, пальчиковые игры подобраны согласно лексической теме недели. Проводятся на индивидуальных и подгрупповых занятиях. Пальчиковую гимнастику можно сопровождать речью, музыкой, что будет способствовать формированию правильного ритма и темпа речи.

7. Самомассаж рук.

Самомассаж – способ саморегулирования организма, один из приемов регулирования кровотока. В массируемом участке тела усиливается циркуляция крови, лимфы, тканевой жидкости. Самомассаж рук способствует нормализации мышечного тонуса, стимулированию тактильных ощущений, а также под воздействием импульсов, идущих в коре головного мозга от двигательных зон к речевым, более благоприятному развитию речевой функции. Самомассаж мышц предплечья, кисти и пальцев обеих рук улучшает координацию произвольных движений, восстанавливает ослабленные мышцы, помогает снизить излишнее напряжение. Он является одним из эффективных направлений по подготовке детей с речевыми нару-

шениями к письму. При самомассаже рук мы часто используем элементы Су-Джок терапии.

8. Су-Джок терапия.

Стимуляция высокоактивных точек соответствия всем органам и системам, расположенных на кистях рук и стопах (су – кисть, джок – стопа). Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения по ребристым дорожкам, массажным коврикам и т. д. Стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук происходит при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики). Эффективен ручной массаж пальцев. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека. Массаж проводится до появления тепла. Эту работу можно проводить на занятиях перед выполнением заданий, связанных с рисованием и письмом.

9. Аурикулотерапия.

Система лечебного воздействия на точки ушной раковины, которые проецируют все органы и системы человеческого организма. Воздействие осуществляется путём массажа ушной раковины (надавливание, растирание) до лёгкого покраснения и появления чувства тепла

10. Упражнения на релаксацию.

Комплекс используется для обучения детей управлению собственным мышечным тонусом, приёмам расслабления различных групп мышц. Если у детей возникло двигательное напряжение или беспокойство во время логопедического занятия, можно использовать релаксационные упражнения по ходу занятия.

11. Кинезеологические упражнения.

Кинезеологические упражнения, направленные на формирование и развитие межполушарного взаимодействия. С этой целью в работе с детьми используется комплекс кинезеологических упражнений: «Колечко», «Кулак-ребро-ладонь», «Лезгинка», «Лягушка», «Ухо-нос-хлопок», а также упражнения направленные на развитие точности движений пальцев и способности к переключению с одного движения на другое.

Таким образом, данные мероприятия благоприятно отражаются на здоровье воспитанников, посещающих логопедические занятия. В целом, повышают эффективность логопедической работы.

ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ МБОУ СОШ № 36 КАК УСЛОВИЕ ИХ УСПЕШНОЙ СОЦИАЛИЗАЦИИ

*Белова И. А.,
учитель КБЖ МБОУ СОШ № 36,
г. Нижний Тагил*

Под культурой безопасности жизнедеятельности в нашем образовательном учреждении понимается способ организации деятельности обучающихся, представленной в системе социальных норм, убеждений, ценностей, обеспечивающих сохранение их жизни, здоровья и целостности окружающего мира. Формирование культуры безопасности жизнедеятельности является междисциплинарной задачей, решение которой возможно при реализации ключевых идей безопасности через все учебные предметы, в укладе школьной жизни и взаимоотношениях между всеми субъектами образовательного процесса (обучающимися, учителями, родителями).

Проблема сохранения здоровья обучающихся и привитие навыков здорового образа жизни сегодня очень актуальны. По статистике, 25–30 % поступающих в школу детей имеют отклонения в здоровье. Необходимость сохранения здоровья и жизни детей определяет необходимость поиска новых путей решения этой задачи. Обучающиеся и их родители должны осознавать необходимость мер по сохранению здоровья. Отсюда вытекает масштабная задача – формирование массовой культуры безопасности обучающихся, которая становится обязательным условием и одним из критериев эффективности деятельности ОУ.

Не случайно в письме Минобрнауки России от 30. 08. 05 № 03-1572 «Об обеспечении безопасности в образовательных учреждениях», имеющем важное концептуальное значение для повышения безопасности образовательного пространства, органам управления образованием предписано рассмотреть возможность введения дополнительных часов на изучение курса ОБЖ и усилить внимание к вопросам безопасности при изучении иных учебных предметов базисного учебного плана и занятий во внеурочное время.

Неотъемлемой частью профилактики правонарушений, травматизма, профессиональных заболеваний является формирование культуры безопасности всеми работниками ОУ, а не только преподавателями БЖ.

Формами, направленными на формирование культуры безопасности, являются конференции, совещания, семинары, школы передового опыта, радио- и телепередачи, фестивали, соревнования, игры КВН, экскурсии, выставки, кинодни и т. п. В нашем ОУ ежегодно в сентябре месяце проводится Месячник безопасности, когда обучающиеся ходят на экскурсии в пожарные части, в автошколы, в СЮТ № 2, участвуют в выставках рисун-

ков по пожарной безопасности, дорожного движения, ЗОЖ, защищают проекты по ЗОЖ; проводятся акции «Антипиво», игры, викторины, конкурсы по пожарной безопасности, безопасности дорожного движения. Также традиционными являются Дни защиты детей в марте – апреле.

Методы формирования культуры безопасности обучающихся включают рассказ, показ, демонстрацию натуральных образцов, передовых приемов, лекции, беседы, консультации, личный пример старших (учителей, родителей, старшеклассников). В нашем ОУ в системе посредством уроков КБЖ, химии, биологии происходит показ фильмов с целью профилактики травматизма, вредных привычек, употребления ПАВ; проводятся лекции психологов ЦГДБ № 1, работников правоохранительных органов, инспекторов дорожного движения и пожарной безопасности. Такие же лекции проводятся и для родителей через родительские собрания. В системе работы ОУ – привлечение родителей к разработке безопасных маршрутов «Школа – дом», доведение до сведения родителей информации об эпидемиях, выпуск памяток для родителей по поведению во время эпидемий.

Средствами формирования культуры безопасности служат кино, радио, телевидение, плакаты, фотографии, витрины, правила, инструкции, стенные газеты, «молнии» об авариях, несчастных случаях, о новых решениях (нормах), книги, нормы и правила (САНПИНЫ), ГОСТ, кабинеты и уголки безопасности. В нашей школе – это широкое использование информационных стендов, школьного сайта, уголков безопасности в классах, в школе. Все классы в ОУ оборудованы в соответствии с требованиями техники безопасности и САНПИНов.

Наглядная агитация используется как дополнительное средство убеждения, воспитания, обучения. Разбитая машина, вырезка из газеты, фотография с места происшествия, с места захоронения, стенгазеты, плакаты – все это широко используется в работе профильных отрядов, которые пользуются при выступлениях плакатами, фотографиями, рисунками.

В нашем ОУ создаются условия для создания безопасной образовательной среды. Это и обязательное дежурство учителей по школе с целью предупреждения травматизма, проведение в начале каждой четверти инструктажей по правилам поведения во время образовательного процесса, приобретение в каждый класс бактерицидной лампы с целью предупреждения распространения эпидемий, создание в ОУ учебного пространства для предупреждения ДТП (учебный перекресток). Классные руководители обязательно выполняют все предписания школьного врача.

Большое внимание в ОУ уделяется физическому здоровью. В школе работают секции «Волейбол» и «Боевых искусств», отряд ДЮОП; проводятся ставшие уже традиционными такие спортивные мероприятия, как «Новогодние гонки», «Осенний кросс». В этом учебном году стартовал проект «Здоровым быть модно».

В основе целеполагания системы учебного курса ОБЖ также лежат идеи, направленные на формирование культуры безопасности жизнедеятельности – ценностная ориентация содержания, основанная на идеях сохранения и повышения качества жизни и здоровья человека, сохранения среды обитания и природных ресурсов, формирования у обучающихся активной жизненной позиции в вопросах обеспечения безопасности.

Реализация разработанной модели технологии модульного изучения позволяет формировать культуру безопасности жизнедеятельности обучающихся посредством повышения уровня мотивации, ответственности в обучении, самостоятельности в принятии решений, заинтересованности в обеспечении личной безопасности, безопасности общества и окружающей среды.

Предметная составляющая учебного предмета ОБЖ – это учебный модуль, результатом реализации которого является усвоение минимума содержания данного курса; воспитание ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни, развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, овладение умениями оценивать ситуации и действовать в чрезвычайных ситуациях, оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

Межпредметные связи – это учебный модуль, результатом реализации которого является овладение учащимися способами решения локальных или глобальных межпредметных проблем образовательной деятельности, ценностно-ориентационных, ситуационных и практических задач.

Учебное содержание усваивается только тогда, когда оно становится предметом активных действий обучающегося, путем организации помощи ученику. Четкость, логичность действий, активность, самостоятельность – вот чему должны научиться дети. Изменяется форма общения учителя с учащимися. Общение осуществляется через совместную деятельность по проектированию образовательного процесса с целью достижения результата. Практическая направленность в нашем ОУ выражается в работе профильных отрядов. Здесь и задания, требующие самостоятельных выводов, игровые работы в группах, задания, требующие выполнения самостоятельных действий.

Вся деятельность ОУ способствует формированию сознательного отношения к своему здоровью. Человек, который сознательно относится к своему здоровью, обладающий знаниями, будет оберегать свою жизнь, будет ориентирован на добро, защиту окружающих людей, природы. Приобщение к культуре безопасности является необходимой составляющей социализации ребенка.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бекмурадов, М. Р. формирование культуры безопасности жизнедеятельности школьников как приоритетная задача государства / М. Р. Бекмурадов. – М. : Просвещение, 2005. – С. 12–14.
2. Дурнов, Р. А. Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности / Р. А. Дурнов, А. Т. Смирнов. – М. : Просвещение, 2007. – С. 26.
3. Краснов, Н. Г. Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности / Н. Г. Краснов. – Омск, 2009. – С. 7.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СЕМЬИ, ВОСПИТЫВАЮЩЕЙ РЕБЕНКА С ОВЗ

*Беломестных Л. В.,
педагог-психолог МОУ СОШ «Центр образования № 1»,
г. Нижний Тагил*

Семья – это особый мир, внутри которого разворачиваются индивидуальные счастливые и не счастливые истории человеческих взаимоотношений, формируется личность ребенка. Для ребенка с ограниченными возможностями здоровья семья, как первичное, наиболее эмоционально значимое пространство жизнедеятельности должна выполнять свое базовое предназначение – стать для него своеобразной коррекционно – развивающей средой. Включаясь в такую среду, ребенок с ОВЗ учится возмещать свои природные недостатки, обретает возможность справиться с возрастными задачами иными путями. Однако, жизнь большинства семей, в которых рождается такой ребенок, сопровождается целым рядом деструктивных переживаний (вины, разочарования, страха, одиночества, душевной боли, отчаяния), и родители зачастую сами нуждаются в психологической помощи, не имея ресурсов для создания условий, способствующих его адаптации и развития. Именно поэтому особая деятельность по психолого-педагогическому сопровождению этих семей является востребованной и актуальной.

Психолого – педагогическое сопровождение семьи, имеющей ребенка с ОВЗ, это деятельность, направленная на актуализацию коррекционных ресурсов семьи, обеспечивающих эффективность ее функционирования, особенно в периоды кризисов, что позволяет создавать соответствующее возрасту ребенка коррекционно – развивающее пространство, формировать и реализовывать адекватные потребностям ребенка стратегии воспитания.

Реальность сегодняшнего дня такова, что родительство сталкивается с определенными трудностями:

- педагогическая и психологическая неграмотность;
- ригидные стереотипы воспитания;

- незнание психологических особенностей развития ребенка;
- личностные проблемы и особенности родителей, вносимые в общение с ребенком;
- родительские установки.

Наряду с различными формами работы с семьей, которые практикуются в рамках психолого-педагогического сопровождения на базе МОУ СОШ «Центр образования № 1» наиболее эффективной является психолого – педагогическое консультирование. Фундаментом индивидуального консультирования является установление доверительных и откровенных отношений с родителями, а затем осуществляется переход к обсуждению проблем и выбору формы последующих встреч. Первостепенным является оказание психологической помощи, позволяющей справиться с тревогой, сомнениями по поводу особенной здоровья и развития ребенка. Перед спецификой обеспечения сопровождения в рамках консультирования стоят следующие задачи:

- обозначить сильные стороны личности ребенка, выявить его ресурсные возможности;
- помочь родителям увидеть ситуацию с другой стороны (радоваться каждому дню, малейшим достижениям своего ребенка, принимать его таким, каков он есть);
- помочь родителям освоить новые роли, обязанности, примериться со сниженными особенностями своего ребенка, справиться с беспомощностью;
- научить родителей самостоятельно оказывать себе и ребенку необходимую психологическую помощь.

Алгоритмом оказания такой помощи можно считать:

- выделение и обозначение существующей проблемы;
- описание актуальной сегодняшней и желаемой в будущем ситуации;
- распознавание возможных путей ослабления провоцирующих факторов;
- поиск имеющихся сил и возможностей (сильные стороны, на которые можно опереться в решении проблемы, даже если они лежат в другой плоскости);
- усиление сильных сторон и направление их во благо;
- представление шагов для решения проблемы на основе анализа причин;
- осознание своих ресурсов, ресурсов своего ребенка для сохранения психологического равновесия в решении проблем.

Как видно из вышесказанного, решение психологических проблем продвигается за счет усиления недостающего ресурса, скрытых возможностей, как самого ребенка, так и тех, кто его сопровождает. Работа специалистов по психолого-педагогическому сопровождению семьи может разворачиваться по нескольким направлениям, что позволяет обеспечить своеобразный перевод семьи в состояние психологического благополучия:

– обучение эффективной внутрисемейной коммуникации всех членов семьи, способствующей формированию адекватной самооценки и дающей возможность получать эмоциональную поддержку. Для этих целей можно использовать не только индивидуальное консультирование, но и программы групповых тренингов.

– оптимизация функционирования семейной системы (система семейных правил, регулирующих жизнь семьи);

– формирование навыков для установления необходимых для функционирования и развития семьи ресурсных социальных связей;

– формирование адекватного, реалистичного отношения к ограниченным возможностям ребенка;

– формирование ответственной родительской позиции.

В целом коррекционно – развивающая среда в семье может включать в себя следующие основные компоненты:

– общая эмоциональная семейная атмосфера, создающая общий позитивный фон настроения без лишней инвалидизации ребенка;

– предметно-пространственная развивающая среда, специально организованная с учетом особенностей развития ребенка, включающая в себя функционально – ориентированные игрушки и пособия для развития психических процессов;

– особый тип коммуникации «взрослый – ребенок», обеспечивающий поддержку и сотрудничество с учетом особенностей ребенка.

Организованная таким образом работа в рамках психолого – педагогического сопровождения предполагает ориентацию на идею ведения, нахождения рядом «аккомпанемента» и в меньшей степени созвучна теме жесткого директивного ведения и конвоирования.

РЕАЛИЗАЦИЯ МОДЕЛИ ПОДВИЖНОГО УРОКА ПРИ ОСВОЕНИИ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС

*Билевич И. Н.,
зам. директора по начальной школе МБОУ СОШ № 45;
Луней В. В.,
учитель начальных классов МБОУ СОШ № 45,
г. Нижний Тагил*

В национальной образовательной инициативе «Наша новая школа» особое внимание президент уделяет здоровью школьников. «Именно в школьный период формируется здоровье человека на всю последующую жизнь».

В федеральных государственных стандартах начального общего образования формированию культуры здорового и безопасного образа жизни

отводится особая роль как фактору, способствующему познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов освоения программы.

Анализ состояния здоровья учащихся в школе показывает, что ведущее место занимают нарушения в развитии зрительного анализатора, нервной системы, осанки. Наибольшие изменения в опорно-двигательной системе наблюдаются за время обучения в начальной школе. Детей с патологией зрения к пятому классу становится в два с половиной раза больше.

С каждым годом число детей – первоклассников, имеющих различные патологии, тоже увеличивается. Та же ситуация прослеживалась и в наших классах.

В сентябре 2008 г. мы начали работать по теме *«Использование технологий на основе двигательной активности по методике В. Ф. Базарного как одно из условий сохранения и укрепления здоровья младших школьников»*.

Большие возможности, на наш взгляд, в реализации технологий, сберегающих здоровье современного школьника, имеет оздоровительная система В. Ф. Базарного (доктор медицинских наук, профессор, педагог-новатор, академик Академии творческой педагогики, основатель нового направления в науке).

В основе этой системы лежат здоровьеразвивающие принципы:

I принцип предлагает построение занятий в режиме «подвижных объектов», переключение зрения с ближнего на дальнее;

II принцип заключается в повышении активности деятельности детей, в том числе и зрительно-ручной координации, с помощью построения занятий в режиме динамических поз;

III принцип – развитие здоровья – это методика сенсорных тренажей в режиме любого урока. Это техническая система, с помощью которой осуществляется зрительно-двигательный тренаж «Эффект бегущего огонька».

Наши кабинеты полностью оснащены специализированным учебным оборудованием, техническими средствами, мебелью, позволяющими реализовывать технологию обучения на основе двигательной активности (технология раскрепощенного развития детей).

Важная составная часть здоровьесберегающей работы учителя – это **рациональная организация урока**.

Нами разработана и внедряется модель подвижного урока.

Модель подвижного урока

Целью модели подвижного урока является создание здоровьесберегающих условий обучения на уроке через увеличение двигательной активности.

Задачи модели подвижного урока:

- осуществление оптимальной двигательной активности учащихся на уроке;
- соблюдение режима динамических поз для оптимизации функционального состояния организма и сохранение работоспособности учеников на уроке;
- организация здоровьесберегающей функции урока через проведение физкультминуток и оздоровительных пауз.

Структура подвижного урока включает четыре основные педагогические здоровьесберегающие технологии:

- 1) режим динамических поз;
- 2) физкультминутки;
- 3) оздоровительные паузы;
- 4) передвижение по классу.

Для этого используется специальная мебель с наклонной поверхностью – парты и конторки. Часть урока ученик сидит за партой, а другую часть стоит за конторкой. Урок строится с таким расчетом, чтобы каждые 10–15 минут ученики организованно переходили из положения «сидя» в положение «стоя». Работа за конторкой стоя формирует у ребенка чувства координации и равновесия, является профилактикой нарушений опорно-двигательного аппарата, заболеваний сердечнососудистой системы, предупреждает появление близорукости.

Важная особенность уроков состоит в том, что они проводятся в режиме движения наглядного учебного материала, постоянного поиска и выполнения заданий, активизирующих детей.

Для этого мы используем подвижные «сенсорные кресты»: деревянные планки, подвешенные к потолку в четырех углах класса, на которых располагаются дидактические материалы. Карточки с заданиями и возможными вариантами ответов, которые могут оказаться в любой точке класса и которые дети должны найти и использовать в своей работе. Дети всматриваются в удаленные наглядные материалы и таким образом снимают напряжение с глазных мышц. Карточки с дидактическими заданиями могут быть развешаны везде: на книжных полках, на окне, стене.

В процессе урока для разминок и упражнений на мышечно-телесную и зрительную координацию, а также на развитие внимания и быстроты реакции используем схемы зрительных траекторий, и специальные офтальмотренажеры «Бегущие огоньки». Все упражнения выполняются в позе свободного стояния: дети совершают движения глазами, головой и туловищем. Занимают все эти упражнения не более двух минут урока и проводятся на материале учебного предмета. Здесь присутствует важный эмоционально-мотивационный фактор, который повышает физическую и психическую активность детей на уроке, вносит сенсорное разнообразие. По

мнению доктора В. Ф. Базарного, регулярное использование этого тренажера восстанавливает зрение ребенка за один учебный год.

Важное значение имеет эмоциональный климат на уроке:

- «Хороший смех дарит здоровье»;
- мажорность урока;
- эмоциональная мотивация в начале урока;
- создание ситуации успеха.

На своих уроках широко используем веселые физкультминутки в стихотворной форме, оздоровительные, профилактические минутки, которые влияют на деятельность мозга, активизируют сердечнососудистую и дыхательную системы, улучшают кровоснабжение внутренних органов, работоспособность нервной системы.

В последние годы в связи с внедрением информационно-коммуникационных технологий в образовательный процесс начальной школы, появилась возможность использовать **электронные физкультминутки**.

Обязательным предметом в технологии является детское хоровое пение, основанное на народных песнях и классической музыке. С этой целью дети посещают фольклорный кружок при школе.

С целью создания системы комплексной диагностики здоровья школьников заключены договоры о сотрудничестве с лечебными учреждениями города. Для отслеживания уровня физического и психоэмоционального здоровья был заключен договор с городским физдиспансером. Введена информационная технология САМПО – система автоматизированного медицинского профилактического обследования. Технология включает несколько этапов: анкетирование родителей, тестирование детей специалистом физдиспансера, компьютерную обработку результатов. САМПО позволяет оформить индивидуальный «паспорт здоровья» ученика с ближайшим и отдаленным прогнозом состояния здоровья, сформулировать рекомендации по обращению к врачам-специалистам. С результатами диагностики знакомятся родители учащихся.

Основной показатель, отличающий все здоровьесберегающие образовательные технологии – регулярная экспресс-диагностика состояния учащихся и отслеживание основных параметров развития организма в динамике (начало – конец учебного года), что позволяет сделать соответствующие выводы о состоянии здоровья учащихся.

Реализация диагностирующих программ способствует привлечению внимания школьников к проблеме своего здоровья, учету своих индивидуальных способностей и возможностей, что является неотъемлемой составной частью воспитания культуры здоровья. Мониторинг происходящих изменений позволяет оценить правильность выбранного пути, используемых программ и методов. Наблюдения показывают, что использование

здоровьесберегающей технологии Базарного в учебном процессе позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве. Ведет к снижению показателей заболеваемости, улучшает психологический климат в детском коллективе, активно приобщает родителей школьников к работе по укреплению их здоровья.

ПРЕЕМСТВЕННОСТЬ ОСНОВНЫХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ ДОШКОЛЬНОГО И НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ В ВОПРОСАХ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ

*Бобырь Н. П.,
воспитатель МКДОУ № 4,
п. Уралец*

Экологическое состояние нашей планеты и тенденция к его ухудшению требуют отныне живущих людей понимания сложившейся ситуации и сознательного к ней отношения. Экологические проблемы присущи всем материкам и каждому государству. Есть они и в России – свои в каждом регионе.

Не понаслышке знают россияне о прогрессирующем ухудшении здоровья взрослых и детей. Этому способствуют различные загрязнения почвы, воды и воздуха, в результате чего люди питаются недоброкачественными продуктами, пьют плохую воду. Вдыхают воздух с большой примесью выхлопных газов.

Экологические проблемы и необходимость их преодоления породили новое направление в образовании – экологическое: всем необходимо понимать, как человек связан с природой и как зависит от нее, какие в природе существуют закономерности и почему человечество не имеет права их игнорировать. Экологическое образовательное пространство включает в себя и экологическое воспитание дошкольников.

Теоретические основы экологического воспитания дошкольников представлены в различных психолого-педагогических исследованиях (И. А. Хайдурова, П. Г. Саморукова, Н. Н. Кондратьева, С. Н. Николаева, А. М. Федотова). Анализ накопившегося материала представлен в обобщающем труде С. Н. Николаевой «Общение с природой начинается с детства». Монография является теоретическим фундаментом, на котором уже можно выстроить «инфраструктуру» экологического воспитания в детском саду.

В своей работе мы руководствуемся Федеральными государственными требованиями (ФГТ), утвержденными приказом Министерства образова-

ния и науки РФ от 23. 11. 2009, в которых прописано, что содержание образовательной области «Безопасность» направлено на достижение целей формирования предпосылок экологического сознания (безопасности окружающего мира) через:

- формирование представлений об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них;
- приобщение к правилам безопасного для человека и окружающего мира природы поведения.

Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС), введенный в действие с 1 января 2010 года, направлен на обеспечение преемственности основных образовательных программ дошкольного, начального общего, основного общего, среднего (полного) общего, начального профессионального, среднего профессионального и высшего профессионального образования. В разделе «Предметные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования» обществознание и естествознание (окружающий мир) обозначено, что выпускник начальной школы должен:

- осознавать целостность окружающего мира, освоить основы экологической грамотности, элементарных правил нравственного поведения в мире природы и людей; нормы здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде;
- освоить доступные способы изучения природы и общества (наблюдение, запись, измерение, опыт, сравнение, классификация и др. с получением информации от окружающих людей в открытом информационном пространстве).

Цель нашей работы: совершенствование эколого-развивающей среды детского сада.

Задачи:

- изучить и применить в работе принципы народной педагогики в экологическом воспитании дошкольников;
- привлекать родителей к участию в экологических мероприятиях (детско-родительские экологические проекты, экологические акции, выпуск листовок).

Для реализации этих задач в нашем ДОУ оформляются газеты, листовки по сбережению природы родного края. Наши воспитанники часто принимают участие и побеждают в экологических акциях и конкурсах. Каждую весну во всех группах вырастают «Огороды на подоконнике». Дети сеют семена, наблюдают за ростом и развитием растений на солнышке, в темном шкафу, без полива и т. д. так, исследовательская деятельность помогает понять взаимосвязь различных факторов на жизнь посадок.

На территории детского сада богата и разнообразна растительность. У нас много деревьев, ягодных кустарников. Ежегодно в больших количе-

ствах мы высаживаем цветочную рассаду, совместно с детьми обрабатываем огород, сеем злаки, оформляем клумбы.

Так как несколько наших воспитателей работают по экологическому воспитанию детей уже не первый год, они проводят консультации-практикумы для своих коллег, смогли заинтересовать родителей воспитанников-своих первых помощников. Для них проводили родительские встречи, консультации, оформляли печатный материал в уголки, полезные папки.

Таким образом, проанализировав данные диагностики, можно прийти к выводу, что создание экологической среды в ДОО способствует повышению качества экологического воспитания дошкольников.

**ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ СРЕДА УЧРЕЖДЕНИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАК МЕХАНИЗМ
КОРРЕКЦИИ И ПРОФИЛАКТИКИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ
ДЕВОЧЕК-ПОДРОСТКОВ И ФОРМИРОВАНИЯ У НИХ КУЛЬТУРЫ
ЗДОРОВЬЯ
(НА ПРИМЕРЕ РАБОТЫ ОБЪЕДИНЕНИЯ
СПОРТИВНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
СП «СПУТНИК»)**

*Болоцкая Е. Р.,
педагог дополнительного образования
МБОУ ДОД ДЮЦ «Меридиан» СП «Спутник»,
г. Нижний Тагил*

В настоящее время одной из насущных проблем различных специалистов, осуществляющих учебно-воспитательную работу с детьми, является выявление и профилактика девиантного поведения, приобретающего сегодня на фоне социально-экономических преобразований в стране массовый характер. В процессе обучения и воспитания подростков наряду с девиантным поведением принято говорить об аддиктивном поведении (от латинского *addictus* – «слепо преданный, полностью, пристрастившийся к чему-либо, обреченный, поработенный, целиком подчинившийся кому-либо») как более широком понятии, представляющем собой одну из форм деструктивного, разрушительного для личности и психики индивида поведения, которая выражается в стремлении к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных предметах или активностях (видах деятельности), что сопровождается развитием интенсивных эмоций [Леонова, Бочкарёва 1998]. В связи с этим насущной

задачей образовательных учреждений является не только объяснение причин, условий и факторов, детерминирующих данное социальное явление, но и деятельность по его коррекции и профилактике. Эффективное осуществление последней должно основываться на учете психофизических и индивидуально-личностных особенностей представителей детского контингента, а также на учете психологических аспектов возникновения деструктивных форм поведения. Как отмечалось многими авторами, в манифестации аддиктивности в первую очередь имеет значение личностный фактор, заключающийся в «подражательности» и тривиальном любопытстве подростков, а также в неконструктивном решении проблемы испытываемой ими своей реальной или надуманной «несостоятельности» как одного из константных признаков и проявлений феномена «переходного возраста». При нахождении, самостоятельном либо с помощью взрослых и специалистов, подростками способов адекватной самореализации проблема «несостоятельности», лежащая в основе аддиктивного поведения, как правило, пропадает сама собой [Смагин 2005]. При этом подбор таких способов должен опираться на обязательное формирование у подростков понятия о культуре здоровья, принципах и способах его сохранения, поддержания и укрепления, значимости ведения здорового образа жизни. В решении данной задачи видится особая роль учреждений осуществляющих дополнительное образование детей, поскольку именно в них подросткам, страдающим различными зависимостями, предлагается на выбор многообразие направлений для адекватной самореализации, коррекции и решения индивидуальных психофизиологических проблем. Одним из таких направлений, реализуемых в СП «Спутник» (МБОУ ДОД ДЮЦ «Меридиан») является объединение, реализующее учебно-воспитательные услуги спортивно-психологической направленности (занятия шейпингом, фитнесом, йогой и т. д.).

Специфика данного объединения заключается в том, что его контингент составляют подростки преимущественно женского пола 14–17 лет, из неблагополучных и малообеспеченных семей, которые наряду с общими для своего возраста и социально-экономического положения проблемами имеют специфические половозрастные проблемы, проявляющиеся, главным образом, в отношении к своему телу и уходу за ним (излишний вес, мода на неконтролируемое похудение, подбор и нанесение косметики и т. д.). К общим проблемам, являющимся факторами возникновения аддиктивного поведения, относятся: проблемы с семьей; проблемы материального благополучия; проблемы соблюдения личной гигиены, сохранения, поддержания и укрепления здоровья в целом; общие психофизиологические проблемы подросткового возраста (отчуждение, комплексы по поводу формирования тела и т. д.); неадекватный способ решения подростковой неуверенности, закомплексованности (например, проявление агрессивного

поведения или подавленность, замкнутость, избегание реального общения с другими людьми); проблемы социализации, построения адекватного межличностного взаимодействия и коммуникации с взрослыми и сверстниками одного с ними и противоположного пола; проблема выбора компании по интересам; проблема организации своего свободного времени, выбора досуга, подходящего по критериям материальной доступности и доступности расположения по отношению к месту проживания, социальной популярности, эффективности в решении имеющихся проблем, а также соответствия распорядку дня, интересам, физиологическими и интеллектуальным способностям и т. д. Особо на почве перечисленных проблем следует выделить основные виды наблюдаемых у данной группы подростков аддиктивных реализаций, среди которых не только наличие зависимостей от употребления различных веществ (алкоголя, никотина, веществ, изменяющих психическое состояние, включая наркотики, лекарства, различные яды) или предпосылок к появлению таких зависимостей, но и участие в азартных играх, включая компьютерные; сексуальное аддиктивное поведение; переедание или голодание; телевизор, виртуальная реальность (общение, игры) длительные прослушивания музыки, главным образом основанной на низкочастотных ритмах и т. д.

Для решения перечисленных проблем в СП «Спутник» работает объединение спортивно-психологической направленности, руководителем которого является педагог I квалификационной категории Елена Рудольфовна Болоцкая. В объединении проводятся занятия шейпингом, йогой и фитнес-йогой (не включающей медитацию), а также бодифлексом (упражнения на сочетание растяжек и задержек дыхания), стретчингом (упражнения для работы с мышцами, связками и суставами, естественная растяжка), пилатесом (упражнения с концентрацией на дыхательном ритме, правильности выполнения движений и позиций и осознанием их действия на ту или иную группу мышц). Целью данных занятий является не только организация досуга, но и оказание помощи как в физическом (коррекция фигуры, обучение поддержанию тела в хорошей форме, уходу за собой, правилам личной гигиены, пользованию косметическими средствами и т. д.), так и в психологическом плане (изучение личности подростков, посещающих объединение, их индивидуальных психофизических различий, психологические тренинги как одна из форм проведения занятий, беседы на тему культуры здоровья и здорового образа жизни, консультации по подростковым проблемам и т. д.). Руководитель объединения имеет соответствующее образование как в области спорта, так и в области психологии, постоянно повышает свою квалификацию по этим направлениям своей деятельности (семинары по различным системам физических упражнений, здоровьесберегающим технологиям). Также для проведения бесед по красоте,

культуре здоровья, личной гигиене, физиологических изменениях в подростковом возрасте и т. д. приглашаются специалисты со стороны.

СП «Спутник» и действующее в нем объединение расположены в шаговой доступности для жителей Выи (ул. Космонавтов, 33), близко от остановки общественного транспорта. Все занятия в объединении проводятся бесплатно, что, наряду с высокой социальной престижностью не только у девушек, но и у взрослых представительниц женского населения, делает их привлекательными, востребованными для девочек-подростков с аддиктивным поведением из социально неблагополучных и малообеспеченных семей, обеспечивает высокий и постоянный приток желающих, особенно по рекомендациям, причем не только среди самих подростков, но и среди членов их семей (таким образом, осуществляется решение проблемы неблагополучия). Занимаясь по индивидуально подобранной системе упражнений, в свободное от учебы время, в кругу своих знакомых (друзей, одноклассников, родственников) и сверстников, девочки-подростки через формирование представлений о культуре здоровья, построение адекватного межличностного взаимодействия, психофизическое самосовершенствование получают профилактику аддиктивного поведения, многие из них корректируют свою девиантность или полностью избавляются от различных зависимостей. Таким образом, у них происходит тотальная ломка временных (данных неблагополучным окружением) норм поведения, установок, стереотипов. Закрепление полученных на психологическом уровне достижений подростков осуществляется в дальнейшем при их устройстве в летние отряды мэра.

ЛИТЕРАТУРА

1. Леонова, Л. Г. Вопросы профилактики аддиктивного поведения в подростковом возрасте. Учебно-методическое пособие / Л. Г. Леонова, Н. Л. Бочкарёва ; под редакцией д-ра мед. наук, профессора Ц. П. Короленко. – Новосибирск : НМИ, 1998.
2. Смагин, С. Ф. Аддиктивное поведение подростков [Электронный ресурс] / С. Ф. Смагин // Личность и культура. – 2005. – № 4. – Режим доступа: <http://lichnost-kultura.ru/2005/20054/2005418/2005418.htm>
3. Ярославцева, Н. А. Аддиктивное поведение подростков и его профилактика в образовательной среде / Н. А. Ярославцева, М. Б. Зубков, А. С. Ярославцев // Современные наукоемкие технологии. – 2008. – № 7. – С. 62–64.

ПРОФИЛАКТИКА ПЛОСКОСТОПИЯ КАК ОДНА ИЗ ФОРМ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

*Боровикова Н. В.,
инструктор по физической культуре МБДОУ
детский сад «Детство» комбинированного вида –
детский сад № 198 «Катюша»,
г. Нижний Тагил*

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – одна из актуальнейших проблем нашего времени. На конгрессе педиатров России отмечалось, что в последние годы в реестре заболеваний детей на первые позиции выходят нарушения опорно-двигательного аппарата, а в частности плоскостопие. Существует широко распространенное мнение, что плоскостопие у детей до 6 лет является физиологическим и не требует коррекции. Однако это мнение ошибочно. Именно до 5-6 лет, когда не закрыты точки окостенения, легче исправить и предупредить развитие деформации стоп. Плоскостопие – это деформация стопы, характеризующаяся уменьшением или отклонением внутреннего продольного свода стопы и наклоном пятки внутрь. Борьба с плоскостопием должна идти по пути улучшения физического развития ребенка.

В масштабах нашего образовательного учреждения вопрос профилактики плоскостопия у воспитанников стоит не менее остро, чем в целом по стране. Поэтому возрастает значение организации профилактической направленности непосредственно в условиях дошкольного образовательного учреждения, где ребенок находится практически ежедневно и где, следовательно, имеется возможность обеспечить своевременность и регулярность воздействия на формирование стоп. Этим определяется актуальность поиска средств профилактики плоскостопия у детей.

Целью нашей деятельности является систематизация физкультурно-оздоровительной работы по профилактике плоскостопия у детей дошкольного возраста. Ежегодно в нашем ОУ проводится диагностика состояния стоп детей путем плантографии, а также детей осматривает врач-ортопед из врачебно-физкультурного диспансера, что позволяет нам выявить существующие проблемы. На основании полученных данных формируются группы детей для дальнейшей работы.

Для организации и проведения разнообразных видов деятельности дошкольников предлагается гибкая, развивающая, не угнетающая ребенка система, основу которой составляют эмоционально комфортная среда пребывания и благоприятный режим организации жизнедеятельности. Так как нам необходим положительный результат, важна систематичность занятий и комплексный подход. В связи с этим нами организована еженедельная специальная деятельность по профилактике плоскостопия, специальные упражнения включаются в плановую двигательную игровую деятельность,

утреннюю гимнастику и в занятия по обучению плаванию. Для того, чтобы выработать у детей устойчивый интерес к занятиям, проводим их в различных формах – сюжетные, соревновательные, с использованием воды, например, дети выполняют различные виды ходьбы (на носках, на пятках, в полу приседе, на внешней стороне стопы и др.) по воде, чередуя ее с ходьбой по ортопедическим резиновым коврикам. Ходьба в воде обеспечивает разностороннюю нагрузку на нижние конечности, что создает благоприятные условия для постепенного формирования и укрепления стоп детей. Данная процедура оказывает и закаливающий эффект.

С целью сформировать у детей потребность в здоровом образе жизни разработан блок познавательной деятельности на темы: «Учимся беречь свое тело», «Я люблю солнце, воздух и воду» и др. , включающий беседы о бережном отношении к своему телу, о пользе физических упражнений.

Несколько раз в год проходят практикумы для родителей: «Поможем Буратино», «Король обезьян», «Путешествие на остров здоровья», в ходе которых родители имеют возможность не только увидеть различные комплексы упражнений, но и опробовать их сами, а также познакомиться с нестандартным оборудованием, которое можно изготовить в домашних условиях самостоятельно из подручных средств (массажные коврики из пуговиц, крышечек, колечек, с наполнителем из крупы и другого природного материала, следовые дорожки, мелкие игрушки, камушки, веревочки, используемые для захвата пальцами ног и т. д.). На таких занятиях родителям предлагаются памятки с комплексами специальных упражнений: «Утята», «Гибкий носок», «Обезьянки» и т. д., что позволяет более остро обратить внимание родителей на проблему плоскостопия и, тем самым, вовлечь их в этот важный процесс на пути к здоровью собственного ребенка.

Педагогический коллектив понимает важность и необходимость всех оздоровительных и профилактических мероприятий, проводимых в детском саду, и использует в течение дня различные физкультминутки, включающие в себя специальные элементы для профилактики плоскостопия, гимнастику для стоп после сна.

В спортивном зале имеются все необходимые пособия. Занимаются дети в спортивной форме, босиком, разумеется, с учетом состояния их здоровья. С целью создания положительного эмоционального фона многие упражнения выполняются под музыку. В летнее время применяем хождение босиком на улице по естественным грунтовым дорожкам, тем самым соблюдая принцип новизны и разнообразия.

Комплексы упражнений составляются в определенной последовательности:

- а) упражнения без предметов;
- б) упражнения с предметами (захватывание мелких предметов пальцами ног);

в) упражнения на приспособлениях универсального типа.

Дозировка зависит от уровня подготовленности детей. По мере укрепления и тренировки мышц увеличивается количество повторений. К детям, имеющим выраженное плоскостопие, в основной и заключительной частях занятия применяется индивидуальный подход, т. е. нагрузка при выполнении разных прыжковых упражнений уменьшается и чередуется с интервалами отдыха, выполнением упражнений на массажерах. В заключительной части применяется самомассаж с использованием детского крема, помогающего хорошо расслабить мышцы ног после нагрузки.

Работа в данном направлении ведется с 2009–2010 учебного года по настоящее время. За этот период нам удалось привить детям интерес к корригирующим упражнениям, расширить предметно-развивающую среду, изучить новую для себя литературу по проблеме профилактики плоскостопия у детей дошкольного возраста а, следовательно, расширить знания в этой области, наладить профессиональную связь с врачом-ортопедом. А самое главное, что прослеживается положительная динамика в состоянии стоп воспитанников нашего ОУ. Так у некоторых детей наблюдается уменьшение степени плоскостопия, а в каких-то случаях стопа превращается из плоской в уплощенную, у кого-то – из уплощенной в нормальную. Такие результаты не могут не радовать.

Систематическая двигательная деятельность и специальные упражнения в частности способствуют укреплению и развитию мышц, связок, суставов, участвующих в образовании и нормальной двигательной деятельности стопы.

Надо помнить, что положительные результаты в оздоровлении дошкольников возможны только при совместной работе всего коллектива сотрудников ДООУ, в понимании важности, значимости всех форм оздоровительной работы с детьми.

ДЕТСКИЙ САД – ТЕРРИТОРИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

*Брякова О. Н.,
старший воспитатель МБДОУ ДС «Детство»
детский сад № 190,
г. Нижний Тагил*

Одним из приоритетных направлений государственной политики в области образования является разработка и внедрение социальных программ, направленных на обеспечение безопасности образовательных учреждений, на защиту здоровья и сохранения жизни всех участников образовательного процесса.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Детство» комбинированного вида является единой образовательной структурой, в состав которой входят 29 дошкольных образовательных учреждений, которые посещают более 4 тыс. детей. Поэтому вся наша общая работа по обеспечению безопасности образовательных учреждений в целом координируется в рамках развития социальных программ МБДОУ детский сад «Детство» таких, как «Безопасное детство», «Здоровый дошкольник», «Безопасность участников образовательного процесса», направленных на реализацию государственной политики и требований законодательных и иных нормативных актов в области обеспечения безопасности.

Понятие безопасности в ДОУ ранее включало в себя следующие аспекты: охрана жизни и здоровья детей, обеспечение безопасных условий труда сотрудников ДОУ. Но современный мир изменил подход к проблеме безопасности, в нее вошли и такие понятия, как экологическая катастрофа и терроризм.

Данная ситуация поставила наше учреждение перед необходимостью систематизации работы по трем направлениям: предвидеть, научить, убеждать.

Мы как руководители ДОУ, должны обеспечить безопасность с учетом современных требований, поэтому обеспечение безопасности воспитанников является главной и первоочередной задачей, которая в МБДОУ детский сад «Детство» решается комплексно.

Социальные программы, реализуемые в учреждении включают в себя мероприятия по подготовке участников образовательного процесса в области гражданской обороны, по предупреждению и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, по профилактике дорожно-транспортного травматизма, по созданию безопасной развивающей среды в детском саду.

В целом реализуемые социальные программы в МБДОУ детский сад «Детство» предусматривают решение вопросов двух блоков:

- административно-хозяйственный;
- образовательный.

Административно-хозяйственный блок включает в себя основное направление – «Материально-техническое обеспечение безопасности ДОУ, оснащение, монтаж и сервисное обслуживание оборудования и инженерных систем обеспечения безопасности».

Для ДОУ с прилегающей территорией безопасность в первую очередь имеет внешний фактор. На сегодняшний день территория всех ДОУ МБДОУ детский сад «Детство» включает достаточно надежное и качественное ограждение по периметру учреждения. Ряд ДОУ имеет внешнее видеонаблюдение, что позволяет осуществлять контроль за прилегающей территорией всесторонне в круглосуточном режиме.

Зеленые насаждения на территории ДОО соответствуют требованиям СанПИН, исключают запрещенные ядовитые и колющие деревья и кустарники и, главным образом, не составляют препятствия для качественного просмотра все прилегающей территории.

Ворота выездные, имеющие запрещающий знак на въезд транспорта, и калитки учреждения регулярно закрываются, их функциональные действия контролируются и осуществляются ежедневно назначенными дежурными уполномоченными общественного порядка внутренних локальных актов.

Ежедневно утренний обход территории осуществляется закрепленными людьми:

- участки групп осматривают и обследуют воспитатели;
- контроль территории осуществляют заведующий хозяйством и общественный уполномоченный по охране труда с соответствующей отметкой в журнале во время утреннего и вечернего обхода территории.

Входные двери дошкольных учреждений оснащены кодовой домофонной связью, что ограничивает проникновение в учреждение посторонних лиц. Трубка для связи находится в каждой группе.

В целях регулирования и поддержания общественного порядка ДОО заключен договор МБДОО детский сад «Детство» с ЧОП Вымпел по обслуживанию тревожной кнопки и охранно-пожарной сигнализации. В каждом детском саду установлена современная, отвечающая всем требованиям регулирующего законодательства охранно-пожарная сигнализация со звуковым и речевым оповещением. По срабатыванию на пульте диспетчера тревожной кнопки, происходит незамедлительный выезд спецподразделения в ДОО.

В целях осуществления профилактической работы по пожаробезопасности в ДОО разработана пожарная декларация, произведена установка дверных доводчиков, противопожарных дверей на все складские помещения, прачечные, щитовые, имеется достаточное количество огнетушителей в соответствии с Федеральным Законом «Технический регламент» и «Свод правил». Регулярно осуществляются испытания пожарных лестниц, пожарных кранов компетентными органами. При осуществлении ремонтных работ используются сертифицированные материалы, разрешенные федеральным законодательством. Весь персонал и дети обеспечены индивидуальными средствами защиты.

Особое внимание уделяется в МБДОО детский сад «Детство» мероприятиям по противодействию терроризму. На каждый детский сад разработан паспорт антитеррористической и противодиверсионной защищенности, взаимосогласованные планы, инструкции «Действий при возникновении (угрозе) чрезвычайных ситуаций террористического характера», установлены тревожные кнопки.

Руководящий состав образовательных учреждений проходит подготовку в учебно–методическом центре города Нижнего Тагила.

В плане осуществления внутреннего контроля при МБДОУ детский сад «Детство» создана комиссия, которая осуществляет контроль дошкольных учреждений на предмет безопасности условий образовательного процесса, кроме того, при подведении итогов производственного соревнования учитывается выполнение мероприятий, обеспечивающих эффективную защиту детей и сотрудников.

Образовательный блок реализуемых программ в МБДОУ детский сад «Детство» представлен деятельностью методической службы, которая является связующим звеном между деятельностью педагогического коллектива дошкольных учреждений, государственной системой образования, психолого-педагогической наукой, а также передовым педагогическим опытом.

Основными направлениями работы методической службы в ДОУ по обеспечению безопасности участников образовательного процесса стали:

1. Деятельность по управлению педагогическим процессом.
2. Деятельность по методическому сопровождению педагогического процесса.

Определение основных целей и задач методической службы помогло нам выбрать наиболее эффективные формы работы со всеми участниками образовательного процесса, представленные на экране.

Для полноценного решения образовательных задач в направлении обеспечения безопасности в дошкольных учреждениях реализуется парциальная программа «Основы безопасности детей дошкольного возраста» (под ред. Р. Б. Стеркина, Н. Н. Авдеева, О. Л. Князева).

Система работы по данной проблеме в ДОУ детский сад «Детство» осуществляется через:

- создание предметно-развивающей среды;
- совместную деятельность педагога и детей;
- через работу с родителями;
- взаимосвязь с работниками службы МЧС.

Цель работы по воспитанию безопасного поведения у детей – дать каждому ребенку основные понятия опасных для жизни ситуаций и особенности поведения в них.

Для решения поставленной цели сделано следующее:

- определено содержание работы по проблеме обучения детей основам безопасного поведения в окружающем мире;
- разработаны формы организации познавательной деятельности с детьми, а также план работы консультационных и совместных мероприятий с родителями и педагогами;
- разработаны и подготовлены наглядно-дидактические материалы;

- разработаны комплексно-тематические планы в соответствии с ФГТ;
- обеспечено методическое сопровождение данного направления работ.

Круг проблем, связанных с безопасностью ребенка, невозможно решить только в рамках детского сада. Поэтому важно обеспечить преемственность в вопросах воспитания безопасного поведения детей между детским садом и семьей.

Наше сотрудничество началось также с изучения знаний и умений родителей в форме анкетирования по ОБЖ. Таким образом, были определены основные формы работы с родителями:

- организация родительского всеобуча с участием служб МЧС, ГИБДД, УВД;
- представление информационных стендов;
- деловые игры, консультации практикумы.

В настоящее время родители являются заинтересованными, активными помощниками в работе по данному направлению, и в первую очередь предъявляют свое видение данной проблемы в творческой форме: рисунки, поделки, газеты, схемы и т.д.

В рамках детского сада немаловажное значение отводится и организации работы с сотрудниками, которое заключается в изучении нормативно – правовых документов по разделам ГО и ЧС, пожарная безопасность, антитеррор, локальных актов, инструкций по охране труда, должностных инструкций и обеспечение контроля за исполнением данных инструкций. Работа с персоналом проводится и организуется систематически. Регулярно проводятся практические занятия с эвакуацией детей и сотрудников из здания при ЧС различного характера.

Таким образом, за последние три года МБДОУ детский сад «Детство» регулярно организует и проводит на базе детских садов открытые городские семинары в рамках обеспечения безопасности участников образовательного процесса.

Педагоги МБДОУ детский сад «Детство» активно принимают участие в педагогических чтениях, в работе школы молодого педагога, круглых столах по данному направлению деятельности.

За последние три года состоялось семь выездных встреч МДОУ детский сад «Детство» в цехах с работниками ОАО НПК «Уралвагонзавод», лекционной темой которых стало «Безопасность ребенка в этом опасном мире». Помимо этого детские сады МБДОУ детский сад «Детство» ежегодно представляют опыт работы по обеспечению безопасности на городских и областных смотрах-конкурсах.

Таким образом, необходимо дать всем достаточно ясное представление об опасных и вредных факторах, чрезвычайных ситуациях, помочь развить навыки по защите жизни и здоровья от последствий этих ситуаций.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ КАК ОСНОВА ЛИЧНОСТНОГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ПЕДАГОГА

*Бузмаков О. И.,
преподаватель ГБОУ СПО НТПК № 2,
г. Нижний Тагил*

Динамизм, напряженность и стремительность социально-экономических и политических преобразований в России, являются стрессогенным фактором современной ситуации развития всех сфер общественной жизни. Разрушение привычных стереотипов социального восприятия, мышления, утрата прежних идеалов привели к изменению системы ценностей. Все это порождает неуверенность людей в себе, в своих действиях, особенно в ситуациях выбора и принятия ответственных решений.

Одним из важнейших показателей сбалансированности здоровья и успешности профессиональной деятельности является сформированность ценности и культуры здоровья и зависимость их сформированности от таких психолого-акмеологических характеристик как пол, возраст, социально-экономического положения, уровень образования, профессия [Васильева, Филатов 2001].

Поскольку критерием профессионального здоровья педагога является не столько определение здоровья как состояния, сколько определение его как процесса, то к основным его механизмам ученые относят: управление механизмами, самопознание, самопобуждение, саморазвитие и т. п.; культуру эмоций; культуру общения; высокую стрессоустойчивость самосознания; повышение профессионального самосознания; эмоциональную и социальную гибкость.

Особо следует обозначить термин: «синдром психологического сгорания» как комплексный феномен, интегрирующий эмоциональные, когнитивные, поведенческие и собственно личностные компоненты утомления человека [Маджуга, Сабитова, Антонова 2009].

Люди беспокойные, чувствительные, эмпатичные, имеющие гуманистическую жизненную позицию, склонные отождествляться с другими, имеют больше шансов приобрести этот синдром. Он выражается в возникновении депрессивного состояния, чувства усталости и опустошенности, недостатке энергии и энтузиазма, утрате способностей видеть положительные результаты своего труда, негативной установке по отношению к работе и жизни.

Педагогу, работающему с детьми, приходится постоянно подкреплять эмоциями разные аспекты общения, активно ставить и решать проблемы, внимательно воспринимать, усиленно запоминать альтернативы и принимать решения.

К внутренним факторам, обуславливающим эмоциональное выгорание следует отнести: склонность к эмоциональной ригидности, интенсивное восприятие и переживание обстоятельств профессиональной деятельности, неразрешенные личностные конфликты специалиста, его личностную незрелость, отягощенность серьезными проблемами, слабую мотивацию эмоциональной отдачи в профессиональной деятельности.

Существует ряд способов преградить путь «синдрому сгорания». Р. Когюнас, А. Ф. Коньев, Т. Ф. Золотарева, М. Р. Мингалиева, В. В. Байлук называют открытость новому опыту, способность к позитивной самооценке без упования только на уважение окружающих; оздоровительную активность как важную часть целостной самореализации человека; постоянное профессиональное самосовершенствование и соблюдение этических и иных профессиональных норм.

Таким образом, только должным образом заботясь о качестве жизни, можно остаться эффективным специалистом. Социальная направленность профессиональной деятельности, высокий уровень профессиональной компетенции, способность к эмоциональной и социальной гибкости, владение навыками экспрессивного выражения переживаний и эмоциональная устойчивость, высокий уровень самосознания и потребность в здоровом образе жизни способствуют личностному и профессиональному росту специалиста, повышают эффективность его труда и способствуют активному профессиональному долголетию.

Во-первых, возникает вопрос о методах изучения и критериях оценки психологического здоровья педагога; во-вторых, должны быть выявлены и описаны взаимосвязи характеристик психологического здоровья с эффективностью применения педагогом здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий; в-третьих, разработаны основания использования ресурсов здоровья педагога для развития его профессиональной компетентности и построения прогноза личностного роста. Решение указанных задач позволит рассматривать психологическое здоровье педагога как неотъемлемую составляющую личной профессиональной эффективности и использовать здоровьеразвивающие технологии для подготовки будущих преподавателей, профилактики синдромов эмоционального выгорания и хронической усталости у работающих специалистов [Здоровьесберегающие технологии... 2002].

Термин «психологическое здоровье» включает способность человека к самореализации, духовные качества, нахождение внутреннего смысла своего существования, в том числе в ключевых формах социальной активности: семейной и профессиональной. С другой стороны, психологическое здоровье – это вопрос структуры и динамики личности, рассматриваемой в процессе непрерывного саморазвития и взаимодействия с окружающим миром [Селевко 2004].

Показателями психологического здоровья могут выступать: адекватный возрасту уровень эмоционально-волевой и познавательной сфер лич-

ности; способность разумного планирования своих жизненных целей; организация и поддержание активности для достижения чего-либо.

На сегодняшний день педагог один на один сталкивается с возникающими у него симптомами нарушения профессионального здоровья. Поэтому возникает необходимость в новых технологиях сохранения профессионального здоровья педагога. К технологиям самоподдержки можно отнести следующие:

1) Использование техник самофутурирования. Самофутурирование – это прогнозирование и самостроительство жизненного и профессионального будущего.

2) Приёмы распознавания и противодействия манипуляциям, которые заключаются в отслеживании изменения ситуации, анализе механизмов манипулятивного воздействия, нейтрализации манипулятивных уловок.

3) Техника снятия эмоционального напряжения. К качеству эффективных можно выделить такие, как аутотренинг, визуализация, переключение на другой вид деятельности, самопораждение доминирующих мыслей.

4) Управление конфликтами. Техника предполагает определение и устранение причин конфликтных ситуаций, обучение корректному поведению в конфликте, контроль за эмоциональными проявлениями.

5) Техника поддержания здорового образа жизни.

6) Самоменеджмент – это рациональное распределение времени, принятие и поддержание собственного имиджа.

Таким образом, использование учителем технологий самоподдержки профессионального здоровья обеспечит преобладание хорошего самочувствия, настроения и процесса саморазвития. В то время как оценка психологического здоровья через критерии сформированности внутренней картины здоровья может дать наиболее общее представление об активных и потенциальных ресурсах личности, о готовности педагога внедрять здоровьесберегающие и здоровьесформирующие образовательные технологии, повышать уровень своей профессиональной компетентности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Васильева, О. С. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки: учебное пособие / О. С. Васильева, Ф. Р. Филатов. – М. : Издательский центр «Академия», 2001. – 95 с.

2. Маджуга, А. Г. Валеоакмеологический подход к формированию здоровьесберегающих стратегий поведения личности / А. Г. Маджуга, Л. Б. Сабитова, О. В. Антонова // Физическая культура; воспитание, образование, тренировка. – 2009. – № 3. – С. 50–54.

3. Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения / под ред. М. М. Безруких, В. Д. Сонькина. – М. : ИВФ РАО, 2002. – 181 с.

4. Селевко, Г. К. Современные образовательные технологии : уч. пособие для педвузов и институтов повышения квалификации / Г. К. Селевко. – М. : Народное образование, 1998. – 255 с.

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

*Бургаз С. В.,
учитель КБЖ МБОУ СОШ № 30,
г. Нижний Тагил*

Одна из центральных педагогических проблем формирования культуры безопасности жизнедеятельности (КБЖ) – проблема мотивации обучающихся к использованию воспитательных возможностей современной школы для формирования индивидуальной системы безопасного поведения. Эта проблема возникает в связи с тем, что опыт безопасного поведения, во-первых, сугубо индивидуальный, зависит от уровня воспитанности обучающегося, его ценностных установок, жизненных обстоятельств; а во-вторых, отличается динамичным характером, поскольку меняется в силу возрастного развития и социального становления личности. Формирование культуры безопасности жизнедеятельности затрагивает ценностно-смысловую, когнитивную и практически-действенную сферу личности школьника. Системный и интегративный характер этого личностного образования наводит на мысль, что оно не может быть сформировано узким набором педагогических средств: монодисциплинарным подходом, а именно в рамках одного только учебного курса культуры безопасности жизнедеятельности [Преимущество формирования культуры здоровья... 2006].

Современными специалистами доказано, что формирование культуры безопасного поведения школьников связано с качественным изменением всего образовательного пространства школы. Сам термин «культура безопасности жизнедеятельности» предполагает применение нового подхода, согласно которому преобразование личной культуры в сфере поведенческих элементов, связанных с безопасностью жизнедеятельности, должна быть обусловлена достаточно широким спектром образовательного взаимодействия, далеко выходящим за рамки отдельной учебной дисциплины. В этой связи в системе общего образования имеет место стратегия формирования культуры безопасности жизнедеятельности обучающихся за счет насыщения соответствующей информацией содержания практически всех учебных дисциплин. Сегодня данный подход является актуальным, и как раз востребован при реализации стандартов нового поколения.

Построение и трансляция уроков на интегративной основе начинается прямо с первой ступени обучения. Для осуществления межпредметных связей по формированию КБЖ в начальных классах есть все необходимые условия. Во-первых, в классе работает один учитель, который ведет все предметы, и ему хорошо известен весь программный и пройденный мате-

риал начальной школы. В связи с этим легко определить, какие учебные предметы могут взаимно дополнять изучаемый материал, на основе которого каждым учащимся накапливается свой опыт безопасного поведения. Во-вторых, учитель хорошо знает психологический климат, возрастные особенности, возможности класса. Это позволит ему решить, какими приемами и методами можно осуществить межпредметные связи [Ильенко 1989]. Далее при переходе на новую ступень обучения интеграция как способ формирования целостного представления об окружающем человеке мире и о его роли в нем не теряет своей актуальности. Формы проведения интегрированных уроков по формированию КБЖ разнообразны:

- интегрированные уроки, основанные на межпредметных связях: объединенные двух, трех-, четырехпредметные;
- уроки в форме соревнований и игр;
- уроки творчества;
- уроки на основе нетрадиционной организации учебного материала (урок мудрости, урок любви и т. д.);
- уроки с имитацией публичных форм общения (телемост, «живая газета»);
- уроки с использованием фантазии (сказка, сюрприз);
- уроки, основанные на имитации деятельности учреждений и организаций (суд, дебаты, ученый совет);
- уроки, имитирующие общественно-культурные мероприятия (спектакль, путешествие и др.);
- перенесение в рамки урока традиционных форм внеклассной работы («Следствие ведут знатоки», «Что? Где? Когда?»).

Ценность педагогического воздействия при осуществлении данного подхода заключается не только в объединении теоретических знаний в целостную картину, но и прежде всего в подборе технологий, методов и форм обучения, побуждающих школьников к деятельности, к поступкам и лично значимым преобразованиям. Как поясняет В. Н. Душина, в интегрированном обучении учитываются возрастные и индивидуальные особенности учащихся и совершенствуются приемы взаимодействия учителя и учащихся [Кларин 1999]. В качестве наиболее значимых технологий выделяются следующие педагогические технологии:

- технология формирования приемов учебной работы;
- технология формирования учебной деятельности школьников;
- технология дифференцированного обучения;
- технология проектной деятельности;
- модульная технология.

Применение современных технологий не только поощряет способность школьников к деятельности, к поступкам, но и способствует переосмыслению смысловых и когнитивных сторон собственной жизни школьника. Такая организация учебного процесса создает обстановку, в которой учени-

ки, работая с учителями, и друг с другом, могут ощутить чувство достижения и успеха. Доверие школьников, связанное с их взглядами и идеями, с полученными результатами деятельности, убеждает их в возможности влиять на свою жизнь и ее условия. Такой педагогический подход способствует самоопределению личности, которое является центральным механизмом становления культуры безопасного поведения, состоящий в осознанном выборе человеком своей позиции в каждой конкретной жизненной ситуации.

Однако сегодня комплексный характер проблемы формирования КБЖ не позволяет ограничиваться рамками только учебного процесса. Необходимо этот вопрос рассматривать гораздо шире, а именно через организацию в школе системной модели образовательной среды. По мнению специалистов, школьная система является идеальным каналом для содействия здоровью и формирования установок безопасного поведения. Носители культуры безопасности жизнедеятельности сами школьники, которым системный подход в организации их деятельности в образовательной среде дает возможность осмыслить свое поведение и свою роль в социальной среде. С помощью современных педагогических, методических приемов и методов можно обеспечить условия, в которых школьник способен выбирать субъектную позицию в отношении сохранения своей жизни и здоровья. Именно та школа, которая становится на путь содействия здоровью, способна внести в решение обозначенной проблемы реальный вклад.

Таким образом, решение одной из центральных педагогических проблем формирования культуры безопасности жизнедеятельности, а именно проблемы мотивации обучающихся к использованию воспитательных возможностей современной школы возможно через осуществление построения учебного процесса на интегральной основе и организацию в школе системной модели образовательной среды, содействующей здоровью и безопасности жизнедеятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Воробьев, Ю. Л. Безопасность жизнедеятельности (некоторые аспекты государственной политики) / Ю. Л. Воробьев. – М. : Деловой экспресс, 2005. – 376 с.
2. Ильенко, Л. П. Опыт интегрированного обучения в начальных классах / Л. П. Ильенко // Начальная школа. – 1989. – № 9.
3. Кларин, М. В. Технологии обучения: идея и реальность / М. В. Кларин. – Рига, 1999. – С. 180.
4. Преемственность формирования культуры здоровья учащихся в образовательной среде региона : коллективная монография / науч. ред. Р. В. Рожнов. – Пенза : Информационно-издательский центр ПГУ, 2006. – 104 с.

ОСОБЕННОСТИ ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ, ИМЕЮЩИМИ РАССТРОЙСТВА АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

*Бурова Г. А.,
учитель-дефектолог МСПП
МБОУ СОШ «Центр образования № 1»,
учитель-логопед ДДПО ГБУЗ СО «ПБ № 7»,
г. Нижний Тагил*

Комплексная система помощи детям с синдромом раннего детского аутизма только начинает развиваться. Отечественные и зарубежные авторы в своих исследованиях свидетельствуют о том, что частота этой аномалии развития достаточно велика – от 10 до 15 случаев на 10000 детей младшего школьного возраста [Ульянова 1999]. С каждым годом специалисты, касающиеся этой проблемы, все больше склоняются к тому, что главное лечение аутичного ребенка – это лечение обучением. Правильно организованное обучение несет высокий терапевтический потенциал.

Стандартная схема логопедического воздействия при коррекции речевых нарушений не всегда подходит в работе с детьми, имеющими расстройства эмоционально-волевой сферы.

У аутичных детей наблюдается разнообразие речевых нарушений. Основные проявления задержки и искажения речевого развития различаются в зависимости от группы аутизма. Отсутствие или задержка развития экспрессивной речи вызвана общим нарушением коммуникации, уходом от контакта. Речь ребенка недостаточно связана с ситуацией, автономна, стереотипна, эхολалична [Никольская и др. 2008].

Дети с синдромом раннего детского аутизма в условиях школы постоянно погружены в мир собственных ощущений, навязчиво сосредоточены на узких интересах, тревожны, испытывают страхи, не способны понимать переживания одноклассников. Они используют шаблонные обороты речи: продуктивный диалог крайне ограничен. Необходимо при этом отметить особенности просодики речи, её мелодико-интонационной стороны. Из-за трудности регуляции громкости, тона и ритма, речь воспринимается окружающими как «деревянная», «механическая», монотонная либо скандированная, вычурная [Додзина 2004].

В коррекционно-развивающей практике учителя-логопеда особое затруднение вызывает организация работы с детьми этой категории. Опыт показывает, что обучение и развитие аутичных детей, особенно в самом начале, имеет ряд особенностей.

На момент установления контакта с ребенком не стоит настаивать на выполнении запланированных вами речевых заданий, действовать целесо-

образнее в зависимости от ситуации, желания ребенка (с учетом цели коррекции). Метод прямого нажима в этом случае несостоятелен, он может вызвать панический отказ от речевого взаимодействия на длительное время, усугубит состояние психического здоровья ребенка.

В разноликой картине речевых нарушений у детей с различными вариантами синдрома обязательно отмечается недостаточность понимания, осмысления речи, связанная с нарушением коммуникации. При восприятии речи наблюдается заметно сниженная (или полностью отсутствующая) реакция на говорящего. Исходя из этого, особое внимание на логопедических занятиях необходимо уделять формированию понимания речи.

Этот этап работы имеет свои специфические особенности, заключающиеся в том, что у аутичного ребенка восприятие речи и осмысление сказанного в принципе не нарушено: он способен понимать только то, что попало в зону его непроизвольного внимания. Вывести ребенка из состояния поглощенности собственными ощущениями возможно с помощью эмоционально-смыслового комментария, который является важным элементом в индивидуальной работе. Все, что происходит на занятиях должно сопровождаться эмоциональным комментарием, в ходе которого логопед проговаривает все действия и ситуации. Работа по эпизодическому, а затем и сюжетному комментированию должна являться необходимым моментом лечебного режима для аутичного ребенка [Никольская и др. 1997].

На занятии важна частая смена деятельности, так как дети с синдромом РДА психически пресыщаемы, быстро истощаемы физически. Однако аутичные дети видят смысл действий только тогда, когда они четко «запрограммированы»: наглядно представляют порядок действий. С этой целью рекомендуется использование пооперационных карт (пиктограмм), обозначающих последовательность предстоящей работы. Сложившиеся «ритуалы» помогут организовать поведение ребенка.

На занятиях целесообразно учитывать и следующее своеобразие: ребенок лучше реагирует на тихую, в некоторых случаях шепотную речь. Резкие движения педагога, громкое обращение по имени, пристальный взгляд, излишняя активность могут ввести ребенка в состояние дискомфорта, испугать, вызвать аффективный срыв. По этой причине следует избегать настойчивых предложений и активных попыток привлечь внимание ребенка [Янушко 2007].

Необдуманное использование приема организации соревнования в группе детей может неожиданно привести к выраженному поведенческому срыву, поскольку возможная неудача дезорганизует ребенка с РДА.

Успех обучения детей с аутизмом напрямую зависит от ощущений и эмоционального настроя учеников на занятиях. Не следует забывать о склонности аутичного школьника к аутостимуляциям (бесцельным, монотонно повторяющимся движениям, раскачиванию). Усиление этих движе-

ний на логопедическом занятии указывает на то, что у ребенка, возможно, нарастает страх. С целью отвлечения и переключения от этого, эффективно использовать в работе эмоционально насыщенные логоритмические игры с музыкой.

Как известно, моторика тесно связана с эмоциями. С одной стороны, двигательная активность, участие в речевых играх влияют на эмоциональный настрой ученика, с другой – эмоции находят свое выражение в движениях. Именно поэтому нормализация психофизического тонуса – один из важных аспектов социализации аутичного ребенка [Хаустов 2004].

Снижению уровня тревожности способствуют релаксационные упражнения, телесный контакт и пальчиковые игры. Аутичному ребенку нужна физическая помощь в организации моторных действий: логопед, используя метод «рука в руке» в буквальном смысле направляет руки ребенка, рисует, пишет, постепенно ослабляя помощь направляющего характера.

Логопедическая практика позволяет сделать вывод о том, что развитие лексического запаса не является изолированным процессом. Коррекционно-развивающая работа, направленная на обогащение словаря аутичного ребенка, должна вестись внутри психологической коррекции аутизма.

В начале работы оказываются неэффективными традиционные приемы по развитию рассказа и пересказа, по причине невозможности произвольного сосредоточения, частого игнорирования ребенком предлагаемого для обсуждения материала. В этом случае поможет совместное сюжетное рисование с элементами эмоциональных комментариев по серии создаваемых рисунков. Педагог проговаривает совместные действия и ситуации. Каждый рисунок необходимо подписывать (словом или фразой), что позволит уточнить лексическое значение слова, сформировать грамматическую структуру фразы, дать образец правильной речи. Постепенно рисунок (диалог) будет становиться более последовательным и развернутым, может отступить от стереотипа.

Метод совместного рисования привлекает внимание ребенка, развивает его представления об окружающем, учит слушать и учитывать мнение собеседника (логопеда). С этой целью полезна также совместная деятельность с песком, крупой, мелкими игрушками. Полисенсорный подход в логопедической коррекции будет иметь существенный терапевтический эффект.

Согласованная работа с родителями, врачами, психологами, педагогами способствует совершенствованию речевых навыков аутичного ребенка. Медикаментозная терапия поможет снизить психомоторное возбуждение, поднять общий и психический тонус. Занятия с педагогом-психологом ослабят тревоги и страхи, что сделает такого ребенка более доступным для обучения и воспитания.

Таким образом, содержание, формы, методы коррекции строятся с максимальным учетом индивидуальных особенностей, возможностей и интересов учащихся с ограниченными возможностями здоровья. Грамотно проводимая коррекционная работа с такими детьми даст положительные результаты в формировании навыков коммуникации.

ЛИТЕРАТУРА

1. Додзина, О. Б. Психологические характеристики речевого развития детей с аутизмом / О. Б. Додзина // Дефектология. – 2004. – № 6.
2. Никольская, О. С. Аутичный ребёнок: пути помощи / О. С. Никольская, Е. Р. Баенская, М. М. Либлинг. – М. : Теревинф, 1997.
3. Никольская, О. С. Дети и подростки с аутизмом: психологическое сопровождение / О. С. Никольская, Е. Р. Баенская, М. М. Либлинг, И. А. Костин, М. Ю. Веденина, А. В. Аршанский, О. С. Аршанская. – М. : Теревинф, 2008.
4. Ульянова, Р. К. Проблемы коррекционной работы с аутичными детьми / Р. К. Ульянова // Педагогический поиск. – 1999. – № 9.
5. Хаустов, А. В. Исследование коммуникативных навыков у детей с синдромом раннего детского аутизма / А. В. Хаустов // Дефектология. – 2004. – № 4.
6. Янушко, Е. А. Игры с аутичным ребенком. Установление контакта, способы взаимодействия, развитие речи, психотерапия / Е. А. Янушко. – Изд. 2-е. – М., 2007.

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ ПЕДАГОГОВ: ПРИЧИНЫ, ПРОЯВЛЕНИЯ, ПОСЛЕДСТВИЯ

*Бушина Т. П.,
учитель начальных классов
МБОУ СОШ № 23 им. Ю. И. Батухтина,
г. Нижний Тагил*

Профессиональное выгорание – термин, многим из нас знакомый. В наш обиход он вошёл относительно недавно. Проблемой профессионального выгорания начали заниматься в 70-х гг. прошлого века в Америке. Тогда медики и психологи пришли к открытию особой формы «стресса общения», которую американский психиатр Х. Фрейденберг предложил называть «выгорание».

В качестве основного «носителя стресса» рассматривались люди социально-экономических профессий (профессий, которые предполагают постоянную работу с людьми). По данным ВОЗ (2005 г.) от «профессиональных стрессов» страдает около трети специалистов социально-экономических профессий, но больше всего учителя (около 60 % педагогов обращаются за помощью). Психологи распределили людей по группам риска, предрасположенным к профессиональному выгоранию. В группу риска попадают сотрудники, ко-

торые вынуждены длительное время общаться со множеством различных людей; люди, чьи индивидуально-психологические особенности не согласуются с необходимостью постоянного общения; люди, испытывающие постоянные межличностные и внутриличностные конфликты, связанные с работой; женщины, которые переживают внутреннее противоречие между работой и семьёй; сотрудники, работающие в условиях острой нестабильности; работники спасательных служб.

Как видно, сейчас специалисты рассматривают выгорание как следствие влияния целого комплекса факторов, основными из которых являются *организационные, ролевые, личностные*.

Организационные факторы:

- организация рабочего пространства (жара, холод, отсутствие удобного рабочего места, условий для отдыха в перерывах);
- отсутствие позитивной оценки деятельности со стороны руководителей и коллег;
- многочасовая работа (ненормированный рабочий день);
- низкий социальный статус профессии;
- авторитарный стиль руководства администрации.

Ролевые факторы:

- конфликт ролей (семья или работа);
- ролевая неопределённость;
- напряжённые конкурентные отношения между сотрудниками;
- психологическая несовместимость сотрудника с деятельностью и коллегами.

Личностные факторы:

- мотивы деятельности и оценка её значимости;
- излишняя эмоциональность в сочетании с зависимостью от мнения окружающих;
- перфекционизм (синдром отличника).

Профессиональное выгорание как результат стресса проявляется на психосоматическом и личностном уровнях. На *психосоматическом уровне* отмечаются такие симптомы, как:

- усталость;
- утомление;
- истощение;
- бессонница;
- пищевые нарушения.

К симптомам *личностного проявления* относят:

- негативное отношение, агрессивные чувства к ученикам, их родителям;
- злоупотребление кофе, табаком, спиртными напитками;
- скудность репертуара рабочих действий;
- негативная «Я-концепция»;

– упадническое настроение и связанные с ним эмоции (пессимизм, апатия, чувство бессмысленности);

– переживание бессмысленности от людей и обстоятельств.

Синдром выгорания включает три основных компонента:

Эмоциональное выгорание – состояние, проявляющееся в хронической усталости, опустошенности и снижении эмоционального фона.

Деперсонализация – это утрата «чувства Я», обезличивание. Различают два варианта деперсонализации: в первом случае специалист «деперсонализирует» себя (отказывается быть личностью, становится конформным и зависимым от других, считает, что от него ничего не зависит, отказывается от самостоятельных решений); во втором – специалист «деперсонализирует» другого человека.

Редукция (обесценивание) своих профессиональных достижений, которое также может проявляться в двух вариантах: либо как тенденция негативно оценивать себя и занижать свои профессиональные достижения, либо как негативное отношение к «объектам» своего труда и профессиональным обязанностям.

Профессиональное выгорание – это процесс, который постепенно разворачивается во времени и проходит определённые стадии своего развития. Выделяют пять стадий развития выгорания.

Предупреждающая стадия – происходит сужение жизненного пространства личности до профессиональной деятельности, характерна чрезмерная вовлечённость в работу, чрезмерная активность, отказ от потребностей, не связанных с работой. Как следствие – эмоциональное истощение: чувство усталости, бессонница, невнимательность.

Первая стадия выгорания – происходит включение механизмов отчуждения: работа не приносит радость, наблюдается отстранённость в отношениях с людьми, раздражительность. Проявляется в трёх видах: по отношению к сотрудникам и ученикам (утрата положительного восприятия коллег, переход от помощи ученикам к надзору и контролю, доминирование стереотипного поведения, проявление негуманного отношения к людям); по отношению к остальным окружающим (отсутствию эмпатии, безразличия, стремление уклониться от контактов); по отношению к профессиональной деятельности (нежелание идти на работу, стремление искусственно продлить перерывы в работе, опоздания, уход с работы раньше времени, проявление неудовлетворённости работой).

Вторая стадия выгорания – происходит отчуждение от людей, раздражение, негативные чувства по отношению к людям, безразличие. На второй стадии выгорания основными эмоциональными реакциями становятся депрессия и агрессия. Наблюдается снижение концентрации внимания, ригидность мышления, отсутствие воображения.

Третья стадия выгорания – истощение, которое захватывает все уровни личности: деформация жизненных ценностей, психосоматические проявления, развиваются различные виды зависимостей. Психосоматические проявления: постоянные головные боли, тошнота, апатия, сонливость или бессонница, снижение иммунитета, повышение давления, тахикардия, боли в позвоночнике, расстройство пищеварения.

Завершающая стадия – это стадия разочарования и отчаяния. Для неё характерны ощущение пустоты, беспомощности и бессмысленности не только работы, но и жизни.

Профессиональное выгорание – проблема, с которой всем нам приходится считаться. Самый первый шаг на пути борьбы с выгоранием – это признание факта его существования, осознание проблемы. Только признав это, педагог сможет двигаться дальше и помочь себе.

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНИКА В СОВРЕМЕННОЙ ИНФОРМАЦИОННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ

*Вежнев М. Б.,
педагог дополнительного образования ГДДЮТ,
г. Нижний Тагил*

Здоровье и безопасность жизнедеятельности школьника является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, так как оно определяет будущее страны, генофонд нации, научный и экономический потенциал общества.

В соответствии с Законом РФ «Об образовании» здоровье школьников относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. В современных условиях школа призвана выполнять не только образовательную функцию, но и заботиться о сохранении и укреплении здоровья детей, так как через школу проходит каждый и проблему сохранения и укрепления здоровья нужно решать именно здесь.

Однако исследования выявляют стойкую тенденцию ухудшения показателей здоровья – уменьшается контингент здоровых школьников с одновременным увеличением хронических форм заболеваний при переходе из класса в класс, снижается индекс здоровья, распространенность патологии и заболеваемости среди детей в возрасте от трех до 17 лет ежегодно увеличивается на **четыре-пять процентов**.

Здоровыми можно назвать всего лишь **десять процентов** от общего количества учеников, а остальные 90 процентов имеют проблемы и отклонения в физическом, психологическом, нервном развитии. Особую тревогу

вызывает характер заболеваний, изменяющийся в сторону хронических неинфекционных: аллергических, сердечно-сосудистых, онкологических, нервно-психических, болезней органов дыхания, зрения, слуха и т. д.

В 4,5 раза увеличилась доля хронических болезней нервной системы (с 3,8 процента до 17,3 процента).

Показатели, характеризующие физическую работоспособность и физическую подготовленность у современных подростков значительно (на 20–25 процентов) ниже, чем у их сверстников 80-90-х годов, вследствие чего около половины выпускников 11 классов мальчиков и до 75 процентов девочек не в состоянии выполнять нормативы физической подготовленности.

1. Половина школьников 7–9 лет и более 60 % старшеклассников имеют хронические болезни.

2. Увеличение числа школьников, имеющих несколько диагнозов. Школьники 7–8 лет имеют в среднем 2 диагноза, 10–11 лет – 3 диагноза, 16–17 лет – 3–4 диагноза, а 20 % старшеклассников-подростков имеют в анамнезе пяти и более функциональных нарушений и хронических заболеваний

Многие причины этого связаны со школой. К школьно-обусловленным факторам риска относятся: несоблюдение режима учебы и отдыха, сна и пребывания на воздухе, объем и **информативная насыщенность** учебных программ, которые часто не соответствуют функционально-возрастным возможностям школьников. До 80 % учеников постоянно или периодически испытывают учебный стресс. Также, на здоровье губительно сказывается низкая двигательная активность. Ее дефицит уже в младших классах составляет 35–40 процентов, а среди старшеклассников – 75–85 процентов.

В тоже время, важнейшим условием и одновременно средством формирования новой системы образования и соответственно реализации запросов государства и общества является формирование информационно-образовательной среды (ИОС). Эффективность учебно-воспитательного процесса должна обеспечиваться информационно-образовательной средой – системой информационно-образовательных ресурсов и инструментов, обеспечивающих условия реализации основной образовательной программы образовательного учреждения.

Что такое современная ИОС? С точки зрения образовательного процесса современная ИОС – это открытая педагогическая система, направленная на формирование творческой интеллектуально и социально развитой личности.

Системно-структурная организация ИОС проявляется в том, что она представляет собой совокупность взаимодействующих компонентов:

- информационных образовательных ресурсов;
- компьютерных средств обучения;
- современных средств коммуникации;

– педагогических технологий.

Создание и функционирование ИОС должно обеспечивать, прежде всего, интеллектуальное личностное развитие обучающегося. Однако, говоря обо всех достоинствах, которыми обладает ИОС как реализации педагогических задач, не следует забывать об опасностях, которые она несёт для здоровья школьников как физического, так и психического.

В ИОС происходят два разнонаправленных процесса. С одной стороны снижается чисто физическая нагрузка на организм (многие реальные учебные действия заменяются виртуальными), что ведет к ослабленной физической подготовленности школьников, пониженному физическому развитию и ослаблению здоровья. С другой стороны резко возрастает нагрузка на психику и нервную систему обучающихся.

Совершенно очевидно, что реализация ИОС в полной мере значительно повысит нагрузку ещё не устоявшуюся психику и нервную систему, находящуюся в процессе становления, школьников. Основная потенциальная опасность, которую несёт ИОС для жизнедеятельности обучающихся – это возможная деформация психики. Если в образовательной организации функционирование ИОС регламентировано и находится под контролем, то ресурсы ИОС которыми пользуется обучающийся вне школы, часто не контролируются никем.

Было бы ошибкой ограничивать ИОС, которая воздействует на школьника, только ИКТ и информационными ресурсами, предоставляемыми в стенах образовательной организации. Не следует забывать, что в ИОС будет входить явно или неявно много информационных ресурсов различного характера: Интернет, телевидение с сотнями каналов, мультимедийные материалы и т. п. Невозможно установить соответствующее программное обеспечение, контролирующее доступ школьника к информационным ресурсам на все компьютеры, планшеты, смартфоны к которым может иметь доступ школьник.

Федеральным законодательством определены основные виды информации, запрещенной для распространения среди детей – это информация:

побуждающая детей к самоубийству; вызывающая желание употребить наркотические средства, табак, алкогольную продукцию, принять участие в азартных играх, заниматься проституцией, бродяжничеством или попрошайничеством; оправдывающая насилие и жестокость к людям или животным; пропагандирующая нетрадиционные сексуальные отношения и формирующая неуважение к родителям; содержащая нецензурную брань; содержащая информацию порнографического характера;

Однако не следует упускать из виду и другую возможность негативно-го воздействия ИОС на здоровье обучающихся. Переход на новое содержание образования и ФГОС, предполагает основное внимание уделять формированию универсальных учебных действий (УУД), которые подра-

зумевают, что обучающийся большой объём учебной информации будет получать в результате **самостоятельной работы**, в том числе с использованием информационных ресурсов различного характера. И большая часть этой самостоятельной работы не будет контролироваться педагогами и родителями. И с последствиями этого ещё предстоит столкнуться и педагогам и родителям.

Необходимо отметить, что раннее использование ИКТ, с точки зрения физиологии формирования центральной нервной системы, особенно у дошкольников, предполагающее набор текста с клавиатуры, значительно упрощающее двигательные действия (ткнуть пальцем в клавишу проще, чем красиво вывести ручкой буквы) может отрицательно повлиять на становление микромоторики и центральной нервной системы в целом и на развитие двигательных и зрительных анализаторов в частности.

Перспективными представляется использование технологии проектов, причём под проектами подразумевается нечто материальное, сделанное руками самого школьника, а не текстовая работа или презентация, скачанные из Интернета.

Ведущая роль в профилактике опасностей, которые может принести для здоровья школьников ИОС должна принадлежать образовательным организациям и их взаимодействию с родителями. Родители должны знать и иметь возможность влиять на содержание, интенсивность и объём информационной нагрузки на школьников. Необходимо разумно сочетать традиционные формы и средства педагогического воздействия и новые, связанные с ИКТ и ИОС.

ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ЭКОЛОГИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ С ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ

*Власова И. А.,
Учитель-дефектолог МБДОУ
детский сад «Детство» комбинированного вида –
детский сад № 23 «Фонтанчик» комбинированного вида,
г. Нижний Тагил*

Началом формирования экологической направленности личности по праву можно считать дошкольное детство, так как в этот период закладывается фундамент, осознанного отношения окружающей действительности, накапливаются яркие эмоциональные впечатления, которые на долго, а порой и на всю жизнь остаются в памяти человека.

Экологическое образование дошкольников – это воспитание в детях способности понимать и любить окружающий мир и бережно относиться к нему.

Необходимо помнить о том, что зачастую небрежное, а порой и жестокое отношение детей к природе объясняется отсутствием у них необходимых знаний. Дети, которые ощущают природу: дыхание растений, ароматы цветов, шелест трав, пения птиц, уже не смогут уничтожить эту красоту. Наоборот, у них появляется потребность помогать жить этим творениям, любить их, общаться с ними.

Китайская пословица гласит: «Расскажи – и я забуду, покажи – и я запомню, дай попробовать и я пойму». Так и ребенок усваивает все прочно и надолго, когда слышит, видит и делает сам. Поэтому проектно-исследовательская деятельность заняла свое место в системе работы в детском саду. Ведь каждый ребенок – маленький исследователь, который с радостью и удивлением открывает для себя окружающий мир. Когда ребенок стремится к активной деятельности, важно не дать этому стремлению угаснуть, способствовать его дальнейшему развитию. Чем полнее и разнообразнее детская деятельность, тем успешнее идет развитие ребенка, реализуются первые творческие проявления.

Согласно ФГТ требования к структуре основной образовательной программы экологическое воспитание входит в несколько образовательных областей и ставит определенные задачи.

В области «Познание» – формирование целостной картины мира, расширение кругозора детей.

В области «Безопасность» приобщение к правилам безопасности для человека и окружающего мира природы, поведения.

В области «Чтение художественной литературы» – формирование первичных ценностных представлений.

В своем детском саду мы создали и реализовали проект «Экологическая тропа», где экологическая тропа стала местом проведения наблюдений, простых опытов и экспериментов, экскурсий, игр, театрализованных занятий и других видов деятельности.

Выращивать овощные культуры на грядках привычно и удобно, но если немного пофантазировать, то огород будет выглядеть совсем иначе.

При подборе культур мы учитывали биологические особенности растений, продолжительность вегетационного периода, мощность развития корневой системы, скорость прорастания семян, а также почвенные и климатические условия участка.

Не только огород, но и весь сад словно подменили, аккуратными рядами стоят кусты смородины, малины, крыжовника. А над ними возвышаются уже взрослые яблони, рябина и ирга. В теплице, как положено, растут помидоры, а в парнике сочные, вкусные огурцы.

Тут же рядом раскинулась земляничная поляна и пасека «Веселый улей». Дети знакомятся с бабочками, стрекозами, муравьями и птицами, а главное с тем, как пчелы собирают нектар, а производят вкусный, ароматный, полезный мед.

В течение лета дети ведут наблюдение за всходами и созреванием злаков на детском поле, ухаживали за растениями, вместе с воспитателями и с родителями наблюдают разных насекомых, фотографируют их, делают зарисовки, раскрашивают силуэты.

Мы рассказываем детям, что значит жить в гармонии.

Чтобы растения в саду были здоровыми, а значит, и красивыми, лучше вспомнить о полезных насекомых, которые помогут восстановить экологическое равновесие.

Для привлечения насекомых-опылителей в саду мы высадили медоносные растения. Их подбирали таким образом, чтобы цветение было непрерывным в течение сезона. Весной и в начале лета зацветают плодовые и ягодные культуры, в течение лета – дикорастущие растения, которые очень привлекательны для насекомых.

Наша тропинка вьется, и мы попадаем на уютную лесную лужайку с цветниками и небольшим водоемом «Тихая заводь».

Мелкий водоем, с перекинутым через него мостиком, оформлен отсыпками и растениями, характерными для леса. Особенно важна листва в тенистом саду. Там нет ярких красок, даже цветущие растения отличаются приглушенными тонами, не раздражающими глаз.

В летний день приятно отдохнуть в тенистом уголке сада, спрятавшись от палящих солнечных лучей. Какое уютное место для отдыха и игр с водой.

Мостик является естественным продолжением дорожки, не только выполняет конкретные функции перехода через прудик, но и дает возможность сделать прогулочный маршрут более зрелищным, интересным и впечатляющим.

Мы хотим научить детей с самого раннего возраста ощущать общность с природой. Мы надеемся, что прежде чем машинально сорвать листок или сломать ветку, ребенок задумается, как растет этот лист, почему он зеленый, почему он желтеет, почему опадает.

Наши прогулки могут быть бесконечны, каждый уголок в детском саду оформлен с любовью.

Посадили и вырастили вместе с детьми огромное количество однолетников. С помощью родителей высадили большое количество многолетних растений.

Наши цветники, как перья жар-птицы, разлетелись по всей территории детского сада.

Все наши труды и старания не прошли бесследно.

В работу над проектом «Приглашение к путешествию» мы включали целевые прогулки и экскурсии в парки нашего района, в лесной массив, который нас окружает.

Ребенок дошкольного возраста воспринимает окружающий мир не совсем так, как видим и понимаем его мы, взрослые. В силу малого жизненного опыта, особенностей развития процессов восприятия, мышления, воображения, еще только формирующихся представлений и понятий, высокой эмоциональности малыш принимает и понимает окружающий мир по своему.

Удивительный мир... Он встречает ребенка морем звуков, запахов, сотней загадок и тайн, заставляет смотреть, слушать, думать.

А если ничего этого не было, и вы никогда не бродили по шелковым травам, не видели разноцветья лугов, не смотрелись в озера – зеркала, не слышали соловьиных трелей, потому что детство было отгорожено от живой природы безразличным отношением к ней взрослых, дефицитом жизненного пространства, забором и строгим распорядком дня.

Поэтому мы, педагоги, работая с детьми с особыми образовательными потребностями, стремимся раскрыть перед ребенком красоту природы и научить увидеть её.

Работая над проектом «Её величество – вода» дети многое узнали нового и поделились своими наблюдениями с другими детьми на научно – практической конференции в детском саду. А с каким интересом показывали опыты, рассуждали, раскрывали причину наблюдаемого явления.

Наша работа по экологическому воспитанию проходит совместно с родителями наших воспитанников, они наши советчики и главные помощники. Активное участие родителей в реализации проекта «Поделись своей добротой» в результате, которого происходит преемственность между детским садом и семьей по нравственному и экологическому воспитанию. Где мы ощутили бережное отношение детей к живому миру природы и способность детей договариваться, оказывать друг другу поддержку.

Каждая семья работает над проектом «Наше любимое дерево», идет подборка фотографий, информации, стихов о выбранном ими дереве. Скоро состоится презентация проектов, это будет еще одна ниточка, которая соединит наши сердца, бьющие в унисон, поможет узнать и полюбить этот красивый и загадочный мир нашим не простым, но любимым детям.

Мы все вместе запустили долгосрочный проект «У лукоморья дуб зеленый». Наша общая цель – вырастить дубки из семян и посадить дубовую аллею, еще один красивый уголок на нашей экологической тропе.

СИСТЕМА МОНИТОРИНГА ДОСВОЕВАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ

*Глухова Е. Н.,
старший воспитатель
МБДОУ ДС «МАЯЧОК» детский сад № 110,
г. Нижний Тагил*

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования призвана обеспечить комплексный подход к оценке результатов освоения программы «Успех» и динамики развития детей.

Система мониторинга основывается на том, что основная общеобразовательная программа дошкольного учреждения направлена на формирование у ребёнка основных интегративных качеств, которые являются показателем его развития в личностном, интеллектуальном и физическом планах и позволяют ему самостоятельно решать жизненные задачи, адекватные возрасту.

Разделение качеств на физические, личностные и интеллектуальные условно, так как для формирования любого качества требуется системное развитие ребёнка: физическое и психическое.

Сформированные интегративные качества ребёнка – итоговый результат освоения основной общеобразовательной программы дошкольного образования. На протяжении всего дошкольного детства происходят их изменения, которые отражают возрастные и индивидуальные особенности детей и соответствие им деятельности педагога по реализации образовательных целей Программы.

В каждом периоде дошкольного возраста формирующееся интегративное качество имеет свою специфику. На протяжении всего периода освоения Программы (от 3 до 7 лет) формируются его отдельные составляющие – промежуточные результаты.

Для того чтобы диагностические мероприятия не приводили к переутомлению детей и не нарушали ход образовательного процесса, мониторинг проводится один раз в конце учебного года. Данные по обследованию детей 4–6 лет будут не только характеризовать промежуточные результаты освоения Программы, но и являться исходным ориентиром для построения образовательной работы с дошкольниками в следующей возрастной группе.

Мониторинг достижения детьми планируемых результатов включает себя 2 блока:

1 блок – система медико-педагогического мониторинга достижения результатов, направленная на оценку первого интегративного качества. Это

направление реализуют медицинские работники, инструкторы по физической культуре, педагоги.

2 блок – система психолого-педагогического мониторинга достижения результатов, включающая в себя оценку всех остальных интегративных качеств. Это направление работы выполняется педагогами.

В систему медико-педагогического мониторинга входят следующие методы диагностики:

- антропометрия (рост, вес – 2 раза в год);
- динамометрия (мышечная сила кистей, в конце года);
- анализ острой заболеваемости (ОРЗ) за год,
- зубная формула (количество сменных зубов, с 5 лет 6 месяцев);
- оценка уровня развития физических качеств (комплекс двигательных заданий, 4–7 лет);
- оценка сформированности необходимых навыков и умений (основные движения, комплекс двигательных упражнений, с 3 до 7 лет).

Первые четыре метода проводятся педагогами, инструктором по физической культуре совместно с медицинскими работниками.

По результатам их проведения проводится оценка функциональных возможностей организма детей по физиометрическим показателям.

Подробнее остановимся на двух последних методах.

Определение физической подготовленности необходимо для всесторонней оценки уровня развития ребёнка и его функциональных возможностей.

Тестирование физической подготовленности детей проводится с возраста 3 лет 6 мес., осуществляется после проведения предварительной работы по физической подготовке детей и чёткого объяснения им предстоящих заданий при непосредственном проведении. Целесообразно проводить тестирование в рамках непосредственно образовательной деятельности.

Для оценки физической подготовленности используются следующие тесты:

1. Бег на 10 метров с хода (беговая дорожка не менее 40 м, чтобы ребёнок не тормозил на финише).
2. Бег на 30 метров.
3. Метание набивного мяча весом 1 кг вдаль 2 руками с замахом из-за головы из и. п. – стоя.
4. Прыжок в длину с места.
5. Наклон туловища вперед из положения сидя (определение гибкости);
6. Метание мешочка с песком вдаль.
7. Бег в умеренном темпе.

Оценка уровня развития физических качеств детей, как обычно, проводится путем сравнения абсолютных величин результатов тестирования фи-

зической подготовленности ребенка со средними возрастными-половыми значениями соответствующих показателей.

Положительная динамика показателей физической подготовленности детей в течение учебно-воспитательного периода – это один из основных критериев эффективности образовательной деятельности по физическому воспитанию детей в дошкольном образовательном учреждении.

В конце образовательного периода педагоги сравнивают результаты тестирования детей с исходными данными и оценивают динамику показателей каждого ребёнка группы и всего ДООУ.

Критерии оценки динамики:

- положительная, если в конце образовательного периода отмечена прибавка величин показателей физической подготовленности;
- отрицательная, если результаты тестирования ухудшились (уменьшение величин по сравнению с исходными данными);
- отсутствие динамики, если величины показателей не изменились.

Для оценки темпа прироста показателей физических качеств используется формула В. И. Усакова:

$$W = \frac{(V_2 - V_1)}{0,5} \cdot 100,$$

где $0,5 - (V_1 + V_2)$

- W – темп прироста показателей, %;
- V_1 – исходный уровень;
- V_2 – конечный уровень.

Формулу В. И. Усакова следует использовать для оценки динамики результатов прыжка в длину с места.

Оценка овладения необходимыми двигательными навыками и умениями (основными движениями и спортивными упражнениями) проводится только с разрешения медицинского персонала ДООУ. Двигательные задания подбираются: индивидуально с учётом особенностей состояния здоровья ребёнка. Диагностика осуществляется в конце образовательного периода. Повторная диагностика в начале образовательного периода проводится для детей с отставанием в развитии тех или иных двигательных умений и навыков с целью индивидуальной коррекции выявленных отношений.

В программе, при описании промежуточных результатов каждого возрастного периода, даны конкретные показатели овладения необходимыми двигательными навыками и умениями.

Для удобства работы педагогов разработана специальная программа. Педагог заносит данные в компьютер, производится их обработка и интегральное качество физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками с учетом всего комплекса проведенных исследований медицинского персонала, инструктора по физической культуре, педагогов будет представлено в виде графика.

В случаях, когда благодаря мониторингу будут выявлены дети, которые характеризуются низкими показателями развития интегративного ка-

чества или отдельных его компонентов, выявляются возможные причины трудностей освоения. Полученные результаты станут основой для разработки наиболее оптимальных путей образовательной работы с конкретным ребенком.

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

*Голованова С. С.,
учитель физической культуры
МБОУ СОШ № 9,
г. Нижний Тагил*

Охрану здоровья детей можно назвать приоритетным направлением деятельности всего общества, поскольку лишь здоровые дети в состоянии должным образом усваивать полученные знания и в будущем способны заниматься производительно – полезным трудом.

Однако в России наблюдаются общее снижение человеческих ресурсов, ухудшение качества питания, разрушение института семьи, увеличение детской смертности, рост инфекционных заболеваний.

Многие факты вызывают острую тревогу за состояние здоровья различных слоев населения России. Вот лишь некоторые из них: до 15 % дошкольников функционально не готовы к обучению в школе, а после 10 лет пребывания в ней число абсолютно здоровых молодых людей составляет лишь 3 %, что обуславливает необходимость оздоровительно – коррекционной работы в образовательном учреждении, введение на уроках

Существует более 300 определений понятия «здоровье». Согласно определению ВОЗ, здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. В связи с этим модель здоровья может быть представлена в виде его составляющих.

Здоровье физическое – это совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде.

Здоровье психическое – это высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности.

Здоровье социальное – это моральное самообладание, адекватная оценка своего «я», самоопределение личности в оптимальных социальных условиях микро- и макросреды (семье, школе, социальной группе).

Здоровье нравственное – это комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информативной сферы жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе.

Работая учителем физической культуры в начальных классах, я прививаю детям любовь к занятиям спортом. На своих уроках я создаю благоприятный психологический климат, развиваю не только физические, но и коммуникативные качества обучающихся, применяю дифференцированный и индивидуальный подход к обучению и воспитанию детей.

Для меня важными являются не высокие спортивные достижения отдельных обучающихся, а, прежде всего, сохранение здоровья, предоставление возможности для каждого ребёнка повысить свою двигательную активность, проявить свои волевые и моральные качества, развить адекватную самооценку уровня своего физического развития, сформировать потребность в здоровом образе жизни, в том числе в высокой двигательной активности, занятиях различными видами физическими упражнениями.

С целью повышения мотивации к занятиям физической культурой разучиваю с детьми комплексы ОРУ, используя скакалки, обручи, гимнастические скамейки, гимнастические палки, физкультминутки, такие как:

На зарядку солнышко поднимает нас (медленно подняться из приседа).

Поднимаем руки по команде: раз! (руки через стороны поднять вверх).

А над нами весело шелестит листва, (кисти рук поворачивать влево-вправо).

Опускаем руки мы по команде: два! (руки через стороны медленно опустить вниз).

Для решения задач физического воспитания я использую метод строго регламентированного упражнения, что позволяет мне:

- обучать двигательным действиям любой сложности;
- избирательно воздействовать упражнениями на различные части тела;
- строго дозировать нагрузку;
- избирательно развивать отдельные двигательные способности;
- обеспечивать индивидуализацию в процессе физического воспитания.

Для закрепления и совершенствования двигательного действия я применяю игровой метод, что позволяет обеспечить повышенную заинтересованность детей и меньшую психическую утомляемость; соревновательный метод стимулирует максимальное проявление двигательных способностей и выявляет уровень их развития, обеспечивает максимальную физическую нагрузку, содействует воспитанию волевых качеств.

На теоретических занятиях совместно с детьми мы обсуждаем вопросы необходимости соблюдения правил поведения, техники безопасности, личной гигиены; гигиенических требований к спортивным сооружениям и спортивному инвентарю. Изучаем историю возникновения физической

культуры и спорта, олимпийских игр. Обучающиеся принимают участие в подборе материалов и составлении презентаций о видах спорта, конкурсах рисунков «Папа, мама, я – спортивная семья!», «Мой любимый вид спорта».

С целью пропаганды здорового образа жизни провожу спортивные мероприятия, в которых принимают участие не только ученики, но и учителя, а также родители и выпускники школы. Традиционными мероприятиями стали: «Весёлые старты», «День бегуна», «Турнир поколений», «Первенство школы по спортивным играм», «Малые Олимпийские игры».

Обучающиеся начальных классов принимают активное участие в районной спартакиаде, выступают в спортивных соревнованиях: осенний кросс школьников, троеборье, лыжные гонки, плавание, легкоатлетическая эстафета.

Использование на уроках игровых и соревновательных моментов, чередование различных видов двигательной активности, проведение спортивной внеурочной работы позволило мне добиться устойчивого интереса младших школьников к занятиям физической культурой, спортом, вовлечь в спортивную работу не только обучающихся, но и их родителей.

ПРИМЕНЕНИЕ ИНТЕРАКТИВНОЙ ДОСКИ КАК ФАКТОР СОЗДАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ НА УРОКАХ ХИМИИ

*Горст Е. А.,
учитель химии МБОУ СОШ № 45,
г. Нижний Тагил*

В процессе здоровьесбережения школьников важную роль играют учителя-предметники. Учитель должен работать так, чтобы обучение детей в школе не наносило ущерба здоровью школьников, то есть создавать условия для физического, психического, социального и духовного комфорта обучающихся. В арсенале каждого учителя есть такие средства и методики, которые позволяют параллельно с главной задачей – качественным обучением – решать проблемы сохранения и укрепления здоровья обучающихся: сберечь нервную систему ребенка, снять стрессы и напряжение, пагубно влияющие на здоровье учащихся.

По нормам СанПиНа допускается оборудование учебных помещений интерактивными досками, отвечающими гигиеническим требованиям. Во время урока необходимо наиболее оптимально чередовать различные виды учебной деятельности для 8–11 классов [Новые нормы СанПИН для школьников]. Интерактивная доска соответствует тому способу восприя-

тия информации, которым отличается новое поколение школьников, выросшее на телевидении, компьютерах и мобильных телефонах, у которого гораздо выше потребность в темпераментной визуальной информации и зрительной стимуляции [Леташкова].

С появлением в школе интерактивного оборудования, учителя получили возможность активно внедрять в жизнь новые технологии, каждый ученик может максимально раскрыть свой потенциал, стать более успешным в работе, сделать мир вокруг себя ярче. Интерактивные доски помогают педагогу сочетать компьютерные и традиционные методы организации учебной деятельности [Абрамова].

Химия – очень непростой предмет. Химическое образование направлено на развитие интеллекта учащихся, логического, образного, и других форм мышления. С помощью интерактивной доски можно:

- проводить виртуальный химический эксперимент, демонстрировать видеоснимки с опытами, которые важны для понимания изучаемого материала, но нельзя проводить даже демонстрационно в связи с опасностью для здоровья;
- моделировать механизмы химических реакций в виртуальной лаборатории, использовать лабораторное оборудование, которого нет в школе, помогает подготовиться к практической работе заранее или выполнить её индивидуально в случае пропуска урока;
- использовать интернет-ресурсы, демонстрирующие различные химические производства.

Кроме того, задачей учителя химии является развитие пространственного воображения ребенка, умение «увидеть» невидимое, смоделировать химические процессы [Гродзь]. Использование интерактивной доски меняет подход к учению, создает новые возможности и для учителя и для ученика: развитие воображения, творческих способностей ребенка; возможность организовать коллективную и групповую работу, используя приемы проблемного обучения; возможность работать эстетично, интересно, практически в игре изучать сложный, воспринимаемый с трудом многими школьниками предмет «химия».

Психологами давно установлено, что цвет значительно влияет на психоэмоциональное восприятие человеком различных вещей. Ведь цвета обращаются к чувствам, а не к логике человека. Все должно работать на цель – привлечь внимание, заинтересовать, вызвать положительные эмоции. Разнообразие цветов, доступных на интерактивной доске, позволяет выделять важные области и привлекать внимание к ним, связывать общие идеи или показывать их отличие и демонстрировать ход размышления. Например, чтобы стать организованным и внимательным к деталям, применяем желтый цвет, который ассоциируется с интеллектуальными способностями (возбуждает интеллект, творческое воображение). Если необ-

ходима высокая концентрация внимания и большие умственные усилия, используем энергию желтого и бирюзового цветов.

При оформлении изучаемого материала в виде таблицы, помним, что лучше всего воспринимаются объекты, размещенные в левом верхнем углу, вверху и в центре таблицы, хуже – в нижней части таблицы, особенно в правом нижнем углу. Если главный объект невозможно разместить в лучшем для восприятия месте, то его выделяем обводкой, рамками, контрастными цветами, увеличением размеров основного объекта по сравнению с другими.

Писать сенсорным маркером легче, быстрее, нет меловой пыли и грязной тряпки, что полезнее для здоровья. Можно менять не только цвет записей и толщину линии, но и фон, на котором записи ведутся [Использование интерактивной доски на уроках].

Разнообразный иллюстративный материал, мультимедийные и интерактивные модели поднимают процесс обучения на качественно новый уровень. Нельзя сбрасывать со счетов и психологический фактор: современному ребенку намного интереснее воспринимать информацию именно в такой форме, нежели при помощи устаревших схем и таблиц. Интерактивные элементы обучающих программ позволяют перейти от пассивного усвоения к активному, так как учащиеся получают возможность самостоятельно моделировать явления и процессы, воспринимать информацию не линейно, а с возвратом к нужному фрагменту, с повторением виртуального эксперимента с теми же или другими параметрами.

В качестве одной из форм обучения, стимулирующих учащихся к творческой деятельности, можно предложить создание одним учеником или группой учеников мультимедийной презентации, сопровождающей изучение какой-либо темы курса [Интерактивная доска...]. Возможности доски позволяют оживить обычную презентацию Power Point, так как сенсорным маркером можно делать записи прямо на слайдах, передвигать объекты, загораживать шторкой часть материала, например, ответы на вопросы или решение задачи.

Система интерактивного тестирования интерактивной доски позволяет автоматизировать процесс анализа тестирования, избавляя преподавателя от рутинных операций и обеспечивая возможность оперативного представления результатов опроса, голосования или контроля знаний.

Одним из важнейших аспектов является психологический комфорт школьников во время урока. С одной стороны так решается задача предупреждения утомления учащихся, с другой стороны, появляется дополнительный стимул для раскрытия творческих возможностей каждого ребенка.

На уроках химии и при подготовке к ним я применяю следующие формы:

– создание учащимися презентаций по темам, изучаемым по базовому курсу химии 8–11 классов. Если в презентации допущены ошибки, то их можно легко исправить, привлекая учащихся класса, или учитель сам акцентирует на них внимание. Сохранённые презентации экономят время учителя, особенно, если в школе несколько классов в параллели. Наиболее удачные презентации можно использовать на уроках в других классах параллели, при повторении, обобщении, в течение нескольких лет;

– моделирование химических процессов и явлений, демонстрация видеофрагментов с опытами, химические эксперименты с помощью виртуальной лаборатории;

– тестирование, включенное в программные продукты на электронных носителях, как закрепление изученного на уроке материала;

– решение расчетных и экспериментальных задач;

– осуществление тренировки в процессе усвоения учебного материала, подготовки к ЕГЭ;

– использование готовых мультимедийных пособий на уроках химии: «Химия – 8», «Химия – 9», «Неорганическая химия», «Органическая химия», «Химия элементов» и другие;

– применение для подготовки к урокам Интернет-ресурсов, например видеофрагментов по производству серной кислоты, аммиака, чугуна, стали и др.

Именно благодаря использованию интерактивной доски оказывается возможным обеспечить наиболее комфортные условия каждому ученику, учесть индивидуальные особенности каждого ребенка, а, следовательно, минимизировать негативные факторы, которые могли бы нанести вред его здоровью.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абрамова, С. И. Компьютерные технологии на уроках химии [Электронный ресурс] / С. И. Абрамова. – Режим доступа: <http://uchitel-himii.narod.ru>

2. Гродзь, П. И. Применение интерактивной доски на уроках биологии и химии [Электронный ресурс] / П. И. Гродзь. – Режим доступа: <http://www.surwiki.ru>

3. Интерактивная доска как средство продуктивного усвоения учебного материала на уроках химии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://chimia24.ucoz.ru>

4. Использование интерактивной доски на уроках [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.auga.kz>

5. Новые нормы СанПИН для школьников [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.regobraz.ru>

6. Леташкова, Е. В. Интерактивная доска на уроках химии [Электронный ресурс] / Е. А. Леташкова. – Режим доступа: <http://him.1september.ru>

ЛЕКТОРСКАЯ ГРУППА КАК ФОРМА ВОЛОНТЕРСКОГО ДВИЖЕНИЯ

*Грошева И. А., Кротова О. А., Сапегина Ю. В.,
учителя биологии МАОУ СОШ № 3,
г. Кировград*

Понятием добровольческая (волонтерская) деятельность в русском языке часто подменяют понятие «общественная деятельность», которой обозначают любую полезную деятельность во благо общества. Деятельность добровольцев в нашей школе направлена в первую очередь на просветительские мероприятия, направленные на профилактику наркомании, СПИДа, подростковой преступности; пропаганду здорового образа жизни.

В МАОУ СОШ № 3 добровольческая деятельность осуществляется в ходе работы «лекторской группы». Лекторская группа работает в нашей школе в течение 13 лет. Идея привлечения учащихся к просветительской деятельности возникла, когда ВИЧ-инфекция стала реальной угрозой. В нашем городе была проведена масштабная операция по выявлению ВИЧ-инфицированных среди наркоманов. Цифры, которые были озвучены после исследования – потрясли. Оказывалось, что каждый сотый был носителем инфекции, а учитывая долгий латентный период течения заболевания – число зараженных могло быть 1 : 30 или даже больше. Сложная криминогенная обстановка и тяжелое положение с распространением и употреблением наркотиков заставило задуматься над тем, как защитить молодежь, хотя бы своих учащихся. Это сейчас множество агитационных материалов разработано, а тогда ничего не было – только страх. Тогда же было принято решение собрать группу учащихся, которые рассказали бы своим сверстникам о нависшей угрозе. Первая работа – информационная атака. Собирались после уроков и изучали вирус, его строение, способы передачи инфекции и профилактику. В группу входили 15 человек – они участвовали в информационных «минутках», их приглашали на классные часы, кроме того организовывали и проводили акции 1 декабря – «День анти-СПИД».

Работать в группе стало достаточно престижно, в группу входили учащиеся, которые в своих классах занимали лидерские позиции, можно сказать школьная элита. Для того чтобы обеспечить преемственность, в старшую группу десятиклассников и одиннадцатиклассников начали вводиться учащиеся 9 класса. Круг вопросов постепенно расширялся, формы деятельности усложнялись – это потребовало составления программы. Программа работы лекторской группы была составлена, но эта программа достаточно мобильна, однако базовые положения сохраняются. Они разработаны в соответствии с программой «Профилактика злоупотребления пси-

хоактивными веществами» принятой и утвержденной Советом школы в 2007 году, комплексной программой «Здоровье». Программа рассчитана на работу в течение учебного года – 68 часов, по 2 часа в неделю, 11 лет группы вела И. А. Грошева, а последние 2 года – О. А. Кротова – учителя биологии, под руководством зам. директора по воспитательной работе – Ю. В. Сапегинной (биолог).

Формы и виды деятельности очень разнообразны, но основные направления:

1. Теоретическая подготовка с обязательным целеполаганием (цели формулируют сами участники группы), включает лекции учителя, поиск и обмен информацией по темам здоровьесбережения, просмотр фильмов, рассмотрение и отбор печатной продукции, изготовление буклетов и видеороликов, обучение культуре речи, подготовка проектов и рефератов для выступления на школьной и городской научно-практической конференции

2. Организация и проведение внутри школьных акций:

- конкурсы рисунков, плакатов, стенных газет «Вредным привычкам бой!», «Мы за здоровый образ жизни», «Спорт и мы»;

- круглые столы и дискуссии, просмотры фильмов с последующим обсуждением на классных часах, в которых принимают участие приглашенные члены лекторской группы;

- подготовка выступления агитбригады «Похороним наркотики!» «Молодежь против пива!» и другие;

- широко используется видеозал для просмотра обучающих и информационных фильмов, проводятся конкурсы презентаций по тематике ЗОЖ;

- относительно новая форма работы – игры по профилактике СПИД, которые позволяют применить теоретические знания, прекрасная форма рефлексии;

- проводились опросы и анкетирование среди учеников школы по выявлению курильщиков и мотивации их поведения;

- распространение буклетов среди учащихся школы, организация акции – «Меняем сигарету на конфету!».

3. Участие в городских мероприятиях:

Выступления и победы на городских конкурсах «Наш выбор», «Будь здоров», «Мы выбираем будущее» – посвященный ЗОЖ. Участие в городских мероприятиях «Город без наркотиков», «День трезвости», «Кросс – Нации» выступление агитбригады на этих мероприятиях. Акции на улицах города, когда учащиеся раздавали на улицах листовки и буклеты. Первыми приняли участие в акции «Узнай свой ВИЧ-статус».

Каковы же результаты работы нашей лекторской группы?

В каждой параллели выпускников формируется дружный сплоченный коллектив, с хорошо сформированной активной, жизненной позицией и

установкой на ЗОЖ (за 13 лет в лекторской группе проработали более 100 человек, смена состава происходит каждые 2–3 года).

Групповая и индивидуальная работа позволяет углубить и расширить знания по биологии и гигиене человека, способствует предпрофильной и профильной подготовке учащихся, а также самореализации, расширению кругозора, развитию речи, обучают навыкам публичных выступлений, помогают социализации подростков за счет взаимодействия в малых и разновозрастных группах

Выпускники школы, занимавшиеся в лекторской группе, часто выбирают профессии, связанные с медициной (21 человек), педагогикой (8 человек), психологией (9 человек), социальной работой (11), госслужбой, юриспруденцией.

Ежегодно просветительской деятельностью охватывается от 300 до 400 учащихся, они вовлекаются в активные формы работы, неформальное общение с обучающими, новые виды взаимодействий между участниками воспитательного процесса.

Наши лекторы входят в состав школьного актива, который формирует общественное мнение внутри учебного коллектива, работа в группе – это вопрос престижа, школьная мода, а большое количество морально неопределившихся ребят стремится к положительной социализации (Быть здоровым – модно, престижно, круто), ищут точки приложения своих сил – может быть в других областях.

Значительно расширилась тематика обсуждаемых и прорабатываемых вопросов – от информации по ВИЧ-инфекции до планирования семьи и долголетия.

Будем ли мы и дальше продолжать работу с лекторской группой? Несомненно, пока эта форма деятельности привлекательна для учащихся и вызывает у них живой интерес.

МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К СОПРОВОЖДЕНИЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ ПЕДАГОГОВ

*Денисова Е. В.,
учитель биологии МБОУ СОШ № 30,
г. Нижний Тагил*

Вопрос о сопровождении профессионального здоровья педагогов в условиях образовательного процесса сегодня является одним из наиболее актуальных, так как важно выявить те методологические подходы, которые будут доступны и эффективны. Связано это с несколькими предпосылками, на которых можно выстроить концепцию оказания методической по-

мощи педагогам. Как отмечает Г. К. Зайцев, согласно первой предпосылке – школа выступает для учителя стрессором, вызывающим у него либо отрицательные эмоции, деформацию мотивационной сферы и снижение профессиональной активности, либо фрустрационную реакцию, сопряженную с сильным психологическим напряжением. Важно отметить, что примерно каждый третий учитель испытывает в школе, в целом, позитивное настроение, основу которому составляет ответственное отношение к работе. Однако, большая самоотдача, с которой педагоги работают, чаще всего вызывает у них сильное утомление и даже переутомление. Проведенная в нашем образовательном учреждении диагностика реально отражает эту проблему (рис. 1).

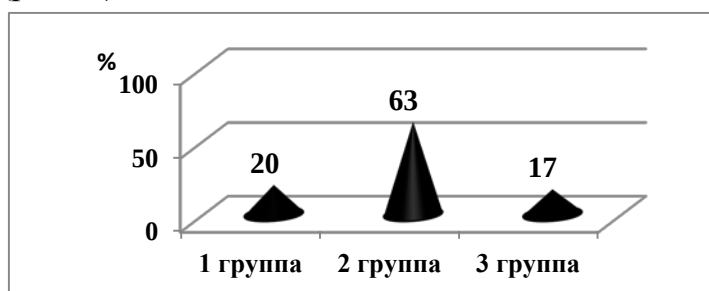


Рис. 1. Сформированность синдрома профессионального выгорания среди педагогов МБОУ СОШ № 30

Результаты исследования следующие:

- у 20 % педагогов синдром полностью сформировался хотя бы в одной из фаз;
- у 63 % синдром находится в стадии формирования хотя бы в одной из фаз;
- у 17 % синдром не сформировался.

Второй предпосылкой является личная компетентность каждого педагога в вопросах здоровьесбережения. Т. Ф. Орехова рассматривает человека как неповторимого индивида, в котором соединены два начала: природное и культурное. Отсюда следует вывод, что все спланированные человеком действия по отношению к самому себе могут привести только к частичному результату. В связи с этим возрастает значимость для здоровья человека его собственных знаний о здоровье и о путях его сохранения и укрепления. Для понимания важности данной закономерности путем анкетирования среди педагогов нашего образовательного учреждения были выявлены типичные для учителей стратегии понимания здорового образа жизни (рис. 2). Первая стратегия основана на стремлении человека к социальному благополучию. Вторая стратегия понимания связывает здоровый образ жизни с двигательной активностью, третья – демонстрирует превен-

тивный аспект: отрицание курения и алкоголя. В основу суждений четвертой стратегии положено мнение об отсутствии у человека болезней, пятая стратегия свидетельствует о наличии у педагогов «режимного» подхода и понимания сущности здорового образа жизни.

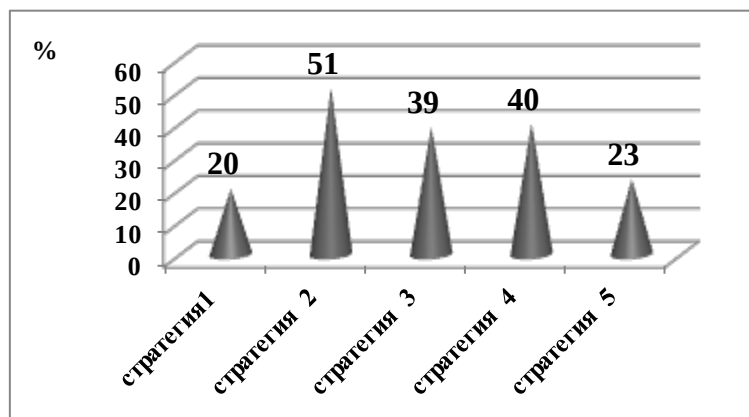


Рис. 2. Стратегии понимания здорового образа жизни педагогов МБОУ СОШ № 30

Анализ данных показал, что у педагогов МБОУ СОШ № 30 нет единого понимания сущности здорового образа жизни. А обнаруженные у них стратегии понимания односторонни и далеки от научного подхода. Таким образом, одной из причин снижения здоровья учителей следует считать низкую компетентность в вопросах здоровьесбережения.

Руководствуясь вышеизложенными положениями, становится необходимым организовать методическую деятельность внутри школы, сопровождающую профессиональное здоровье педагогов. Прежде всего, она должна быть системна и основана на модели здоровьесберегающей организации всего образовательного процесса. Создание в современном образовательном учреждении среды формирующей и сохраняющей здоровье должны затрагивать интересы всех участников образовательного процесса и прежде всего самих педагогов. Ведь они являются для учащихся проводниками в мир знаний. Умение управлять собственным здоровьем и настроением для учителя очень важно, так как мы понимаем, что здоровье школьника зависит не столько от соблюдения санитарно-гигиенических норм и снижения учебной нагрузки, сколько от эффективности организации образовательного процесса и от характера взаимоотношений на уроке. Отсюда вытекает логика организации методической работы и ее задачи.

Первая задача – создание максимально комфортных условий для осуществления педагогической деятельности каждого педагога. Сюда входит как грамотная организация научно-методической деятельности в коллективе, так и степень материального обеспечения образовательного процесса.

Вторая задача – организация психологической поддержки педагога, реализуемая через психокоррекцию и тренинги. По итогам проведенной в

нашем учреждении работы 62 % педагогов указывают, что предложенные психологом релаксационные методики способны помочь именно им.

Третья задача – повышение уровня компетентности педагогов в вопросах здорового образа жизни и управления состоянием собственного организма. Положенная в основу третьей задачи идея: оказание помощи конкретному учителю в управлении своим здоровьем, предполагает решение целого ряда проблем. Во-первых, необходимо побудить человека к этой деятельности, во-вторых, надо сформировать у него научное понимание сущности здорового образа жизни, в третьих помочь ему выработать собственный вариант здоровьесохраняющего обоснованного поведения. В нашем случае решение всех этих проблем осуществляется через деятельность школьного Центра здоровья «Твой выбор», целью которого является организация оптимальных условий для сохранения и развития здоровья обучающихся, и формирование здорового образа жизни всех участников образовательного процесса. Каждый педагог нашего образовательного учреждения имеет возможность не только получить квалифицированную помощь специалистов через организацию межведомственной интеграции в рамках Центра, но и через прямое включение в оздоровительную деятельность. Для нас традиционными являются Дни здоровья, коллективные выезды на природу, занятия йогой и плаванием.

Итак, специфика организации методической работы по сопровождению профессионального здоровья педагогов состоит в следующем: организация данной деятельности подразумевает системность, применение нестандартных форм взаимодействия, своевременный мониторинг и коррекцию возникших затруднений. Данные методологические подходы способны обеспечить необходимый уровень эффективной организации методической деятельности по сопровождению профессионального здоровья педагогов в любом образовательном учреждении.

ЛИТЕРАТУРА

1. Зайцев Г. К. Здоровье школьников и учителей/ Г. К. Зайцев//Санкт-Петербургский государственный университет педагогического мастерства, 2006 – С. 43-45
2. Орехова Т. Ф. К вопросу о самостоятельном мониторинге учителями и учащимися состояния своего здоровья/ Оздоровление средствами образования и экологии: материалы V Междунар. науч. -практ. конф. , Челябинск, 2008- С. 297-301

СОВРЕМЕННЫЕ ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРГАЮЩЕЙ И ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩЕЙ СРЕДЫ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

*Дербенева Е. П.,
директор МБОУ СОШ № 30;
Беломестных М. С.,
заместитель директора МБОУ СОШ № 30,
г. Нижний Тагил*

Уже много лет педагогический коллектив осуществляет свою деятельность с учётом основополагающей необходимости сохранения и укрепления здоровья всех участников образовательного процесса. В настоящее время образовательное учреждение является членом сети инновационно-активных ОУ Уральского региона Федеральной экспериментальной площадки Министерства образования и науки РФ по теме «Формирование здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды в современном образовательном учреждении».

Наше образовательное учреждение располагает целым рядом средств и способов, способствующих организации деятельности учащихся, направленной на укрепление здоровья как физического, так и нравственного и социального. Созданы все условия для физического развития школьников: спортивные залы, плавательный бассейн, зал лечебной физкультуры, тренажерный зал, лыжная база, футбольное поле, баскетбольная и волейбольная площадка. В рамках Программы патриотического воспитания «Мы – Россияне» реализуются такие подпрограммы дополнительного образования, как «Зеленая волна», «Культура здоровья», «Туристы-краеведы», «Юный спасатель». Спортивно – оздоровительная работа в школе совершенствуется год от года. Традиционными стали Малые Школьные зимние и летние Олимпийские игры. Ежегодно проводится школьный конкурс «Лучший спортсмен года», спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья», День льда и День туризма. Много лет и результативно сотрудничаем с детскими спортивными школами и клубами. Более 300 учащихся ежегодно посещают различные спортивные секции: гребной слалом, футбол, хоккей, биатлон, греко-римская борьба, гимнастика и другие. Школа имеет своих чемпионов на Всероссийском уровне.

Однако только лишь при модернизации материальной базы учреждения и совершенствовании спортивно-оздоровительной работы невозможно достичь реальных сдвигов в формировании у всех участников образовательного процесса системы ценностно-смысловых установок на здоровьесбережение. Настало время найти новый способ обратить внимание на бережное отношение к ресурсу, который дан природой – к собственному здоро-

вью. Поэтому мы с большим энтузиазмом поддержали инициативу Министерства образования о создании школьного Центра здоровья (таких Центров в области всего 9).

Так в декабре минувшего года в школе был создан Центр здоровья «Твой выбор». Центр здоровья – это не медицинский, а координационный центр, специальная площадка для дискуссий, взаимодействия взрослых и детей по формированию мотивации к активному здоровому образу жизни.

Основными направлениями деятельности Центра здоровья являются:

– **лечебно-оздоровительная работа**, предполагающая систему эффективных профилактических, лечебно-оздоровительных, психогигиенических и коррекционных мероприятий, организацию двигательной активности;

– **диагностика**, обеспечивающая исследование состояния здоровья обучающихся, выделение группы риска; мониторинг успешности обучения и здоровья обучающихся с целью динамического наблюдения за их развитием;

– **просветительская деятельность**, предполагающая обучение всех участников образовательного процесса методикам самодиагностики, самооценки, самокоррекции; формирование ценностных установок и жизненных приоритетов на здоровье и здоровый образ жизни;

– **консультативная деятельность**, предполагающая оказание консультативной помощи всем участникам образовательного процесса по вопросам сохранения здоровья

В нашей школе реализуются следующие программы профилактики:

- «Культура здоровья» (5–11 классы);
- «Здоровячок» (1–4 классы);
- «Здоровое питание» (5–11 классы);
- «Профилактика ВИЧ и СПИДа» (9–11 классы).

Для достижения наиболее эффективных результатов организовано взаимодействие с медицинскими, образовательными учреждениями и другими субъектами системы профилактики:

- врачебно-физкультурный диспансер;
- клиника, дружественная к молодежи, «Тинейджер» (ДГП № 5);
- ДЮСШ «Юпитер»;
- Стоматологический салон «Консул»;
- Нижнетагильский центр управления здоровьем;
- детская городская больница № 3;
- ГБУЗ СО «ОЦ СПИД и ИЗ»;
- наркологический диспансер;
- НТГСПА (ФБЖ);
- медицинский колледж;

– центр социально-психологической помощи подросткам и молодежи при городском дворце молодежи.

В арсенале добрых дел Центра здоровья такие мероприятия как:

- создание отряда волонтеров «Твой выбор» совместно с КДМ;
- дни пропаганды здорового образа жизни «Здоровым быть модно», организованные совместно со всеми субъектами профилактики;
- оформление Паспортов здоровья обучающихся 1-2 классов совместно с врачебно-физкультурным диспансером;
- школьный Конкурс методических разработок «Формирование здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды в современном ОУ»;
- организация курсов повышения квалификации «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе в условиях введения ФГОС»;
- участие в Городской акции «3000 шагов к здоровью»;
- создание группы здоровья для педагогических работников;
- проведение тематических родительских собраний совместно с Нижнетагильским центром управления здоровьем.

Мы поставили себе задачу не бороться с вредными привычками, а формировать правильные знания и навыки у детей, начиная с начальных классов. Актуальность проекта заключается, прежде всего, в том, что он выстроен не на запрете и отрицании, а на позитиве, осознанном и ответственном отношении ребенка к своему здоровью. Убеждены, что предложенный нами подход к построению здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды ОУ позволит сформировать у подростков потребность в реализации здорового образа жизни. Более того, наша школа сегодня готова стать важнейшим звеном социализации подрастающего поколения через активное включение каждого школьника в здоровьесформирующую деятельность, раскрывающую потенциал его личности и способствующую его дальнейшему жизненному успеху.

СОЗДАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИ КОМФОРТНЫХ УСЛОВИЙ НА УРОКАХ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ

*Дульцева Ю. Н.,
учитель английского языка МБОУ СОШ № 30,
г. Нижний Тагил*

Одним из основных критериев психического здоровья человека психологи называют адекватный возрасту уровень зрелости эмоционально-волевой и познавательной сфер личности. Познавательная сфера личности школьника осуществляет роль внутреннего организатора опыта и способ-

ствует качественному освоению учебного материала на всех ступенях обучения. В связи с этим каждому педагогу необходимо уделять внимание условиям, развивающим познавательную сферу личности школьников. Психологическое здоровье – важнейшее условие для сохранения высокой учебной мотивации учащихся, способствует становлению личности, повышает работоспособность, стабилизирует внимание и память.

Процесс обучения английскому языку, как и любому другому построен на коммуникативной основе, который собственно и ориентирован на развитие познавательного интереса. Однако проблема в том, что не всегда педагогу удается успешно реализовать данный подход. Большинство учащихся испытывают значительные трудности в освоении иностранного языка, и прежде всего эти трудности связаны с правильным произношением.

Известно, что освоить английское произношение не так просто в силу того, что в русском языке нет аналогичных звуков, английская артикуляция достаточно сложна для школьников. Работа эта кажется скучной, но палочкой-выручалочкой в этом случае могут являться английские скороговорки: яркие, звонкие и ритмичные. Использование скороговорок во время уроков способствует тому, что ученики в игровой форме, непринуждённо и легко отрабатывают произношение согласных и гласных звуков английского языка. Подбор сложно произносимых групп слов, собранных в шуточливую цепочку, помогает легче освоить артикуляцию звуков. Несмотря на то, что скороговорка иногда может состоять всего из нескольких слов, она «уже несет в себе определенный характер, настроение, окраску и даже темп» [Поэтический словарь Квятковского]. Например: *Pat's black cat is in Pat's black hat* (Черная кошка Пэта – в черной шляпе Пэта).

Кроме того, скороговорка является одним из элементов творчества народа, его культуры, истории. В них часто встречаются имена собственные, что особенно привлекает учащихся младших классов, а также названия птиц и животных, что делает небольшие тексты познавательными и интересными для учеников. Иногда в небольших текстах встречаются незнакомые слова и обороты речи, что позволяет ученикам расширить свой словарный запас. Многие из скороговорок достаточно известны и узнаваемы. Читая весёлые строчки вместе с учениками, учитель создает у них хорошее настроение, обстановка на уроке разряжается, становится более комфортной. Такого рода упражнения помогают привлечь внимание учеников, увлечь их, гиперактивным школьникам успокоиться после перемены, у стеснительных учеников снять страх перед чтением, незаметно вовлекая их в процесс обучения.

Начинать работать со скороговорками нужно так: определив, какие звуки будут отрабатываться, выбираем скороговорку. Задача состоит в том, чтобы ученики научились правильно произносить звуки, а затем и слова скороговорки в определённом темпе. Для этого её необходимо про-

слушать и повторить неоднократно. Задача учителя состоит в том, чтобы в учебный процесс были вовлечены все учащиеся. Превратить этот процесс в увлекательную игру помогут современные технические средства и старые проверенные методы. Необходимо использовать визуальный образ для скороговорок. Правильно подобранные картинки оказывают влияние на эмоциональную сторону восприятия, делая задание более ярким и привлекательным. Это способствует поддержанию интереса к уроку, концентрации внимания. Например:

A sailor went to sea
To see what he could see,
And all he could see
Was sea, sea, sea.

Вышел матрос в море
Посмотреть, что он сможет увидеть
И все что он смог увидеть,
Было море, море, море.

Благотворный результат получается при парной работе над произношением: дополнительный стимул для работы. Задание можно усложнить, ставя задачу прочитать скороговорку от лица грустного или веселого человека. Периодически можно проводить на уроках небольшие соревнования по чтению скороговорок. Элемент игры и состязания «зажигает» ребят, заставляя их серьёзно готовиться. Использование скороговорок на начальном этапе обучения иностранному языку помогает сформировать произносительные навыки у учащихся. В средней школе работа со скороговорками способствует поддержанию и совершенствованию произносительных навыков учеников и одновременно стимулирует их речевую деятельность.

Таким образом, уделяя всего несколько минут в начале урока чтению скороговорок, мы решаем сразу несколько задач: работаем над произношением, вводим учащихся в мир английского языка, настраиваем их на активную работу на уроке. Целесообразное регулярное и последовательное использование скороговорок на уроках иностранного языка способствует развитию познавательной сферы школьников. Такой подход создает психологически комфортную атмосферу на уроке, что в свою очередь делает процесс обучения более эмоциональным и результативным.

ЛИТЕРАТУРА

1. Поэтический словарь Квятковского [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://feb-web.ru/feb/kps/kps-abc/kps/kps-2722.htm>
2. Скороговорки как элемент здоровьесберегающих технологий. Е. В. Беликина [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://festival.1september.ru/articles/597388/>

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ:
ТРАДИЦИИ И ИННОВАЦИИ
(ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ МБОУ ДОД «ГОРОДСКАЯ СТАНЦИЯ
ЮНЫХ НАТУРАЛИСТОВ» ГОРОДА НИЖНИЙ ТАГИЛ ПО СО-
ЗДАНИЮ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ И ЗДОРОВЬЕФОРМИРУ-
ЮЩЕЙ СРЕДЫ СОВРЕМЕННОГО ОУ)**

*Еремина Г. В., Кадочникова Е. Н.,
педагоги-организаторы МБОУ ДОД
«Городская станция юных натуралистов»,
г. Нижний Тагил*

Благополучие любого общества во многом зависит от состояния здоровья подрастающего поколения. К сожалению, в последнее время здоровье детей ухудшается. Причина кроется в загрязнении окружающей природной среды, наличии химических добавок в продуктах питания, некачественной питьевой воде, снижении уровня жизни... Все больше и больше детей приходят в образовательные учреждения, уже имея те или иные заболевания, часто хронические. Большие эмоциональные нагрузки, серьезный умственный труд, долгое сидение за столом, недостаточное время отдыха во время перемен в школе только усугубляют их здоровье. Большая ответственность за сохранение здоровья подрастающего поколения ложится в первую очередь на родителей и детей. Но, немаловажную роль в сохранении здоровья школьников, могут сыграть и образовательные учреждения, где этой проблеме уделяется должное внимание: реализуются образовательно-оздоровительные программы, пропагандируется здоровый образ жизни. Очень важно воспитать в детях чувство ответственности за свое здоровье, помочь изучить свое тело, себя, сформировать навыки поведения, направленные на сохранение и оздоровление своего организма. Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования детей «Городская станция юных натуралистов» города Нижний Тагил имеет большой опыт в организации здоровьесберегающего образовательного процесса с детьми разного возраста. Привлечь внимание детей к состоянию собственного здоровья помогают различные методы, формы, технологии, используемые для образовательного процесса, соответствующие психологическим возрастным особенностям детей, которые представлены: образовательными программами (например, ДОП «Секреты здоровья») тематическими игровыми программами, конкурсами, соревнованиями, викторинами, праздниками, играми на свежем воздухе, экскурсиями, походами, экспедициями и т. п. .

В мероприятиях для начальной школы естественными и закономерными являются игровые методики. Младшие школьники непосредственно

воспринимают окружающую среду, ее разнообразие, проявляют интерес к культурно-гигиеническим навыкам. Хорошо усваивают полезные привычки поведения в сложившихся ситуациях, оказание первой помощи себе и окружающим. В ходе игровых мероприятий дети оказываются в атмосфере интеллектуальной и эмоциональной раскрепощенности, они не испытывают страха ошибиться, не боятся показаться несведущими, «незнайками», играя, ребята включаются в различные мыслительные операции: анализа, синтеза, сравнения, аналогии и т. д. Традиционно игры для младших школьников построены на основе проведения различных конкурсов, эстафет, физкультурных минуток, способствуют развитию личностных качеств интеллектуально-творческих способностей детей и отвечают задачам оздоровления младших школьников. Такие игры как «Как получить пятерку за здоровье», «В здоровом теле – здоровый дух», «Будь здоров!», «Азбука питания», «Зеленый огонек здоровья», «Мама, папа, я – спортивная семья», «Здоровье на крыльях пчелы», «Помоги себе сам!», «Будь спортивным и здоровым» являются одним из инструментов создания здоровьесберегающей образовательной среды в нашем учреждении.

У детей среднего школьного возраста наблюдается пробуждение интереса к физкультуре и эколого-спортивным играм, развивается осознанное неприятие вредных привычек, прививаются многие необходимые гигиенические правила. В практике станции юных натуралистов это – проведение клубов веселых и находчивых «Наше здоровье», «Мое здоровье и здоровье нации», «Здоровье не купишь, его разум дарит»; эколого-биологических игр «Мы выбираем жизнь», «Наркотик без рецепта», «Курение как фактор риска»; эстафет «Зов тайги», «Ловкие, сильные, смелые»; спортивно-оздоровительных праздников «В здоровом теле – здоровый дух», «Давайте питаться правильно»; многочисленные походы выходного дня и в каникулярное время; работа экологических гостиных «Природа – источник красоты», «Фитонцидные растения рядом с нами» и другие. При организации старшеклассников используются следующие основные методы и формы работы: работа в малых группах, сюжетно-ролевые и дидактические игры, моделирование, наблюдение, работа над групповыми краткосрочными творческими проектами, выполнение учебно-исследовательских проектов, экспедиции. Ребята старшего возраста – активные участники конференций «За жизнь без наркотиков», «Наркотик и организм человека», «Забочусь о своем здоровье»; спортивно-оздоровительных праздников «Готов к защите Родины», «Будь спортивным и здоровым!». В ходе этих мероприятий обучающиеся нашего учреждения включаются в разнообразную деятельность здоровьесберегающего характера: познавательную, ценностно-ориентировочную, исследовательскую, эстетическую, преобразовательную, коммуникативную. Участие в мероприятиях расширяет индивидуальное пространство сфер взаимодействия старшеклассника с окружающим

миром, развивает личностные качества и интеллектуально-творческие способности, желание заботиться о своем здоровье. На протяжении последних лет обучающиеся нашего учреждения становились участниками и победителями конкурсов социальных проектов «Мы – за здоровый образ жизни», «Скорая помощь с зеленым крестом», «Сохраним среду обитания – источник здоровья и познания» и др.

Изменение информационной структуры общества требует нового подхода к работе с детьми. Информационно-коммуникационные технологии становятся инструментом и для проведения мероприятий здоровьесберегающей направленности. В практике СЮН это компьютерные средства обучения, мультимедийные ресурсы, доступ к информации в глобальном масштабе, создание мультимедийных презентаций, видеоклипов, постеров и др.

Здоровьесберегающие технологии по созданию здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды современного образовательного учреждения способствуют у обучающихся на интеллектуальной, эмоционально-чувственной основе сознательно-научного, нравственно-эстетического отношения к своему организму и здоровому образу жизни, как компонентов экологической культуры личности, воспитывают у подрастающего поколения уважение к себе, уверенности в том, что здоровый образ жизни делает человека свободным и независимым, способным делать осознанный выбор во всем.

ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ И БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ДОШКОЛЬНИКОВ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

*Ефанова Е. А.,
учитель-дефектолог
МБДОУ детский сад «Детство» комбинированного вида –
детский сад № 23 «Фонтанчик» комбинированного вида,
г. Нижний Тагил*

От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. Здоровье детского населения в настоящее время оставляет желать лучшего. Ухудшение здоровья детей связано с экологическими проблемами, различными бытовыми факторами, химическими добавками в продукты питания, некачественной водой, накапливающимися раздражениями в обществе, связанные с неудовлетворительным экономическим положением. Это лишь некоторые факторы, отрицательно воздействующие на здоровье ребенка.

В настоящее время важной задачей, стоящей перед взрослыми, является охрана, сохранение и укрепление здоровья детей в процессе воспитания и обучения, а также формирование основ безопасного поведения в различных жизненных ситуациях.

Все мы – педагоги, родители, воспитатели – пытаемся ответить на вопрос: «Как обеспечить безопасность и здоровый образ жизни нашим детям?» Ребёнок попадает в различные жизненные ситуации, в которых он может просто растеряться. Поэтому важно, во-первых, дать детям необходимую сумму знаний об общепринятых человеком нормах поведения, во-вторых, научить адекватно, осознанно действовать в той или иной обстановке, помочь детям овладеть элементарными навыками поведения дома, на улице, в парке, в транспорте и, в-третьих, развить у детей самостоятельность и ответственность.

В соответствии с ФГТ образовательная область «Здоровье» направлена на достижение целей охраны здоровья детей и формирование основы культуры здоровья через решение следующих задач:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Содержание образовательной области «Безопасность» направлено на достижение целей формирования основ безопасности собственной жизнедеятельности и формирования предпосылок экологического сознания (безопасности окружающего мира) через решение следующих задач:

- формирование представлений об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них;
- приобщение к правилам безопасного для человека и окружающего мира природы поведения;
- передачу детям знаний о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства;
- формирование осторожного и осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям.

Значимость реализации образовательной области «Здоровье» для развития личности ребенка дошкольного возраста обусловлена ценностью здоровья и необходимостью освоения культуры здоровья с самого рождения.

Воспитание и образование в этих направлениях должно строиться на активности детей. Необходимо включать самого ребенка в заботу о здоровье, приобщать его к ценностям здорового образа жизни, формировать культуру здоровья и навыки безопасного поведения. Достижение ребенком в этих видах деятельности уровня самостоятельности ведёт к здоровому образу жизни.

Дети с задержкой психического развития иначе, чем их нормально-развивающиеся сверстники, воспринимают социальный мир и функционируют в нём: неадекватно, некритично, часто инфантильно. В связи с этим проблема формирования у этих детей культуры здорового образа жизни и безопасного поведения приобретает особую актуальность.

Формирование культуры здоровья и безопасного поведения – это целенаправленная, систематически спланированная работа во весь период пребывания ребенка в детском саду. Реализуя данное направление работы, мы разработали проект «Будь здоров, малыш».

Работа по этому проекту проводится с детьми с ограниченными возможностями здоровья в возрасте от 4 до 7 лет, постепенно расширяя и углубляя представления детей о здоровом и безопасном образе жизни.

Система работы ведётся в двух направлениях («Здоровье» и «Безопасность»), каждое из которых разделено на разделы («Я и мое тело», «Личная гигиена» и «Ребёнок дома», «Ребёнок и природа», «Здоровье и эмоциональное благополучие ребёнка», «Ребёнок на улицах города», «Ребёнок в общении с людьми») с учетом возрастных и психофизических особенностей детей с задержкой психического развития.

В соответствии с ФГТ вся работа построена с учетом интеграции образовательных областей. Совместная деятельность детей и взрослых содержит элементы экспериментальной, исследовательской деятельности, физкультурно-оздоровительные мероприятия (подвижные игры, массажи, пальчиковая и дыхательная гимнастики, гимнастика для глаз), беседы, рассматривание иллюстраций, развивающие игры, решение проблемных ситуаций, чтение художественной литературы, экскурсии и целевые прогулки и т. д. Материалы, используемые в работе, находят отражение во всех режимных моментах. В процессе работы у детей формируется осознанное отношение к укреплению своего здоровья и соблюдению правил безопасного поведения.

Важным моментом в работе по данному направлению является тесное взаимодействие с родителями. Вместе с ними мы создаем единые требования и формируем положительную мотивацию к сохранению и укреплению здоровья детей. Валеологические знания родителей повышаются через информационный стенд. Родители участвуют в создании различных выставок, тематика которых разнообразна.

В рамках проекта «Будь здоров, малыш» мы ведём выпуск одноимённой газеты, где родители и педагоги делятся своим опытом по проблеме здорового образа жизни. В газете ведутся постоянные рубрики:

– «Юридическая помощь». Ведёт рубрику заведующий детским садом № 23 *Романова Елена Афонасьевна*;

– «Детская комната», где методическую и психологическую помощь оказывают педагоги и специалисты нашего детского сада;

– «Красота и здоровье». Этот раздел ведут врач – педиатр, старшая медицинская сестра и младшие воспитатели нашего учреждения;

– «Приглашение к путешествию». Воспитатели совместно с детьми рассказывают об проведённых экскурсиях по родному городу. А родители пишут о поездках и путешествиях своей семьи;

– «Вести с занятий». Педагоги и специалисты детского сада знакомят родителей с различными разделами образовательной программы и успехами детей в различных образовательных областях.

В детском саду регулярно проводятся занятия по эвакуации детей из детского сада по различным причинам (пожар, выброс хлора...).

Ведутся различные тематические праздники и развлечения («Лесная аптека», «Светофорик в гостях у ребят», «Олимпийские игры» и др.).

Также для формирования представлений о здоровом образе жизни у дошкольников мы используем дидактические и сюжетно-ролевые игры. В сюжетно-ролевых играх «Больница», «Семья» формируем у дошкольников поведение, способствующее здоровому образу жизни, на основе представлений о значении для здоровья проветривания помещения, его влажной уборки, стирки белья, ограничения времени просмотра телевизора, использования для профилактики заболеваний закаливающих мероприятий, санитарно-гигиенических процедур, нелекарственных средств.

Работа по нашему проекту ещё не закончена, но уже даёт положительные результаты.

Дети: имеют представление о своём теле, соблюдают правила гигиены, по мере возможности могут заботиться о своём здоровье, знают правила безопасного поведения в различных жизненных ситуациях.

А родители являются активными участниками совместных развлечений, досугов, используют рекомендованные упражнения и игры в общении с ребенком дома. Повышение качества знаний по теме здоровья и безопасности у родителей и активное участие в образовательном процессе способствует формированию потребности к здоровому образу жизни всей семьи.

Формирование культуры здорового образа жизни и безопасного поведения у дошкольников с задержкой психического развития обеспечивает высокий уровень реального здоровья воспитанников и воспитание валеологической культуры, т. е. совокупность осознанного отношения к своему здоровью, знаний о здоровье и умение оберегать, сохранять и поддерживать его.

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭФФЕКТ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

*Жигулин С. И.,
учитель физической культуры МБОУ СОШ № 61,
г. Нижний Тагил*

«Лишь один из пяти российских первоклассников является полностью здоровым. По окончании школы полностью здоровыми оказываются вдвое меньше подростков, а хроническими заболеваниями страдают 70 процентов выпускников» – такие данные привёл летом 2011 года главный педиатр РФ академик РАМН Александр Баранов на 16-м Европейском Конгрессе по вопросам школьной и университетской медицины в Москве. Среди учащихся МБОУ СОШ № 61, по данным врача, в 2013–2014 учебном году к первой группе здоровья отнесены 17 %, ко второй (группа риска) – 66 %, к третьей (с функциональными отклонениями) – 15 % и к четвёртой (с хронической патологией) – 2 %.

Одним из важнейших средств улучшения здоровья являются физические упражнения, занятия которыми должны быть организованы в соответствии с организационно-методическими требованиями процесса физического воспитания. Основной формой занятий физическими упражнениями является урок физической культуры, который имеет ряд существенных преимуществ перед неурочными формами занятий.

При целесообразном подборе средств и методов физического воспитания возможно повысить оздоровительный эффект физической культуры. Для успешного решения задач оздоровительной составляющей физического воспитания общеобразовательной школы необходимо определить основные аспекты этого процесса, к которым может относиться профилактика неблагоприятных влияний учебной деятельности на организм учащихся и развитие физических качеств, составляющих основу здоровья.

Ещё в 1870 г. Р. Вихров отмечал более высокое распространение среди учащихся школ некоторых заболеваний, которые впоследствии получили название «школьных болезней». К основным из них можно отнести нарушения зрения и осанки, состояние эмоционального стресса.

Нарушение остроты зрения является одной из самых распространённых патологий у школьников и составляет, например, в нашей школе – 40 %. Профилактика близорукости в условиях проведения урока физической культуры имеет ряд преимуществ:

- большая площадь спортивного зала, снимающая естественное напряжение с мышц глаз;
- проведение уроков физической культуры на открытой спортивной площадке, имеющей те же преимущества;

– общий положительный эмоциональный фон занятий и смена деятельности учащихся.

Для решения проблемы профилактики нарушения зрения можно использовать специальные комплексы упражнений, по 3–4 упражнения в каждом, которые направлены на снятие напряжения с глазных мышц. Выполнять комплексы упражнений целесообразно в начале подготовительной части урока физической культуры, после выполнения вводного ритуала. Также возможно выполнение этих упражнений в комплексе ОРУ. Выполнение упражнений занимает 2–3 минуты и не имеет прямой зависимости от особенностей учебного материала, изучаемого на уроке физкультуры.

Ещё одной серьёзной проблемой неблагоприятных влияний учебной деятельности на организм школьника является патология опорно-двигательного аппарата, выраженная в основном, в нарушениях осанки. Это связано с несоблюдением параметров школьной мебели и длительным удержанием вынужденной позы в течение учебного дня.

По данным ряда авторов (Л. П. Матвеев, А. И. Киколов, Л. Бережков, А. Сухарев), до 40–50 % учащихся школ имеют нарушения осанки. Уроки физической культуры должны быть направлены на формирование правильной осанки школьника. В этой связи уроки физической культуры имеют все необходимые условия, а именно:

– обязательное выполнение общеразвивающих упражнений на каждом уроке;

– возможность использования фронтального метода организации занимающихся при выполнении упражнений для профилактики нарушений осанки;

– возможность осуществления целенаправленной работы по профилактике нарушений осанки;

– наличие необходимой материально-технической базы.

В МБОУ СОШ № 61 создана и сохранена одна из самых богатых в Дзержинском районе г. Н. Тагил материальная база для проведения гимнастических занятий. В неё входят брусья параллельные и разновысокие, перекладины высокая и низкая, канат, рукоход, акробатическая дорожка, гимнастические маты, конь и козёл для опорных прыжков, подкидной мостик. С помощью гимнастических упражнений совершенствуются функции всех органов человека, укрепляется весь организм человека, совершенствуется техника выполнения всех основных двигательных навыков.

За последние годы увеличилось психо-эмоциональное напряжение школьников, которое связано с повышающимися умственными нагрузками и сопровождающиеся ощущениями дискомфорта. Такое состояние принято называть «школьными стрессами» (Н. Смирнов, 2003). Одним из эффективных методов противостояния эмоциональному перенапряжению является выполнение на уроках физкультуры дыхательных упражнений, тем

более что выполнение их рекомендуется методическими особенностями проведения урока. Большим преимуществом для выполнения дыхательных упражнений для снятия эмоционального напряжения в условиях урока физической культуры является:

- относительная простота упражнений;
- возможность выполнения дыхательных упражнений фронтальным методом;
- независимость от особенностей образовательных задач урока физической культуры;
- вынужденная смена деятельности занимающихся с умственной на физическую;
- оздоровительный эффект дыхательных упражнений.

Анализ состояния здоровья школьников в МБОУ СОШ № 61 за 2012 год показал, что в 2012–2013 учебном году ситуация со здоровьем детей изменилась по некоторым параметрам. При незначительном сокращении контингента в 2012 году по сравнению с 2011 годом произошло снижение количества учащихся, относящихся к различным группам здоровья. Снизилось количество детей 1 группы здоровья на 1,3 % (140 чел. против 154 в 2011 г.), ко 2 группе здоровья относилось 561 человек в 2011 г., а в 2012 году – 546 (снижение на 0,8 %). За этот счет произошел рост учащихся 3 группы здоровья на 2,3 % (136 и 153 человек соответственно). Среди первоклассников 21 человек имеют дефекты речи, 10 человек – пониженное зрение и 13 человек – нарушение осанки. В сравнении с показателями 2011 года произошел рост количества детей с пониженным зрением, но снизился показатель количества детей с нарушением осанки. У выпускников 9 классов 25 человек имеют пониженное зрение, у 16 человек – нарушение осанки, сколиоз ни у кого не выявлен. В сравнении с показателями 2011 года произошло снижение количества детей с пониженным зрением, значительное снижение – с нарушением осанки и сколиозом.

Как видно из приведенного выше анализа, состояние здоровья учащихся не может не вызвать серьезную тревогу у взрослых. Свойственные растущему организму неполная сформированность тормозных процессов ЦНС, недостаточная функциональная зрелость зрительного аппарата, слабость мышечного корсета, незавершенность остеофикации позвоночника делает растущий организм наиболее восприимчивым к воздействиям школьных факторов. Среди многих факторов риска заслуживают внимание чрезмерные объемы образовательных нагрузок.

Многу выявлен значительный оздоровительный эффект уроков физической культуры. Если в 2011–2012 учебном году ученики пропускали по болезни в среднем 11, 2 дня учебных занятий в год, то в 2012–2013 – 8,6 (произошло сокращение показателя на 23, 2 %).

Таким образом, необходимо и дальше совершенствовать работу по укреплению и сохранению здоровья школьников за счёт оптимизации уроков физической культуры в сторону повышения его оздоровительного эффекта, исходя из имеющихся условий и средств, опыта и профессионализма и в первую очередь понимания необходимости активного участия в решении данной проблемы.

НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ ПО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ УЧАЩИХСЯ В МБОУ ДОД ДЮСАШ «РАЗВЕДЧИК»

*Жигулина Я. А.,
педагог-организатор МБОУ ДОД ДЮСАШ «Разведчик»,
г. Нижний Тагил*

Одной из главных задач современной системы дополнительного образования является «физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья» учащихся, поскольку состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее.

На формирование, укрепление и сохранение здоровья участников образовательного процесса влияют различные факторы: психолого-физиологические, социальные, организационно-педагогические. Только учитывая все эти составляющие, можно выстроить единую здоровьесберегающую и здоровьеформирующую среду образовательного учреждения.

В МБОУ ДОД ДЮСАШ «Разведчик» работа по здоровьесбережению учащихся всегда являлась одним из главных направлений деятельности, поскольку наше учреждение было изначально создано как квартальный клуб спортивной направленности. При этом отличие спортивного клуба по месту жительства от детско-юношеских школ олимпийского резерва и профессиональных спортивных объединений в том, что у нас нет предварительного отбора, мы работаем со всеми категориями детей. Специфика образовательной деятельности нашего учреждения как раз и заключается в предоставлении возможности приобщения к спорту тем детям и подросткам, которым по состоянию здоровья противопоказаны занятия профессиональным спортом. Занятия в наших спортивных объединениях, где они получают нагрузку с учётом индивидуальных особенностей и где от них не требуют обязательных высоких результатов, для таких учащихся являются порой единственной возможностью полноценного физического развития, а

кроме того, организуют и наполняют смыслом досуг детей и подростков с девиантным поведением.

На сегодняшний день в МБОУ ДОД ДЮСАШ «Разведчик» занимаются более двухсот учащихся, успешно действуют три спортивных объединения: «Хоккей», «Каратэ», «Шахматы», а также объединение «Хореография». Кроме того, в нашем учреждении реализуются две образовательные программы здоровьесберегающей и здоровьесформирующей направленности: программа «Хочу быть здоровым» и комплексная программа «Содружество», предлагающая модель взаимодействия в рамках ФГОС с общеобразовательной начальной школой.

Поскольку само понятие «здоровье» по сути своей триедино (по определению Всемирной организации Здравоохранения, здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия), то и работа по сохранению здоровья и формированию культуры здорового образа жизни ведётся педагогами спортивной школы по трём основным направлениям.



Спортивно-оздоровительное направление включает в себя:

- работу спортивных объединений «Хоккей», «Каратэ», «Шахматы» и объединения «Хореография»;
- реализацию образовательной программы «Хочу быть здоровым»;
- организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний;

Социально-педагогическое направление – это:

- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации образовательной деятельности;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- организация деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- организация просветительской работы с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганда здорового образа жизни в рамках реализации программы «Хочу быть здоровым» в разделах «Азбука здоровья» и «Кафе Я +» (тематические мероприятия, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учрежде-

ниями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма)

Культурно-досуговое направление реализуется через:

- приобщение к здоровому досугу;
- широкое привлечение учащихся, родителей к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы;
- проведение календарных праздничных мероприятий совместно с родителями;
- экскурсии, совместное проведение досуга участниками объединений и педагогами в каникулярное время.

Таким образом, вся деятельность МБОУ ДОД ДЮСАШ «Разведчик» нацелена на создание единой образовательно-развивающей, оздоровительно-воспитательной системы. Среди перспективных направлений нашей работы – более тесное сотрудничество с общеобразовательными учреждениями города и расширение содержания и форм работы с семьей, создание условий для активного участия родителей в организации развивающей досуговой деятельности. Но уже сейчас можно сделать выводы, что работа в этом направлении, безусловно, приводит к положительным результатам, среди которых можно выделить следующие:

1. Дети и подростки, занимающиеся в наших спортивных объединениях, по статистике меньше болеют в период эпидемий;
2. У учащихся, занимающихся в объединениях, по сравнению со сверстниками выше развита координация движений, что благотворно сказывается на общем физическом развитии.
3. Процесс социализации участников объединений проходит успешнее, после командных занятий дети становятся более коммуникабельными.
4. В 2012 году 2 ученика МБОУ СОШ № 1 им. Н. К. Крупской сняты с учёта в ОДН.

Кроме того, есть хорошая тенденция среди наших выпускников: часть из них продолжают заниматься спортом (в частности, играют в любительских хоккейных командах) даже по прошествии многих лет, а также приводят к нам в «Разведчик» своих детей, приобщая и их к занятиям спортом. И хотя педагоги спортивных объединений ДЮСАШ «Разведчик» не ставят в качестве основной цели добиться особых достижений от своих воспитанников, а стараются привлечь к занятиям спортом и ведению здорового образа жизни как можно больше обычных ребят, у нас есть результаты, которыми можно гордиться. Так, бывший воспитанник объединения «Хоккей» Денис Кузнецов – чемпион города и области по хоккею во II группе, а наш выпускник Дмитрий Юдин вошёл в состав молодёжной сборной России по хоккею и в основной состав СК Санкт-Петербурга.

Главный же результат своей работы педагоги МБОУ ДОД ДЮСАШ «Разведчик» видят в том, чтобы не только научить наших детей культуре

здоровья, но и сформировать у них потребность к ведению именно такого образа жизни. И здесь всем нам есть над чем работать.

ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

*Журавлева С. В.,
учитель-логопед МБОУ СОШ № 41,
г. Нижний Тагил*

Многолетняя работа логопедом в школе позволяет сделать вывод, что дети, приходящие в первый класс, с каждым годом обнаруживают все более серьезные пробелы в речевом, психосоматическом развитии. Дети мало говорят, речь аграмматична, проста по построению фразы, в устной речи редко встречаются прилагательные, часто используются одни и те же глаголы. В нашей школе обучаются дети с ограниченными возможностями, с задержкой психического развития, с общим недоразвитием речи. С данной группой учеников приходится работать не только по предупреждению нарушений письменной речи, но и по коррекции звукопроизношения, развитию артикуляционного аппарата, мелкой моторики, оптико-пространственных представлений, фонематического слуха и восприятия и т. д.

Самый благоприятный период для развития интеллектуальных и творческих способностей детей возраст от 3 до 9 лет. В это время кора больших полушарий головного мозга еще не сформирована окончательно. Именно в этот период необходимо развивать память, восприятие, мышление, внимание, речь ребенка.

Многие родители не осознают важности в развитии способностей, другие родители напротив стараются с младенчества обучать ребенка иностранным языкам, математике, информатике, не вникая в особенности возрастных норм психофизического развития своих детей. И в том, и в другом случае родители не понимают, что наносят вред своему ребенку. Так как недостаточное воспитание в дальнейшем приведет к задержке психического развития, а преждевременное обучение отрицательно влияет на развитие головного мозга, что в результате может привести к минимальной мозговой дисфункции (ММД), то есть один участок мозга развивается быстрее другого, в дальнейшем это приводит к:

- неусвояемости в обучении;
- плохой памяти;
- рассеянному вниманию;
- проблемам в эмоционально-волевой сфере.

Учеными давно подтверждена связь интеллектуального развития и пальцевой моторики. Уровень речевого развития находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений рук. Дети, уме-

ющие изолированно работать пальцами рук – говорящие дети. Если движения скованны, напряжены, пальцы сгибаются и разгибаются только вместе и не могут двигаться изолированно - это неговорящие дети.

Для того чтобы логопедическая работа приносила более быстрые и стойкие результаты, я регулярно использую в своей практике такие здоровьесберегающие технологии, как:

- кинезиологические техники;
- Су-Джок терапия;
- сухой бассейн.

Кинезиология – наука о развитии мозга через движение. Кинезиология помогает развивать:

- межполушарное взаимодействие;
- синхронизацию полушарий головного мозга;
- развитие мелкой моторики;
- развитие способностей;
- развитие мышления, памяти, внимания;
- преодоление дислексии, дисграфии;
- интеллект;
- пространственные представления.

Су-Джок терапия (кость, стопа) является высокоэффективным, безопасным, достаточно простым методом терапии, который помогает развивать:

- познавательные процессы;
- эмоционально-волевые процессы;
- нормализовать мышечный тонус;
- стимулировать речевые области головного мозга (зона Брока – произношение, зона Вернике – восприятие речи);
- воздействовать на биологически активные точки.

Применение Су-Джок терапии способствует созданию функциональной базы для перехода на более высокий уровень двигательной активности мышц и возможность для оптимальной речевой базы работы с ребенком, повышает физическую и умственную работоспособность.

Сухой бассейн способствует развитию таких умений и навыков, как:

- развитие тактильно-кинестической чувствительности и мелкой моторики;
- снятие мышечного тонуса;
- развитие активности;
- расширение словарного запаса;
- стабилизация эмоционального состояния;
- развитие творческих способностей;
- совершенствование зрительно-пространственных представлений;
- совершенствование навыков звуко-слового анализа и синтеза;

- развитие фонематического слуха и восприятия;
- освоение образа буквы;
- навыки чтения и письма.

Данные технологии положительно зарекомендовали себя на протяжении многих лет. Учащиеся с удовольствием выполняют задания и упражнения. Наблюдая за детьми, можно отметить, что данный вид деятельности вызывает положительные эмоции, ученики раскрепощаются. Даже тот ребенок, который не успешен в учебной деятельности в силу недостаточно сформированных умений и навыков, видит положительный результат своей работы на логопедических уроках. Все это ведет педагога к цели – научить ребенка учиться с удовольствием, умению преодолевать преграды.

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ НА УРОКАХ ФИЗИКИ

*Игошина Т. А,
учитель физикит МБОУ СОШ № 61,
г. Нижний Тагил*

Все мы родом из детства, и, наверное, каждый помнит годы своего ученичества, свои удачи и неудачи. За 10 лет учёбы я получила 3 двойки. И вот прошло 55 лет, как окончена школа, а я так и не узнала, почему за ответ по географии получила 2 (Примеры стрессовых ситуаций).

Организационные приёмы, формирующие здоровьесберегающую среду.

Одним из условий создания комфортных, а значит, положительно влияющих на здоровье условий считаем открытость контроля и знание учениками критериев оценки их деятельности, которые оговариваем при выполнении любой работы. Практика показывает, что даже самый искренний энтузиазм не выдерживает отсутствия оценивания.

Сказанное выше реализуем, применяя зачётную систему: в начале изучения каждой темы выдаём ученикам памятку: «Вопросы к зачёту», в памятке указаны не только вопросы, но и критерии оценки (примеры, слайд), знакомим с вариантами контрольных работ. Ученики знают график контрольных работ, имеют право выбора формы контроля: тест или письменная работа.

Перед уроком опроса вывожу на экран примерные вопросы под рубриками «Готов ли ты к уроку?», «Знаешь ли ты?», выписываю на доске фамилии тех, кто покажет решение домашних задач и будет отвечать, снижая уровень тревожности.

При выполнении работы ученикам предлагается оценить её, поставить самооценку. Таким образом, формируем адекватную самооценку.

Смещение акцента с приоритета содержания на приоритет освоения учащимися способов деятельности.

В современном информационном пространстве наши ученики «ловят» значимую информацию иногда быстрее, чем учителя, они с готовностью делятся своими «педагогическими открытиями» с учителями. Таким образом, учебный процесс превращается в истинно открытую систему, обеспечивая высокий уровень субъектности всем участникам педагогического процесса.

Этот подход реализуется при проведении уроков-семинаров, которые мы называем «Докладчик-Оппонент – Рецензент», метод – групповой проект, форма-семинар. Перед проведением семинара учитель проводит подробный инструктаж, останавливаясь больше на том, как должна быть организована деятельность группы, и знакомит с планом, в котором указаны темы докладов, критерии оценки (баллы) и источники информации (пример, слайд). На семинаре каждая группа выступает в роли докладчика, оппонента и рецензента. Например: первая группа – докладчик, вторая – оппонент, третья – рецензент, кто у кого оппонент и рецензент определяется на семинаре, поэтому каждая группа должна быть готова выступить оппонентом по любому докладу. Форма доклада предлагается учениками, а время выступления указывается. Интересно, что материал сообщений часто далеко выходит за рамки учебника.

После выступления оппоненты задают 3 вопроса, оценка которых зависит от их глубины: если вопрос связан со «слабым местом» доклада или проверяет понимание, т. е. соответствует роли, то 1 балл. Затем каждая группа имеет право задать 1 вопрос выступающим по любой теме семинара, пополнив, таким образом, свою копилку. Рецензенты дают оценку докладу и вопросам оппонентов. Последним выступает учитель, который на данном уроке выступает в роли тьютора, и даёт свою оценку. Все баллы фиксируются в «Листе оценки» (слайд), и группа получает свою оценку в баллах, которую делит пропорционально вложенному труду. Критерии максимальной оценки : доклад – 7 баллов, вопросы оппонента – 3 балла, вопросы группам – 4 балла, рецензия – 2 балла – эти оценки присутствуют всегда. Дополнительные баллы зависят от цели семинара. Например, если цель – обобщить знания по теме, то предлагается решить задачи. По окончании семинара провожу рефлекссию и предлагаю оценить деятельность учителя.

Рефлексия и анкетирование показывают, что на этих уроках снижается уровень тревожности, повышается самооценка, каждый чувствует себя комфортно, развиваются субъект-субъектные отношения. Однажды мой ученик принёс с городской научно-практической конференции учащихся

Грамоту за активное поведение на конференции, так как он всем задавал вопросы.

Определённые трудности испытывает учитель: требуется высокий уровень владения содержанием и умение перейти от роли учителя-наставника к роли организатора и сотрудника. Мы останавливаемся только на аспектах, связанных с темой конференции.

Такие уроки мы проводим в следующих случаях: обобщение знаний, изучение нового материала, решение нестандартных задач. Начинаем проводить семинары в 7-ом классе, во втором полугодии. Количество семинаров зависит от уровня подготовки и профиля класса. Мы считаем, что форму можно успешно применять в преподавании любых предметов.

Уроки физики, как и уроки образовательной области «Естествознание», играют большую роль в формировании культуры безопасности жизнедеятельности учащихся, начиная с поведения на воде и заканчивая радиобоей.

Мы привели некоторые примеры педагогического инструментария, применяемого для сбережения психического, в первую очередь, и физического здоровья учащихся.

РОЛЬ ПРОГРАММЫ «МОЯ РОДИНА – УРАЛ» В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ УЧАЩИХСЯ

*Казакова Л. С.,
педагог дополнительного образования
МБОУ ДОД ГорСЮН,
г. Нижний Тагил*

Важнейшим направлением работы образовательных учреждений страны сегодня является воспитание и образование подрастающего поколения, знающего и любящего свой родной край, свою страну. Но не менее важно, чтобы это поколение было еще и здоровым. Поэтому работа городской станции юннатов, всех детских объединений нашего учреждения направлена на формирование здорового образа жизни наших детей.

Современное общество, заботясь о знаниях своих детей в экономике, психологии, иностранных языках, упустило такой момент, что, не зная и не любя свою малую Родину, не понимая ценности края, его богатств, особенностей флоры, фауны – ребенок вырастает свободным от обязательств сохранять, а стремиться только приумножать. При чем, приумножать свои доходы, а не количество вымирающих растений, например, от которых зависит наша с вами жизнь.

Ребенок, не приученный жить с природой в единстве не бережет и свое здоровье. А значит лишает нашу Родину здорового поколения в будущем.

Особенность данной программы состоит в том, что она изначально ориентирована на изучение эколого-краеведческого и историко-культурного наследия нашей малой Родины – Урала, как части России. И на формирование здорового образа жизни средствами и методами, которые детям больше всего нравятся.

Важным средством реализации данной проблемы является краеведение, которое в системе учебно-образовательной и воспитательной работы будет основным фактором валеологического, экологического, нравственного, эстетического, исторического и социализирующего воспитания школьников среднего и старшего школьного звена. Оно помогает лучше понять закономерности взаимодействия человека и природы, помогает направить учащихся в область «самознания» и «саморазвития».

Кроме того, работа по данной программе способствует коммуникативному сближению и умению работать школьников в коллективе, сближает по интересам и делает более крепкими и эффективными детско-родительские отношения. А это тоже часть здоровьесбережения. Ведь находясь в гармонии и дружбе в понимании со своими родными и друзьями человеку легче выздоравливать, легче беречь свое здоровье.

Данная эколого-краеведческая программа дополнительного образования рассчитана на один год и представляет собой внеурочную деятельность для учащихся 5–11 классов, она построена с учетом интеграции содержания курсов: «Краеведение», «История Урала», «Биология», «Экология», «Зоология», «Этнография», «Эстетика», «География», «Социология» и др.

Программа составлена по просьбам и заявкам родителей, учащихся и педагогов города. Программа состоит из нескольких основных блоков, которые реализуются педагогами, в зависимости от их направлений деятельности, что обеспечивает разносторонность, широту и объективность знаний и умений, предлагаемых учащимся и гарантирует интерес к программе.

Особо хочется отметить формы работы по программе, которые на прямую влияют на формирование здорового образа жизни учащихся нашего города. Это тематические экскурсии, выходы на природу, экспедиции. Ребята, находясь в природе (сплав, поход, экспедиции) не только получают необходимые знания, но и получают заряд положительной энергии, правильно питаются, соблюдают режим и дышат чистым воздухом. Занятия, проводимые на природе лучше влияют и на психику детей.

Наша программа «Моя Родина – Урал» – это программа по формированию здорового образа жизни и экологически грамотной, самодостаточной и психически уравновешенной личности, знающей и любящей свою Родину.

КЛЮЧЕВАЯ РОЛЬ РОДИТЕЛЕЙ В ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ И МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

*Калинин А. А.,
учитель физической культуры МБОУ СОШ № 30,
г. Нижний Тагил*

На сегодняшний день очевидным является то, что малоподвижный образ жизни влечет за собой проблемы физического развития дошкольников и первоклассников. Современные дети уверенно вступили в новую эпоху – эру современных технологий. Всё больше и больше времени они уделяют тому, чтобы угнаться за развитием современных технологий. И всё меньше и меньше времени у них остается на занятия подвижными видами спорта. Интерес к виртуальному миру затягивает их с такой силой, что на спорт и активный образ жизни, не то что не остается времени, а и вовсе к нему пропадает интерес [Аратюнина, Ливинская 2011]. Поступая в образовательное учреждение, большая часть первоклассников демонстрируют низкий уровень физического развития и нежелание полноценно заниматься физическими упражнениями. Дети часто жалуются на физическое недомогание и на быструю усталость уже через несколько минут после начала занятия физической культурой. Они стараются при любой возможности не заниматься и вести себя пассивно.

Конечно же, школьный учитель физической культуры находится в трудной ситуации. С одной стороны – это новые требования к педагогической теории и практике в области подготовки подрастающего поколения к жизни и труду в условиях создания здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении. С другой стороны – это нарастающее падение интереса школьников к занятиям физической культурой. Понятно, что учитель физкультуры должен развивать у учащихся потребность самостоятельно заниматься физической культурой, организовывая для них разнообразную спортивную деятельность. Однако занятия физической культурой на школьных уроках позволяют лишь поддерживать нормальное физическое состояние, но не улучшают физическое развитие учащихся. Результативной эта деятельность будет тогда, когда родители будущих школьников поймут значимость их личного участия в организации жизненного пространства их детей, а именно спортивной деятельности их собственного ребенка. Конечно, лучше всего, если родители сами активно занимаются физическими упражнениями или спортом и поэтому являются авторитетом в глазах ребенка. Гораздо труднее, если этого нет.

Определенно важно, если родители смотивированы на организацию спортивной деятельности своего ребенка и организуют эту деятельность с

раннего детства. Мотивы выбора видов спорта или физических упражнений могут быть разными. Например, это: укрепление здоровья, исправление недостатков физического развития; повышение функциональных возможностей организма; подготовка к будущей профессиональной деятельности, овладение жизненно необходимыми умениями и навыками; активный отдых; достижение наивысших спортивных результатов.

В современном обществе, особенно у жителей городов, нет другого средства повысить двигательную активность, кроме физической культуры и спорта. Поэтому все виды массового спорта, которые связаны с активной двигательной деятельностью, призваны способствовать нормальному функционированию основных систем организма, совершенствовать эту деятельность и создавать предпосылки для поддержания и укрепления здоровья.

Родителям важно понимать, что в школе с их детьми, на занятиях по физической культуре, проводится большая работа по совершенствованию физических способностей учащихся. Поэтому ребенок, в какой то, мере уже должен приходить в школу с минимальными навыками владения собственным телом. В идеале это уже сформированные навыки через организованную в семье спортивную деятельность ребенка. Системные занятия спортом дают дошкольнику необходимую базу умений и навыков, которую он успешно применяет на занятиях физической культуры в школе. Подготовленному ребенку не будет надобности избегать школьных уроков физкультуры или негативно относиться к ней. Посещение дошкольниками спортивных секций является одним из основных условий формирования ценностно-смысловых мотивационных установок на занятия физической культурой в школе.

Однако появляется другая проблема – значительный отсев детей на начальных этапах посещения спортивных секций. Специалисты одной из основных причин этого явления называют отсутствие профессионального поведения родителей в отношениях с детьми-спортсменами [Кузьменко 2008].

Многие родители считают достаточным привести своего ребенка в ту или иную спортивную секцию. Они перекалывают долю собственной ответственности на другого, так как связывают свои ожидания в отношении качественного физического развития их детей с работой спортивного тренера. Это распространенная и типичная ошибка. Роль родителя в процессе сопровождения спортивной деятельности ребенка должна быть постоянной и грамотно организованной. Прежде всего, она должна нести конструктивную составляющую, обеспечивающую оптимальную зону психологической поддержки. Родителям нужно быть готовым к значительным переменам в собственной жизни. Во-первых, при выборе спортивной секции для своего ребенка надо начинать с анализа собственных ценностных ориентаций, родительских установок и ожиданий в отношении физическо-

го развития своего ребенка. Во-вторых, если ребенок посещает спортивную секцию, то его родителям следует понимать важность профессионального понимания данного вида спорта. Необходимо заранее разобраться в правилах соревнований и терминологии вида спорта. Адекватность суждений и профессиональное понимание спорта родителями является залогом уважительного отношения к ним детей. В-третьих, родители должны быть готовы, что как минимум третья часть личного времени будет посвящена спортивной деятельности ребенка. Родители должны быть готовы к тому, что им не только придется присутствовать на тренировках и соревнованиях, но и часами слушать о достижениях их собственных детей. Ребенок растет, и все вокруг него должно совершенствоваться: педагогические подходы, информация, отношения, качественная и количественная сторона деятельности. В процессе спортивной деятельности ребенок проигрывает собственный жизненный сценарий. Какие у ребенка создаются впечатления от организованного тренировочного процесса – от этого будет зависеть дальнейшая направленность его личных ориентаций, мыслей, суждений, и как результат – его реальное нахождение в этом виде спорта. Исходя из этого, от родителей требуется профессиональное понимание, оценка и организация деятельности.

В этом случае очевидным является тесное взаимодействие родителей с тренерами и учителями физической культуры. Реальная заинтересованность родителя в организации сопровождения спортивной деятельности ребенка выступает основой для выстраивания работоспособного партнерства между ним, ребенком, тренером, учителем физической культуры.

Таким образом, рассматривая проблему низкой физической подготовленностью дошкольников и младших школьников к занятиям физической культурой в школе, очевидным ее решением определяется ключевая роль родителей. Современные технологии, интерес к виртуальному миру не должны заменять детям реального расширения двигательного опыта, которые ему дает организованная спортивная деятельность. Каждому родителю необходимо понимать что, прежде всего, необходимо воспитать здорового, физически развитого, психологически и социально адаптированного ребенка. Успех на этом пути зависит от позиции самих родителей дошкольников и младших школьников, от их готовности принимать реальное участие в организации спортивной деятельности их детей.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аратюнина, Г. П. Влияние компьютера на здоровье школьника / Г. П. Аратюнина, О. А. Ливинская // Псковский регионологический журнал. – 2011. – № 12. – С. 144–150.
2. Кузьменко, Г. А. Психолого-педагогические основы спортивной подготовки детей 9–12 лет / Г. А. Кузьменко. – М. : Изд-во Советский спорт, 2008 – 268 с.

СОСТОЯНИЕ И ОЦЕНКА ОТНОШЕНИЯ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА НИЖНИЙ ТАГИЛ К ПОСТАНОВКЕ ФИЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ (ПО МАТЕРИАЛАМ СОЦИОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ)

*Касаткина Г. М.,
канд. пед. наук, доцент,
директор МБОУ «ИМЦ по ФКиС»,
г. Нижний Тагил*

Современной России в демографическом плане присуща ярко выраженная негативная тенденция, которая характеризуется одновременным снижением рождаемости и ростом смертности, снижением уровня жизни и благосостояния населения.

В связи с этим идея комплексной оценки и мониторинга состояния здоровья, формирования здорового образа жизни среди разных групп населения и разработки стабильно функционирующего механизма оздоровления должна стать ключевой общенациональной идеей, которая определяет перспективы развития страны и сохранения нации.

С целью исследования состояния и оценки отношения населения города Нижний Тагил к постановке физкультурно-оздоровительной работы нами было проведено социологическое исследование. В исследовании принимали участие пять возрастных групп в возрасте от 13 лет и старше 51-летнего возраста. Всего в ходе исследования было опрошено свыше 1500 тагильчан.

Проведенный анализ состояния отношения населения города к постановке физкультурно-оздоровительной работы выявил серьезные проблемы развития массовой физической культуры и спорта. В частности, в отношении оценки своего здоровья выявлено от возраста к возрасту увеличивающееся число женской половины населения, которые вообще затруднились оценить свое здоровье или считающие свой уровень здоровья только удовлетворительным. Так, например, у девочек в возрасте до 13 лет таких людей 62 %, у женщин от 26 до 50 лет – 66,7 %, а у женщин старше 51 года – 71,7 %. У мужской половины населения в разных возрастных категориях самооценка здоровья примерно одинаковая – разброс по признаку «удовлетворительное здоровье» от 32,7 % до 36,4 %, а по признаку «затрудняюсь ответить» – от 27,2 % до 28,9 %.

Показатели самооценки здоровья в совокупности с другими показателями позволяют прогнозировать поведение детей, подростков и учащейся молодежи в случае формирования групп риска. Поэтому самооценка и в качестве мотивационной детерминанты поведения относительно факторов,

способствующих или угрожающих здоровью, и в качестве показателя здоровья требует пристального внимания и анализа.

Одной из основных задач данного исследования является получение социологической информации, характеризующей уровень и формы физической активности всех исследуемых нами возрастных категорий тагильчан.

Что касается знаний показателей, характеризующих уровень собственного физического состояния и знаний показателей, характеризующих уровень собственной физической подготовленности, то здесь результаты получились примерно одинаковыми во всех возрастных группах: примерно третья часть опрошенных знают эти показатели, еще одна треть тагильчан – не знают и знают приблизительно от 30,2 % (женщины в возрасте старше 51 года) до 36,7 % (женщины от 18 до 25 лет).

Причинами, повышающими интерес к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью, прежде всего, является современно оборудованная спортивная база: это отметили абсолютно все возрастные группы как среди мужской половины населения, так и среди женской: разброс от 21,2 % до 23,7 %. На втором месте – возможность выбора вида спорта, на третьем – улучшенное качество занятий.

Анализ форм физической активности, которые предпочитают тагильчане, позволяет сделать вывод, что для формирования здорового образа жизни, развития массовой физической культуры в нашем городе основное внимание необходимо уделить пропаганде активного отдыха (ходьба на лыжах, игры, плавание, прогулки и т. п.). Именно эту форму физической активности предпочли девочки до 13 лет (27,5 %), девушки от 14 до 17 лет (22,3 %), женщины от 26 до 50 лет (23,3 %), женщины старше 51 года (23,5 %), а также мужчины старше 51 года (22,2 %). Во всех других возрастных диапазонах мужской половины населения в качестве приоритетов выбраны секционные занятия по виду спорта – от 21,4 % до 22,8 %.

Физическая активность должна рассматриваться как главная сфера формирования физической культуры личности. Формирование физической активности детей, подростков и учащейся молодежи как специфического вида их жизни и деятельности должно осуществляться на основе выявления и учета закономерностей влияния социально-педагогических факторов.

На вопрос анкеты «Пользуетесь ли Вы платными физкультурно-спортивными услугами 47,4 % населения нашего города ответили утвердительно. Из этого числа 51,7 % – женская половина тагильчан.

Характеристика видов платных услуг, которые могли бы быть востребованными населением, позволяют сделать вывод, что наиболее популярным является плавание в бассейне. Здесь проявилось единодушие во всех возрастных диапазонах (разброс показателя от 15,9 % до 18,9 %). На вто-

ром месте массаж, на третьем – посещение сауны. Кроме того, выявлена необходимость в прокате спортивного инвентаря и оборудования, а также в консультациях специалистов по вопросам здоровья, здорового образа жизни и организации физкультурно-спортивной деятельности. Полученные по этому вопросу сведения свидетельствуют о том, что необходимо изыскивать пути доступности имеющихся в городе бассейнов для всех категорий тагильчан (детей, подростков, учащейся молодежи, взрослого населения, людей пенсионного возраста) и создание консультационной службы по вопросам здорового образа жизни и занятий физической культурой и спортом.

На вопрос анкеты, связанный с оценкой по 5-балльной шкале о соответствии собственного стиля жизни здоровому образу жизни, ответы распределились следующим образом. Самые «плохие» показатели отмечены у женщин старше 51 года. Они оценили себя в 2,9 балла. Самый высокий балл имеют дети в возрасте до 13 лет – мальчики – 4,0, девочки – 3,9. В остальных возрастных диапазонах этот показатель колеблется от 3,2 до 3,6 балла. В целом по городу средний результат у мужчин 3,7 балла, у женщин – 3,4 балла.

Следует отметить, что проведенное нами социологическое исследование не исчерпывает всех сложных вопросов оздоровления населения, приобщения их к здоровому образу жизни, а лишь акцентирует внимание на социальные и педагогические аспекты. Тем не менее, в нем декларируются четыре основные идеи:

1) научное обоснование подходов к формированию национальной, региональной и муниципальной политики в сфере оздоровления различных слоев населения, приобщения их к физической культуре и здоровому образу жизни;

2) сбор комплексной научной информации;

3) установление творческих контактов исследователей и практических работников в области физического воспитания, оздоровления, приобщения к здоровому образу жизни детей, подростков, учащейся молодежи и взрослого населения нашего города;

4) поиск путей совершенствования программ по физической культуре и спорту для детей, подростков, учащейся молодежи и взрослого населения.

В практическом плане очень важно обосновать методические подходы для совершенствования учебно-воспитательного процесса, прежде всего, в общеобразовательных учреждениях всех типов на основе использования данных проведенного социологического исследования. Следует отметить, что в результате нами была получена информация, характеризующая оценку своего здоровья, затраты свободного времени на физкультурно-спортивную деятельность, особенности физической активности, поведенческие установки, соответствие собственного стиля жизни здоровому об-

разу жизни и пр. Она отражает постановку преподавания физической культуры в школах, ссузах и вузах, содержательность внеурочных форм физкультурно-оздоровительных занятий, наличие возможностей заниматься различными видами спорта и пр.

В то же время, исследование показало, что значительная часть тагильчан не имеет сформированной потребности в физической активности. Разработка и совершенствование программ по физическому воспитанию могут быть обеспечены на основе анализа объективных показателей, характеризующих уровень физической активности различных слоев населения нашего города.

Прогнозирование физической активности, состояния здоровья, формирования здорового образа жизни среди различных возрастных групп населения нашего города следует считать важнейшей функцией управления физкультурным образованием, так как прогноз представляет собой научно обоснованную оценку поведения какой-либо системы или объекта в будущем. Это – своего рода информация, полученная путем экстраполяции существующих закономерностей на будущий период времени.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ РАЗВИВАЮЩАЯ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННАЯ СРЕДА ДОУ В СООТВЕТСТВИИ С ФГОС ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

*Комарова Н. А.,
старший воспитатель МБДОУ детский сад «Детство»
детский сад № 198,
г. Нижний Тагил*

В Российской Федерации происходит модернизация системы образования с целью повышения качества образования, его доступности, с целью поддержки и развития таланта каждого ребенка, сохранения его здоровья. В настоящее время для большинства уровней и ступеней образования, установлены федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС). Для дошкольного образования ФГОС вступает в законную силу с 1 января 2014 года.

ФГОС дошкольного образования представляет собой совокупность трех групп требований: к структуре основной общеобразовательной программы (Программа), условиям реализации Программы, включающим требования к психолого-педагогическим, кадровым, финансовым условиям и к предметно-пространственной среде; к результатам освоения Программы, представленным в виде целевых ориентиров дошкольного образования

При разработке ФГОС учтены: индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, а так же возможности освоения ребенком Программы на разных этапах ее реализации.

ФГОС преследует следующие цели:

- 1) повышение социального статуса дошкольного образования;
- 2) обеспечение государством равенства возможностей для каждого ребенка в получении качественного дошкольного образования;
- 3) обеспечение государственных гарантий уровня и качества дошкольного образования на основе единства обязательных требований к условиям реализации образовательных программ дошкольного образования, их структуре и результатам их освоения;
- 4) сохранение единства образовательного пространства Российской Федерации относительно уровня дошкольного образования.

Приоритетными задачами, выделенными в ФГОС являются задачи:

- охраны и укрепления физического и психического здоровья детей,
- создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями,
- формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств.

ФГОС определяет 5 направлений развития и образования детей:

социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие, художественно-эстетическое развитие; физическое развитие.

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Все мы знаем, что полноценное и всестороннее развитие и воспитание невозможно без правильно организованной и достаточной для детей дошкольного возраста двигательной активности, которая оказывает огромное влияние на состояние здоровья и физическое развитие детей.

Двигательная активность ребенка часто обусловлена предложенным ему двигательным режимом, который состоит из организованной и самостоятельной деятельности. При разработке рационального двигательного режима в детском саду важно не только обеспечить удовлетворение биологической потребности детей в двигательной активности, но и предусмотреть, чтобы она соответствовала их двигательному опыту, интересам, желаниям и функциональным возможностям детского организма.

Для этого необходимо иметь правильно подобранное физкультурное оборудование, которое является составной частью общей предметно-пространственной среды детского сада.

Во время использования физкультурного оборудования могут создаваться вариативные и усложненные условия для выполнения различных физических упражнений. Например, дети, преодолевая полосу препятствий, состоящую из разных модулей, совершают множество движений: ходьба и бег по наклонному буму, ползание по гимнастической скамейке, подлезание под дуги. При этом дети проявляют ловкость, выносливость, быстроту реакции, а также смелость, решительность и находчивость.

Самостоятельная двигательная активность детей определяется наличием конкретных знаний о разных способах выполнения упражнений с использованием физкультурного оборудования. Важно, чтобы в процессе обучения детей движениям пособия способствовали более быстрому их освоению.

Во время участия детей в коллективных играх с элементами спорта, а также в спортивных упражнениях создается особая обстановка, требующая от детей умения согласованно решать задачи двигательного характера, подчиняться определенным правилам, использовать хорошо знакомые движения в соответствии с игровыми ситуациями, а также самостоятельно находить разные способы выполнения задания.

При рациональном подборе и размещении физкультурного оборудования создаются благоприятные условия для развертывания разнообразной самостоятельной двигательной активности детей. Дошкольники могут выбирать интересные и доступные для себя движения с различными пособиями, которые помогут творчески решать двигательные задачи, комфортно ощущать себя в пространстве среди различных предметов и регулировать свою двигательную активность.

Участие детей в подготовке пособий к разным видам здоровьесберегающей деятельности формирует у них навыки аккуратного и бережного обращения.

Все это способствует достижению планируемых итоговых результатов освоения основной общеобразовательной программы, т. е. формированию интегративных качеств у выпускника детского сада.

В соответствии с целевыми ориентирами ФГОС дошкольного образования выпускник детского сада проявляет самостоятельность в разных ви-

дах деятельности, у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

Какие же требования должны соблюдаться при подборе физического оборудования для того чтобы достичь, определенный в ФГОС планируемый результат?

Подбор оборудования определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. В детском саду необходимо иметь достаточное количество физкультурного оборудования для обеспечения детей благоприятным уровнем двигательной активности в процессе разных форм физического воспитания дошкольников. Многообразие оборудования и пособий дает возможность продуктивно его использовать в разных видах занятий по физической культуре, при этом создавая их вариативное содержание для развития произвольности движений детей, их самостоятельности и творческих замыслов.

Необходимо, чтобы оборудование (размеры, габариты и вес предметов) соответствовало возрастным особенностям детей и их антропометрическим показателям. Количество оборудования определяется из расчета активного участия всех детей в процессе разных форм двигательной активности. Габариты и вес переносного оборудования должны быть соразмеряемы с возможностями детей.

Одним из важных требований к отбору оборудования является обеспечение безопасности детей при его использовании. Каждое пособие должно быть устойчивое и прочное. С целью обеспечения страховки, предотвращения травматизма у детей во время занятий по физической культуре необходимо иметь хорошие крепления и гимнастические маты.

Материалы, из которых изготовлено оборудование, должны отвечать гигиеническим требованиям, быть экологически чистыми и прочными.

Разнообразие форм, цвета физкультурного оборудования должно способствовать воспитанию художественного вкуса у детей.

Целесообразно комплектовать оборудование в соответствии с разными видами движений, физических упражнений, подвижных и спортивных игр. С помощью оборудования и пособий должно обеспечиваться правильное выполнение разнообразных комплексов физических упражнений, а также целенаправленное формирование различных физических качеств (ловкости, гибкости, силы, выносливости, скоростных и скоростно-силовых качеств).

Наличие в комплектах разнообразного оборудования обусловлено спецификой построения и содержания разных видов занятий по физической культуре (утренняя гимнастика, корректирующая гимнастика после дневного сна, занятие по физической культуре, игры и упражнения на воздухе и в помещении, физкультурные досуги и праздники).

МЕТОДЫ ВЫЯВЛЕНИЯ ДИНАМИКИ ПРОЦЕССА ФОРМИРОВАНИЯ ЗОЖ УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

*Коньшина М. А.,
учитель начальных классов МБОУ СОШ № 30,
г. Нижний Тагил*

Изучение проблем детского здоровья, в том числе и эффективности формирования представлений о нем у самих учащихся в наше время приобретает особую актуальность. Одним из вариантов оценивания результативности работы учителя по формированию здорового образа (ЗОЖ) является метод анкетирования [Апанасенко 1993]. Для проведения исследования были выбраны учащиеся начальной школы в количестве 25 человек. В исследуемом нами классе построение учебного процесса осуществлялось с учетом не только взрослых, но и индивидуальных морфофункциональных и психофизических особенностей учащихся. Обучение строилось в соответствии с научно-обоснованным режимом дня, который нашел отражение в расписании учебных занятий [Актуальные проблемы валеологии в образовании 1998]. Воспитательный процесс в исследованном классе осуществлялся благодаря использованию релаксационных приемов и упражнений, с учетом сведений о состоянии здоровья учащихся, благодаря предупреждению перегрузки школьников, воспитанию культуры общения, культуры умственного труда, созданию условий для самовыражения и самореализации личности, формированию и развитию мотивации учения, использованию разнообразных видов учебной деятельности, формированию системы знаний о ЗОЖ, созданию оптимальных гигиенических условий [Долинский 1997].

Для выявления динамики процесса формирования ЗОЖ младших школьников исследуемого класса были использованы следующие анкеты: на тему «Я и мое здоровье», «Расти здоровым» и оценка особенностей жизнедеятельности учащихся. Оценка проводилась методом наблюдения за состоянием их здоровья. Так, в исследуемом классе практически все учащиеся (96 %) занимаются на уроке физкультуры с полной отдачей. Это говорит о том, что большинство учащихся класса прилагают все усилия, направленные на совершенствование организма, чтобы укрепить свое здоровье. Их усилия имеют положительные результаты: 58 % учащихся не беспокоят часто болезни, лишь у 19 % иногда болит голова, 65 % учащихся не имеют пропусков занятий по болезням (рис. 1).

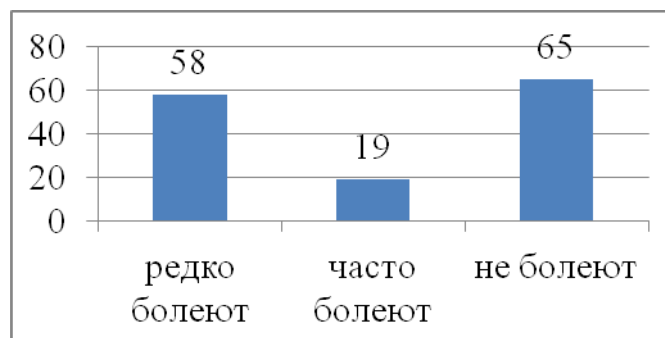


Рис. 1. Оценка особенностей жизнедеятельности учащихся 3 А класса

Анализ полученной данных и оценка особенностей жизнедеятельности учащихся в их совокупности позволила нам выделить 3 уровня соответствия индивидуального стиля ЗОЖ (рис. 2).

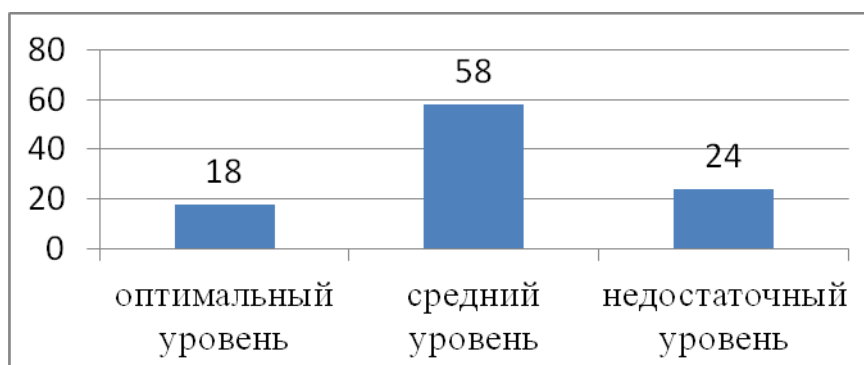


Рис. 2 Уровень соответствия индивидуального стиля ЗОЖ

Оптимальный уровень соответствия отражает творческий характер использования основных положений ЗОЖ в индивидуальной жизнедеятельности. Личностью освоен основной спектр самосовершенствования и способов саморегуляции. Неукоснительно соблюдаются гигиенические предписания в отношении режима дня, организации питания, использование средств профилактики. Свободное время благоприятствует развитию личности за счет включения в его структуру разнообразных видов деятельности. К этому уровню относятся 18 % учащихся класса.

Средний уровень соответствия. В повседневной жизнедеятельности личность склонна придерживаться ведущих принципов ЗОЖ, но реализует их не всегда последовательно. Установка на самосовершенствование присутствует, но возможны затруднения в выборе адекватных средств в составлении программы. Позитивные привычки доминируют, осознаются негативные и ведется работа по их устранению. Этому уровню принадлежит 58 % учащихся.

Недостаточный уровень соответствия. Личность не руководствуется в повседневной жизнедеятельности нормами и требованиями ЗОЖ. Отдельные привычки, проявления и склонности соответствуют ЗОЖ, но сознательно они не формируются. В свободное время велика доля пассивных

видов отдыха. К этому уровню относится 24 % учащихся исследуемого класса.

Таким образом, проследив динамику процесса формирования ЗОЖ учащихся класса при помощи анализа выше приведенных результатов анкетирования, а также при помощи распределения учащихся по выделенным нами уровням, можно сделать следующие выводы: создание здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды в исследуемом нами классе способствовала улучшению общего состояния здоровья детей.

Результаты исследования уровня соответствия индивидуального стиля учащихся класса ЗОЖ свидетельствует о возросшем количестве детей, придерживающихся ведущих принципов ЗОЖ (режим, дня, рациональное питание, оптимальный двигательный режим и др.). Позитивные привычки доминируют у большинства учащихся класса, осознаются негативные и ведется работа по их устранению.

Осознание детьми ценности здоровья явилось стимулом осознания личной потребности в здоровье и увеличения стремления следовать основным принципам ЗОЖ. Результаты исследования уровня развития мотивации свидетельствует о возросшем количестве детей, осознающих личную и общественную значимость ЗОЖ и уверенных в его необходимости. Теперь большая часть учащихся класса приписывает ответственность за отклонение от норм ЗОЖ только самим себе, а не своим родителям, врачам или окружающей среде.

Проанализировав полученные результаты, можно сделать следующие выводы: валеологизация учебного процесса учащихся класса показала положительные результаты по формированию у детей ЗОЖ, привела к переоценке детьми своего образа жизни в связи с изменением их представлений о ЗОЖ, о значении ведения ЗОЖ для сохранения и укрепления их здоровья.

ЛИТЕРАТУРА

1. Актуальные проблемы валеологии в образовании : Материалы I съезда валеологов. – М., 1998.
2. Апанасенко, Г. А. Охрана здоровья здоровых: некоторые проблемы теории и практики/ Г. А. Апанасенко // Валеология: Диагностика, средства и практика обеспечения здоровья. – СПб., 1993. – С. 49–60.
3. Баевский, Р. М. Донозологическая диагностика в оценке состояния здоровья / Р. М. Баевский, А. П. Берсенева // Валеология: Диагностика, средства и практика обеспечения здоровья. – СПб., 1993. – С. 33–48.
4. Долинский, Г. К. К понятийному аппарату валеопсихологии / Г. К. Долинский // Здоровье и образование. Педагогические проблемы валеологии. – СПб., 1997.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ УЧАСТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В РАМКАХ УРОЧНОЙ И ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС

*Красман Е. В.,
учитель начальных классов I квал. категории
МБОУ СОШ № 36,
г. Нижний Тагил*

Задача здоровьесберегающей педагогики в свете внедрения ФГОС – обеспечить выпускнику школы высокий уровень здоровья, сформировать культуру здоровья, обучить методам здоровьесбережения и здоровьесформирования. «Здоровьесберегающие образовательные технологии – это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся» [Смирнов 2002].

Следует отметить, что все здоровьесберегающие технологии, применяемые в учебно-воспитательном процессе, можно разделить на 3 основные группы: технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса; технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников; разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках.

Рассмотрим технологии оптимальной организации учебного процесса на примере урока «Математика» во 2 классе. В кабинете для занятий начальной школы грамотно подобрана цветовая гамма, которая способствует нормализации эмоционального состояния, высота парт регулируется в соответствии с ростом учащихся, проведена цветовая маркировка мебели. В течение учебного года не менее трёх раз меняется расположение посадочных мест для каждого ученика, трижды в течение учебного года меняется и зрительное поле ученика, что является профилактикой сохранения зрения. В классе соблюдается воздушно-тепловой режим, организован питьевой режим. Силами родителей в конце каждой четверти организуется генеральная уборка.

Пожалуй, одним из важнейших аспектов здоровьесберегающего урока является психологический комфорт обучающихся. С этой целью в начале урока можно использовать методы эмоциональной раскочки. Доброжелательная обстановка на уроке, спокойная беседа, внимание к каждому высказыванию, позитивная реакция учителя на желание ученика выразить свою точку зрения, тактичное исправление допущенных ошибок, поощрение к самостоятельной мыслительной деятельности, уместный юмор – необходимые составляющие здоровьесберегающего урока, в процессе кото-

рого не возникает эмоционального дискомфорта даже в том случае, когда ученик с чем-то не справился, что-то не смог выполнить. Одним из важных моментов в воспитании психологически здоровой личности является создание на уроке ситуации успеха для всех учащихся, для чего используется работа в парах, где более сильный ученик помогает слабому, а также разноуровневые задания, соответствующие интеллектуальному развитию обучающихся.

Следует заметить, что в обстановке психологического комфорта и эмоциональной приподнятости работоспособность класса заметно повышается, что в конечном итоге приводит и к более качественному усвоению знаний, и, как следствие, к более высоким результатам. Мои уроки строятся в соответствии с динамикой внимания обучающихся, с учётом времени для каждого задания, что сопровождается чередованием видов работ во избежание усталости обучающихся.

Ежедневно для удовлетворения двигательной потребности обучающихся в процессе организации учебного процесса проводятся физкультминутки примерно через 10–15 минут от начала урока или с развитием умственного утомления. Так, например, ребята могут закрыть глаза и носом написать в воздухе название термина, изучаемого на уроке.

Важно обеспечить на уроке состояние покоя посредством снятия напряжения, чему способствуют ролевые игры, танцы, пение, диалоги с героями сказок, игры-пантомимы, подвижные игры.

Элементы здоровьесберегающих технологий, направленных на расширение зрительно-пространственной активности, были разработаны В. Ф. Базарным и Л. П. Уфимцевой. Например, на листе ватмана размером 1 на 2 м изображены какие-либо цветные фигуры (овал, восьмёрка, волна, спираль) или причудливо перекрещенные линии разных цветов толщиной 1 см. Плакат размещается выше уровня глаз в любом удобном месте (над доской, на боковой стене) – дети начинают «пробегать» глазами по заданному направлению (обязательно стоя) по просьбе учителя.

В содержание предметного материала мною включаются задачи, примеры, упражнения на валеологическую тематику. Например: у учащихся вторых классов был медицинский осмотр. Зубной врач определил у 16 учеников 2А класса больные зубы, а у 2Б – 7 человек. На сколько больше больных зубов у учеников 2-а класса, чем у учеников 2Б? ($16 - 7 = 9$). Нервная система нуждается в периодическом отдыхе. Лучший отдых – это сон. Взрослому достаточно 7 часов для отдыха, а вот ребенку – на 3 часа больше. Сколько достаточно для отдыха ребенку, чтобы выспаться? ($7 - 3 = 4$). В среднем человек за свои 70 лет съедает не меньше 40 тонн продуктов, а вот воды выпивает 75 тонн. На сколько тонн выпивает больше воды, чем употребляет продуктов? ($75 - 40 = 35$).

С целью психологической разгрузки на уроке использую упражнение «Кнопки мозга», «Круги Дэннисона», «Прочисти мозги» «Путешествие на облачке». ; дыхательную гимнастику – дыхательной гимнастикой нужно заниматься всем: она очень полезна для здоровья, снимает усталость, бодрит, повышает жизненный тонус, улучшает настроение и даже выводит из депрессии: например, упражнение «Гармошка» – стоя, ноги на ширине плеч, руки перед грудью, соединить кисти рук вертикально. 1 – 2 – 3 – 4 – медленный вдох ртом и носом одновременно, руки медленно разводить, 5 – 6 – резкий выдох, руки соединить, «Играем на гармошке»; мимическую гимнастику для лица, включая элементы массажа.

Внимание обучающихся позволяют тренировать следующие игровые моменты: учитель показывает пальцами числа, класс хором называет число. Положение рук и пальцев меняется. *Расстановка чисел в определённом порядке*: расставьте числа каждого ряда в порядке возрастания: 41, 23, 75, 49, 51, 19, 83, 91.

Учителя начальной школы используют интерактивные формы обучения (интерактивные игры «Карусель», «Ручеёк», «Школа разведки»), во время которых проявляется 3 вида активности: познавательная, социальная и физическая. Организуется такая работа по-разному: места размещаются так, чтобы ученики могли видеть лица друг друга или ученики работают стоя. Такая работа в какой-то мере помогает решить одно из условий организации здоровьесберегающего обучения – избежать длительного сидения за партой, обеспечивает психологический комфорт.

Считаю, что внедрение в практику работы элементов здоровьесберегающих технологий позволяет сделать учебный процесс для ребёнка более комфортным, повышает эффективность обучения, а главное – сохраняет здоровье наших детей.

ЛИТЕРАТУРА

1. Андреева, И. Г. Сохранение и укрепление здоровья школьников – актуальное направление развития содержания образования на этапе инновационного становления России / И. Г. Андреева // Стандарты и мониторинг – 2011. – № 3. – С. 15–19.
2. Антипова, Л. П. Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе / Л. П. Антипова // Начальная школа. – 2011. – № 8. – С. 106–108.
3. Базарный, В. Ф. Здоровье и развитие ребенка: экспресс-контроль в школе и дома / В. Ф. Базарный. – М. : АРКТИ, 2005. – 176 с.
4. Будаева, Н. А. Здоровьесберегающий подход к организации обучения в начальной школе / Н. А. Будаева // Начальная школа плюс До и После. – 2011. – № 3. – С. 32–36.
5. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе / Н. К. Смирнов. – М. : АПК и ПРО, 2002. – 62 с.

ОРГАНИЗАЦИЯ УРОКОВ МАТЕМАТИКИ В УСЛОВИЯХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ОБУЧЕНИЯ

*Красноярова С. В.,
учитель математики МБОУ СОШ № 30,
г. Нижний Тагил*

Математика – один из наиболее трудных предметов в школе, требующий от учеников концентрации внимания и напряжения сил в течение всего урока. Чтобы организация уроков математики выполняла условия здоровьесберегающего обучения, она должна обеспечивать: включение в цели урока элементов оздоровительной направленности, как в организации, так и в содержании.

В организации урока с точки зрения здоровьесбережения, выделяют три основных этапа урока (табл. 1), которые характеризуются:

- продолжительностью;
- объемом нагрузки;
- характерными видами деятельности.

Таблица 1.

Интенсивность умственной деятельности учащихся в ходе урока

Этап урока	Время	Нагрузка	Деятельность
1-й этап – вводный (организационный момент, зарядка, вводная)	5 мин.	Относительно невелика	Репродуктивная, переходящая в продуктивную. Повторение
2-й этап – основной	20–25 мин.	Максимальная работоспособность. Снижение на 15-й мин.	Продуктивная, творческая. Знакомство с новым материалом
3-й этап – заключительный (актуализация пройденного материала)	10–15 мин.	Небольшое повышение работоспособности	Репродуктивная. Отработка узловых моментов пройденного материала

Поэтому при планировании учебного занятия нужно учитывать эффективность усвоения знаний и работоспособность учащихся в течение всего урока. Организационный момент начала урока связан с эмоциональным настроением учащихся на урок. Положительные эмоции облегчают усвоение материала, что в свою очередь уменьшает утомление, стимулирует высшую нервную деятельность школьника, улучшает психологический климат в классе, предупреждает невротические реакции детей, особенно классов выравнивания. Кроме того, в течение урока необходимо:

- стимулировать внешнюю мотивацию обучающихся, например, самостоятельность;

- стимулировать внутреннюю мотивацию, например, больше узнать, получить удовольствие от новых знаний;
- поддерживать у учащихся веру в собственные силы для достижения желаемых результатов в учебе;
- создавать ситуацию успеха на уроке (постоянно поощрять интеллектуальные успехи учащихся)

Ученик способен сосредоточиться лишь на том, что ему интересно, нравится, поэтому задача учителя – помочь ученику преодолеть усталость, уныние, неудовлетворенность. Ведь часто мы слышим от своих учеников: «Мне тогда все понятно, когда интересно». Значит, ребенку должно быть интересно на уроке. Недовлетворенность 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 [Амосов, Смирнов 2003].

Большинству учащихся нелегко дается математика, поэтому необходимо проводить работу по профилактике стрессов. Хорошие результаты дает работа в парах, в группах, как на местах, так и у доски, где ведомый, более «слабый» ученик, по изучаемой теме, чувствует поддержку товарища, у которого процесс усвоения проходит успешнее. 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.

Содержание предметной составляющей урока математики может также нести в себе здоровьесберегающий и здоровьесформирующий посыл. Например, через решение задач, содержание которых непосредственно связаны с понятиями «знание своего тела», «гигиена тела», «правильное питание», «здоровый образ жизни», «безопасное поведение на дорогах» [Задачи по ЗОЖ].

Так, в 7 классе при решении задач составлением уравнений можно рассмотреть следующую задачу: «В поясничном, крестцовом и копчиковом отделах позвоночника позвонков поровну. В грудном отделе их на семь больше, чем в поясничном, а в шейном отделе – на пять меньше, чем в грудном. Сколько позвонков в каждом отделе позвоночника, если всего их 32?» При изучении системы уравнений первой степени можно коснуться темы правильного питания, решая следующую задачу: одно из чисел на 0,3 больше другого. 60 % большего числа на 0,03 больше, чем 70 % мень-

шего числа. Найдите эти числа и узнайте, какова суточная потребность организма в витаминах B_1 и B_2 в миллиграммах и т. п.

Обеспечение на уроке оптимального темпо-ритма, правильного соотношения между темпом и информационной плотностью, с обязательным учетом физического состояния и настроения учащихся так же является необходимым условием для организации уроков математики в условиях здоровьесберегающего обучения. Важно помнить, что главные причины, вызывающие утомление учащихся на уроке:

- профессиональные ошибки и низкий уровень компетенции учителей;
- перегруженность школьных учебных программ, интенсификация учебного процесса;
- левополушарный перекося содержания учебных программ и методов преподавания;
- переполненность классов (более 20 человек), затрудняющая индивидуализацию учебно-воспитательного процесса;
- несоблюдение санитарно-гигиенических условий в классах и школе;
- нарушение организационно-педагогических требований к проведению образовательного процесса.

Устранить утомление можно, если оптимизировать физическую, умственную и эмоциональную активность. Для этого учащимся следует активно отдохнуть, переключиться на другие виды деятельности, использовать всевозможные средства восстановления работоспособности [Смирнов 2003].

Таким образом, создание на уроках математики здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды должно быть обязательным и требует определенных усилий со стороны педагога. Это правильно выстроенная структура урока, грамотно подобранные виды деятельности обучающихся, включение в предметное содержание элементов формирующих культуру здоровья, приемы поддержания психологического комфорта на уроке, создание ситуаций успеха.

ЛИТЕРАТУРА

1. Амосов, М. В. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя школы / М. В. Амосов, Н. К. Смирнов. – М. : АРКТИ, 2003. – 24 с.
2. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы / Н. К. Смирнов. – М. : АРКТИ, 2003. – 45 с.
3. Задачи по ЗОЖ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://karmanform.ucoz.ru>

ФОРМИРОВАНИЕ У УЧАЩИХСЯ ПОТРЕБНОСТИ В ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ ЧЕРЕЗ ТЕХНОЛОГИЮ ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*Кузнецова М. Н.,
учитель физики МБОУ СОШ № 30,
г. Нижний Тагил*

Здоровье – неоценимое счастье в жизни каждого человека и человеческого общества. Широкое международное признание получило определение здоровья, данное Всемирной организацией здравоохранения: «Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов». Здоровье человека – важный показатель его личного успеха.

Именно поэтому очень важно пробудить в детях желание заботиться о своем здоровье, основанное на их заинтересованности в учебе.

Школа в соответствии с Программой развития создает и развивает здоровьесберегающую и здоровьесформирующую среду, культуру здоровья и пропагандирует здоровый образ жизни. Проводится огромное число мероприятий, акций, декадников с привлечением различных специалистов, но чаще всего большей части школьников отводится не особо активная, а чаще всего пассивная роль слушателя; может, поэтому детям это не всегда интересно. Привить ребёнку навыки здорового образа жизни насильно невозможно: он должен не только хотеть быть здоровым, но и понимать, что для этого надо делать, а главное, хотеть это делать.

Помочь учителю в работе с подростками по реализации самостоятельного выбора по сохранению и укреплению здоровья может метод проектов, применяемый в образовательной деятельности.

Благодаря проектной деятельности возможен охват широкого комплекса общеобразовательных и общекультурных проблем в формировании здорового образа жизни школьников. В основе метода проектов лежит развитие познавательных навыков учащихся, умений самостоятельно конструировать свои знания, ориентироваться в информационном пространстве, развитие критического и творческого мышления, умение увидеть, сформулировать и решить проблему. Иными словами, проект – это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологии), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом. Метод проектов всегда предполагает решение какой-то проблемы. Решение проблемы предусматривает, с одной стороны, использование совокупности разнообразных методов, средств обучения, а с другой, – необходимость интегри-

рования знаний, умений; применять знания из различных областей науки, техники, технологии, творческих областей.

Физика, с ее явлениями и законами, действующими в мире живой и неживой природы, имеет весьма важное значение для жизни и деятельности человеческого организма и создания естественных оптимальных условий существования человека на Земле, т. к. человек – элемент физического мира природы. На него, как и на все объекты природы, распространяются законы физики, например, законы Ньютона, закон сохранения и превращения энергии и другие.

Конечно же, физика не тот предмет, где изучают комплекс физических упражнений, способствующих укреплению здоровья, но и уроки физики могут воспитывать в ребенке сознание великой ценности здоровья, стремление его хранить и укреплять.

Наш первый опыт написания проекта по физике по здоровьесбережению назывался «Влияние давления школьных сумок на позвоночник детей школьного возраста». Главная идея проекта – активизация здоровьесберегающей деятельности обучающихся. При работе над проектом учащиеся научились: выявлять и формулировать проблемы здоровья, проводить их анализ и находить пути решения, работать с информацией и применять ее для решения поставленных задач.

В своей исследовательской деятельности учащиеся использовали такие методы, как опрос, анкетирование, мониторинг, анализ медицинского осмотра.

Данный проект способствовал более глубокому осмыслению не только вопросов изучения и сохранения здоровья, но и знакомству учащихся с основами педагогики, психологии, а также стимулировал их к освоению новых программ и программных продуктов, к использованию новейших информационных и коммуникационных технологий.

В самом начале работы над проектом был проведен опрос учащихся с 1 по 11 класс «Знают ли они, какой должна быть школьная сумка с точки зрения здоровьесбережения?» Только 5 % учащихся, от числа опрашиваемых, смогли правильно дать ответ. После презентации проекта «Влияние давления школьных сумок на позвоночник детей школьного возраста» на школьной научно-практической конференции, где присутствовали учащиеся школы с 5–11 класс, уже 25 % школьников знают признаки «хорошего» портфеля и 12 % учащихся готовы применить полученные знания при выборе школьной сумки перед началом нового учебного года.

Данная работа была представлена на городской научно-практической конференции «Юные интеллектуалы Среднего Урала» в феврале 2013 года, где она заняла второе место, а в марте этого же года жюри областной научно-практической конференции по здоровьесбережению «Молодежь в меняющемся мире», высоко оценив проект, рекомендовало продолжить

работу по проекту в направлении разработки моделей школьных сумок для учащихся и молодежи, соответствующих всем нормам.

Целесообразность подобной деятельности очевидна. Использование проектного метода в учебной деятельности формирует у учащихся потребность в здоровьесбережении. Чем больше необходимых и полезных знаний получают учащиеся, тем выше будет их потребность в сохранении своего здоровья для себя и будущих поколений.

Это подтверждает и народная мудрость: «Если человека часто подбадривать, он приобретает уверенность в себе; если человек живёт с чувством безопасности, он учится верить другим; если человеку удаётся достичь желаемого, он укрепляется в надежде; если человек живёт в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным, он учится находить в этом мире любовь».

СОВРЕМЕННЫЕ ФОРМЫ МЕЖВЕДОМСТВЕННОЙ ИНТЕГРАЦИИ В ПРОФИЛАКТИКЕ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

*Кузнецова М. Н.,
заместитель директора по правовому воспитанию
МБОУ СОШ № 30,
Г. Нижний Тагил*

В МБОУ СОШ № 30 в декабре 2012 года был открыт Центр здоровья «Твой выбор». Одним из направлений работы Центра является профилактика употребления несовершеннолетними психоактивных веществ, распространения ВИЧ – инфекции в молодежной среде, пропаганда здорового образа жизни. Вся работа основывается на реализации долгосрочных муниципальных программ.

Образовательное учреждение с целью повышения эффективности межведомственного взаимодействия и обмена опытом работы сотрудничает с различными субъектами профилактики города Нижний Тагил, такими как: территориальная комиссия по делам несовершеннолетних Ленинского района города Нижний Тагил, отдел по делам несовершеннолетних отдела полиции № 16 ММУ МВД «Нижнетагильское», врачебно-физкультурный диспансер, ГБУЗ Свердловской области «Областной центр по профилактике и борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями», наркологический диспансер ГУЗ СО Психиатрическая больница № 7, Нижнетагильский межрайонный отдел Управления Федеральной службы по контролю за оборотом наркотиков и др.

Взаимодействие осуществляется на основании подписанных договоров о сотрудничестве, совместных планов работы и через различные формы.

С целью информирования несовершеннолетних о негативном влиянии ПАВ на организм ребенка в образовательном учреждении проводятся профилактические лекции, беседы, занятия с элементами тренингов, показом видеороликов, видеофильмов с участием специалистов городской системы профилактики.

Проводится информационно-просветительская работа сотрудниками ОП № 16, наркологического диспансера с родителями по следующим темам: «Закон и порядок», «Стили семейного воспитания», «Трудности подросткового возраста», «Тестирование на ПАВ».

Один раз в четверть в ОУ проводится работа по организации единых Дней пропаганды здорового образа жизни «Здоровым быть модно» с привлечением специалистов субъектов профилактики.

С целью обеспечения координации и повышения эффективности действий по профилактике асоциального поведения несовершеннолетних ежегодно проводятся межведомственные профилактические операции «Подросток – игла», «Подросток», «Подросток – ночь», «Подросток – лето», «Подросток – семья».

С участием начальника ОДН ОП № 16 Е. Г. Старостиной, врача наркологического диспансера Шестаковой Е. Н., сотрудника УФСКН Е. И. Пологовой были организованы и проведены информационные совещания с педагогами, на которых обсуждались вопросы организации и совершенствования профилактической работы в образовательных учреждениях:

- «Организация и проведение тестирования обучающихся 7–11 классов общеобразовательных учреждений на выявление случаев употребления ПАВ;
- «Организация работы в рамках муниципальной программы “Профилактика наркомании, токсикомании, пьянства и табакокурения на территории города Нижний Тагил (2011–2013 гг.)”»;
- «Социально-правовая поддержка детей из асоциальных семей. Административная ответственность родителей за ненадлежащее исполнение родительских обязанностей».

В рамках Муниципальной комплексной программы «Комплексные меры по ограничению распространения ВИЧ-инфекции и заболеваний, передаваемых половым путём на территории города Нижний Тагил (2011–2013 гг.)» была организована работа выставки «Знать. Помнить. Жить» для учащихся и их родителей.

С целью повышения правовой грамотности учащихся и их родителей проводятся Дни правовой помощи детям. Специалисты избирательной комиссии Ленинского района, нижнетагильского центра занятости населения, управления социальной политики по Ленинскому району, отдела военного комиссариата по городу Нижний Тагил проводят встречи с учащимися по темам: «Трудоустройство», «Моя конвенция», «Ответственность за употребление ПАВ», «О правах и обязанностях учеников», «Если Вас интересует юридическая профессия». Ежемесячно инспектор по делам несовершеннолетних проводит прием граждан, проживающих в микрорайоне ВМЗ.

Еще одно направление профилактической работы школы – организация мероприятий, направленных на поддержание психического, социального и духовно-нравственного здоровья молодого поколения. В этом направлении школа тесно сотрудничает с центром социально-психологической помощи подросткам и молодежи при МУК Городской дворец молодежи.

Школа и избирательная комиссия Ленинского района уже 4 год совместно организует торжественную выдачу паспортов учащимся, достигшим 14-летия.

С целью профилактики зависимого поведения и повышения правовой культуры учащихся школы широко используются возможности:

- детского самоуправления в классах, что является одним из факторов социализации подростков, помогает включению ребят, состоящих на различных учетах в значимую деятельность, выработке у них активной жизненной позиции;

- родительского потенциала;

- объединений дополнительного образования, спортивных секций и кружков школы и Ленинского района, которые могут способствовать занятости учащихся в свободное время.

Реализация проектов в работе ОУ, планирование и организация воспитательного процесса, с использованием современных личностно-ориентированных педагогических технологий, включающих моделирование реальных социально-правовых процессов, ролевые и деловые игры позволила получить положительный результат деятельности школы по профилактике зависимого поведения учащихся, результатом чего стало, отсутствие на протяжении многих лет обучающихся школы, замеченных в употреблении ПАВ.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

*Лобанова Е. В.,
учитель физической культуры
МБОУ СОШ № 23 им. Ю. И. Батухтина
г. Нижний Тагил*

Нет человека, который не хотел бы быть здоровым. Здоровье – бесценно для каждого из нас. В последнее время наблюдается ухудшение здоровья в целом у всего населения страны. Но особо остро встаёт вопрос о здоровье учащихся. Вместе с неблагоприятными социальными и экологическими факторами, школа оказывает отрицательное влияние на здоровье детей.

Цель современной школы – подготовка детей к жизни. Каждый школьник должен получить за время учебы знания, которые ему пригодятся в дальнейшем, но при этом не потерять здоровье.

Исследования последних лет показывают, что около 25–30 % детей, приходящих в 1 классы, имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья. За период обучения в школе число здоровых детей уменьшается в 4 раза. Таким образом, задача учителя физической культуры – сохранить и укрепить здоровье подрастающего поколения. Физическая культура – единственный предмет в школе, который выполняет именно эти задачи. Внедрения здоровьесберегающих технологий будут защищать здоровье учащихся от воздействия негативных факторов, в первую очередь связанных с образовательным процессом.

Для учителя очень важно правильно организовать урок. Основные современные требования к уроку с комплексом здоровьесберегающих технологий: – рациональная плотность урока должна составлять не менее 60 % и не более 75–80 %; – в содержательной части урока должны быть включены вопросы, связанные со здоровьем учащихся, способствующие формированию у обучающихся ценностей здорового образа жизни и потребностей в нем; – количество видов учебной деятельности должно быть 4–7, а их смена осуществляться через 7–10 мин.; – в урок необходимо включать виды деятельности, способствующие развитию памяти, логического мышления.

Для подготовки и проведения урока, отвечающего всем вышеперечисленным требованиям, необходима профессиональная компетентность учителя в вопросах здоровьесберегающих образовательных технологий, в связи с чем возникает необходимость в дополнительном повышении квалификации учителей любой специальности и работающих с разным контингентом обучающихся.

Группы здоровьесберегающих технологий, применяемых в системе образования, в которых используется разный подход к охране здоровья, а соответственно, и разные методы и формы работы: Медико-гигиенические технологии; Экологические здоровьесберегающие технологии; Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности; Физкультурно-оздоровительные технологии; Здоровьесберегающие образовательные технологии. У школы есть ресурсы для помощи своим воспитанникам в сохранении здоровья. Это и учебно-воспитательные программы, и внеклассная работа, и воздействие через родителей учащихся, и т. д. Но одним из самых значимых ресурсов должно стать наличие современного школьного стадиона. И заметьте, не спортивной площадки, а школьного стадиона.

Одна из здоровьесберегающих технологий: уроки на свежем воздухе. Уроки на открытом воздухе в холодную погоду повышают выносливость и способствуют хорошему настроению. Так что, если за окном не морознее –

15, – марш на улицу! Городу нужно задуматься над строительством и реконструкцией школьных стадионов.

Футбольное поле, гимнастический городок, баскетбольная площадка, трибуны для зрителей – на просторном стадионе можно будет проводить не только уроки физкультуры, но даже небольшие соревнования.

В нашем образовательном учреждении активно реализуются уроки физической культуры на открытом воздухе. Данное направление позволяет задействовать в учебном процессе детей любой группы здоровья. Дети с нарушениями здоровья могут заниматься спортивной ходьбой, участвовать в подвижных играх. В связи с этим функциональная польза здоровья ребёнка гораздо ощутимее, чем от сдачи нормативов в ограниченном пространстве спортивного зала.

Площадки с резиновым покрытием для игровых видов спорта – футбола, волейбола, баскетбола, беговая дорожка, ограждение. *Все должно быть красиво, ярко, функционально и безопасно.* Такие спортивные площадки будут востребованы не только учениками, но и жителями соседних домов. *Многие из них даже не думают заниматься спортом. Но когда под окнами появится такой стадион для занятий физкультурой и спортом многие, придут к здоровому образу жизни.*

ЛИТЕРАТУРА

1. Агишева, Т. И. Здоровье современных подростков и здоровьесберегающие технологии в школе [Электронный ресурс] / Т. И. Агишева. – Режим доступа: <http://www.allbest.ru/dip>

2. Дыхан, Л. Б. Теория и практика здоровьесберегающей деятельности в школе / Л. Б. Дыхан. – Ростов-н/Д. : Феникс, 2009. (Библиотека учителя).

3. Науменко, Ю. В. Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности. Методические рекомендации для педагогов и руководителей общеобразовательных учреждений / Ю. В. Науменко. – М. : Издательство «Глобус», 2009. (Управление школой).

4. Павлова, М. А. Формирование эффективной модели здоровьесберегающего учреждения : Материалы к педагогическим советам по данным института возрастной физиологии РАО / М. А. Павлова. – Саратов, 2006.

5. Южаков, М. Здоровьесберегающие технологии в условиях предпрофессионального образования / М. Южаков // Знание – власть. – 2006. – № 30.

ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ СРЕДА КЛУБА ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА «КОНТАКТ» КАК МЕХАНИЗМ ПРОФИЛАКТИКИ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ И ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ ПОДРОСТКОВ

*Лобанова Г. В.,
педагог дополнительного образования
МБОУ ДОД ДЮЦ «Радуга»,
г. Нижний Тагил*

Подростковый возраст – это пора достижений, стремительного наращивания знаний, умений, становления нравственности и открытия «Я», обретение новой социальной позиции. Но не следует забывать, что это также возраст потерь детского мироощущения, более беззаботного и безответственного образа жизни, пора мучительно-тревожных сомнений в себе и своих возможностях, поиске правды в себе и других. Все эти прекрасные и мучительные переживания уже не ребенка, но еще не взрослого требуют от педагога умения понимать чувства подростка. Биологические или социокультурные факторы – условия, благоприятствующие (или затрудняющие) прохождение этой фазы развития личности. Физическая ослабленность, черты характера, затрудняющие общение, эмоциональная незрелость или неблагоприятные семейные отношения – все это факторы риска, наличие которых делает этот трудный возраст еще более трудным.

В нашем структурном подразделении решаются практические задачи психопрофилактики среды, в частности создание такого психологического климата, который бы помогал социальной адаптации подростка. Одно из направлений профилактики отклоняющего поведения и аномального развития личности ребенка – создание оптимальных условий общения подростка, родителей и педагога.

Десять лет у нас работает клуб общения подростков «Созвездие друзей». Одна из главных особенностей подросткового возраста – повышенный интерес к общению со сверстниками, ориентация по выбору групповых норм и ценностей. Общение со сверстниками является важным каналом социализации подростка, в совместных играх, мероприятиях и других формах общения у подростка вырабатываются и опробуются навыки социального взаимодействия, умение подчиняться коллективу, умение завоевывать авторитет и занять желаемый статус. В группе сверстников более эффективно отрабатывается самооценка подростка, если ребенок склонен отвергать критику взрослых, то мнением сверстников о себе он дорожит.

Педагог всегда прогнозирует результат деятельности ребенка и создает среду успешности мероприятия, дела. Знание подростковых увлечений не только помогает лучше понять своеобразие внутреннего мира и пережива-

ний, но может служить мостом для налаживания взаимоотношений между подростками и взрослыми и служить основой тактичного, незаметного управления поведением, которое не будет вызывать неадекватной реакции. Наличие достаточно сформированных познавательных возможностей, общение со сверстниками, умение сопоставлять мнение других людей о качествах собственной личности и достижения в конкретных видах деятельности приводит к тому, что важнейшим содержанием психического развития подростка становится развитие его самосознания.

Общаясь с подростками, мы выяснили, что упрямство, негативизм, обидчивость, или агрессия ребенка является прежде всего эмоциональными реакциями на неуверенность в себе, поэтому взрослым необходимо щадить самолюбие подростка, уметь вовремя понять его душевное состояние и прийти на помощь, иначе на смену приходящим отрицательным переживаниям придут и упрочатся отрицательные качества личности и формы поведения.

Сегодняшний подросток – завтрашний полноправный гражданин своей страны, и это вынуждает более пристально и внимательно вглядываться, изучать, понимать подростка.

Важным содержанием самосознания подростка является образ его физического «Я» – представление о его физическом телесном облике, сравнение и оценка себя с точки зрения эталонов мужественности и женственности. Не случайно среди подростковых хобби совершенствование своего внешнего вида, осанки, фигуры занимают одно из центральных мест. Мальчики начинают заниматься различными видами спорта, причем главную привлекательность этих занятий составляет возможность укрепления своей физической силы, приобретение мужественного облика. С этой же целью современные девочки увлекаются ритмической гимнастикой, танцами – эталон привлекательной молодой женщины требует таких качеств, как стройность, спортивность, раскованность.

В структурном подразделении «Контакт» работает тренажерный зал, он вполне соответствует запросам детей, по вечерам встает вопрос, как вместить всех желающих. Наши атлеты – участники городских соревнований по армлеслингу, атлетизму.

Создан танцевальный коллектив «Фейерверк», в нем занимаются более 50 детей, которые являются призерами районных, городских конкурсов и Всесоюзного конкурса «Золотой петушок».

Большой популярностью пользуется объединение «Стиль», в котором девочки конструируют и шьют одежду, учатся украшать свои наряды. Опытный педагог помогает каждой найти свой собственный стиль. Демонстрация моделей одежды дает уверенность в своих силах, помогает подростку реализовать свои таланты, завоевать уважение сверстников и в будущем сделать правильный выбор профессии.

Объединение «Лиана» декоративно прикладной направленности помогает формировать у детей художественный вкус, учит видеть и понимать прекрасное в окружающей нас жизни и создавать его своими руками.

Педагогический коллектив нашего учреждения стремится к тому, чтобы каждый ребенок, переступивший порог клуба, смог реализовать и раскрыть свои творческие способности, научиться жить, уважая себя и окружающих, нравиться себе, уметь себя контролировать, стать достойным гражданином Родины.

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

*Люлина А. А.,
воспитатель МБДОУ детский сад «Детство»
комбинированного вида
детский сад № 112 «Солнышко»,
г. Нижний Тагил*

*«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя.
От жизнерадостности, бодрости детей зависит
их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие,
прочность знаний, вера в свои силы»
В. А. Сухомлинский*

По Уставу Всемирной Организации Здравоохранения, здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия.

В нашей стране с каждым годом растёт процент детей дошкольного возраста имеющих отклонения в здоровье. Это связано с множеством факторов современной жизни: непростые социально-экономические условия, экология, массовое распространение алкоголизма, курения, наркомании. А ведь от состояния здоровья человека зависит благополучие общества в целом, поэтому проблема формирования представлений у детей о здоровом образе жизни является актуальной в современном обществе.

Здоровье человека закладывается в детстве и, согласно данным научных исследований, оно обуславливается на 50 % – образом жизни, на 20 % – наследственностью, ещё на 20 % – состоянием окружающей среды и примерно на 10 % – возможностями медицины и здравоохранения. Важное место в сохранении здоровья занимает физическая культура и спорт. В связи с этим дошкольное учреждение и семья призваны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы. Именно в семье, в детском образовательном учреждении ре-

бенку должны помочь, как можно раньше понять ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить ребёнка самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье.

Здоровый образ жизни – это не только способ организации всех сторон жизнедеятельности, направленных на укрепление здоровья и выполнения общепринятых норм и правил здорового образа жизни. Но и формирование осознанного отношения к собственному здоровью. Основы здорового образа жизни у детей дошкольного возраста определяются наличием знаний и представлений об элементах здорового образа жизни, и умением реализовывать их в поведении и деятельности доступными для ребёнка способами.

Для каждой возрастной группы в процессе формирования здорового образа жизни ставятся свои задачи.

В младшей группе:

1. Формировать представление о себе как об отдельном человеке; знакомить со способами заботы о себе и окружающем мире.
2. Знакомить с правилами выполнения физических упражнений.
3. Рассказывать о правилах поведения на улице.
4. Рассказывать о правилах поведения за столом.
5. Рассказывать об опасных предметах в квартире и группе.

В средней группе:

1. Продолжать знакомить с внешними частями тела; учить ценить своё тело; знать основные правила заботы о нём.
2. Продолжать формировать устойчивую привычку к режиму двигательной активности; рассказать о здоровье; познакомить с профилактикой заболеваний.
3. Рассказывать о правилах гигиены.
4. Рассказывать о правилах дорожного движения.
5. Рассказывать о правилах первой помощи при травмах.

В старшей группе:

1. Расширять знания ребёнка о себе.
2. Учить бережно, относиться к своему организму, осознавать назначение отдельных органов; тренироваться, заниматься гимнастикой.
3. Знакомить с разными видами закаливания, дыхательной гимнастикой.
4. Формировать систему представлений о культуре быта человека.
5. Рассказывать о правилах личной безопасности и в разных жизненных ситуациях.

В подготовительной группе:

1. Формировать положительную оценку и образ себя.

2. Рассказывать о способах бережного отношения к своему телу, о неприятностях, которые подстерегают человека, не выполняющего правила безопасности.

3. Развивать стойкую привычку к спорту и физической культуре.

4. Уточнять и систематизировать знания детей о полезной и вредной пище.

5. Рассказывать об основных правилах безопасности поведения на улице и в помещениях.

Реализация данных задач по формированию здорового образа жизни в условиях детского сада осуществляется через занятия, режим дня, игру, прогулку, самостоятельную и индивидуальную деятельность.

Важную роль в формировании здорового образа жизни, играет семья. Ведь только в комплексе взаимодействия детского сада и семьи можно добиваться высоких результатов. Для этого необходимо использовать интерактивные формы работы с родителями: практикумы, круглые столы, родительские гостиные, индивидуальные консультации, устные журналы, встречи со специалистами. На таких мероприятиях родители не только получают теоретический материал, но и приобретают практические навыки по проведению с детьми работы по здоровому образу жизни (например, гимнастика для глаз, разновидности закаливания, оздоравливающий массаж, сеанс точечного массажа, ароматерапия). А также проведение различных праздников и спортивных состязаний совместно с детьми.

Таким образом, можно сделать вывод, что дошкольный возраст является решающим этапом в формировании здорового образа жизни у ребёнка. И задача детского сада и семьи создать условия для наиболее полного раскрытия возможностей и способностей каждого ребёнка сообразно его возрасту, в организации педагогического процесса, формировать представление о здоровье как о ценности, воспитывать полезные привычки и навыки здорового образа жизни.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алямовская, В. Г. Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении / В. Г. Алямовская // Дошкольное образование. – 2004. – № 18. – С. 24–28.

2. Воробьёва, М. Воспитание здорового образа жизни у дошкольников / М. Воробьёва // Дошкольное воспитание. – 1998. – № 7. – С. 5–9.

3. Доронова, Т. Н. Основные направления работы ДОУ по повышению психолого-психологической культуры родителей / Т. Н. Доронова // Дошкольное воспитание. – 2004. – № 1. – С. 63.

4. Климова Т. В. Здоровьесберегающий аспект воспитательно-образовательных программ для детей дошкольного возраста / Т. В. Климова. – М., 1999.

ОРГАНИЗАЦИЯ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБЩЕГО ТИПА

*Маноменова Н. В.,
учитель начальных классов МБОУ СОШ № 30,
г. Нижний Тагил*

В последние годы в России развивается процесс интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья в общеобразовательную среду вместе с нормально развивающимися сверстниками. Действующее законодательство в настоящее время позволяет организовывать обучение и воспитание детей с ограниченными возможностями здоровья в обычных дошкольных образовательных учреждениях, общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального профессионального образования, других образовательных учреждениях, не являющихся коррекционными.

Существуют различные модели интеграции. Первая, более распространенная в России, предполагает обучение детей с ограниченными возможностями здоровья в специальных (коррекционных) классах при образовательных учреждениях. Другим вариантом интегрированного образования является обучение детей с ограниченными возможностями в одном классе с детьми, не имеющими нарушений развития. Такая модель интегрированного образования внедряется в порядке эксперимента в образовательных учреждениях различных типов ряда субъектов Российской Федерации.

Организация обучения детей с ограниченными возможностями здоровья в образовательных учреждениях общего типа, расположенных, как правило, по месту жительства ребенка и его родителей, позволяет избежать помещения детей на длительный срок в интернатное учреждение, создать условия для их проживания и воспитания в семье, обеспечить их постоянное общение с нормально развивающимися детьми и таким образом способствует эффективному решению проблем их социальной адаптации и интеграции в общество.

Необходимым условием организации успешного обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья в образовательных учреждениях общего типа является создание адаптивной среды, позволяющей обеспечить их полноценную интеграцию и личностную самореализацию в образовательном учреждении.

Обучение и коррекция развития детей с ограниченными возможностями здоровья, в том числе обучающихся в обычном классе образовательного учреждения общего типа, должны осуществляться по образовательным программам, разработанным на базе основных общеобразовательных программ с учетом психофизических особенностей и возможностей таких обучающихся. Формы и степень образовательной интеграции ребенка с ограниченными возможностями здоровья могут варьироваться в зависимо-

сти от степени выраженности недостатков его психического и (или) физического развития. Например, дети, уровень психофизического развития которых в целом соответствует возрастной норме, могут на постоянной основе обучаться по обычной образовательной программе в одном классе со сверстниками, не имеющими нарушений развития, при наличии необходимых технических средств обучения. При этом число детей с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся в обычном классе, как правило, не должно превышать 3–4 человек. При организации получения образования детьми этой категории в обычном классе целесообразно использовать возможности их обучения в установленном порядке по индивидуальному учебному плану, гарантированные статьей 50 Закона Российской Федерации "Об образовании", наряду с применением современных образовательных технологий, обеспечивающих гибкость образовательного процесса и успешное освоение обучающимися с ограниченными возможностями здоровья образовательных программ. Для детей, уровень развития которых не позволяет им осваивать учебный материал в одинаковых условиях с нормально развивающимися обучающимися, предпочтительным может стать обучение в специальном (коррекционном) классе образовательного учреждения общего типа. Рекомендуются также обеспечивать участие всех детей с ограниченными возможностями здоровья, независимо от степени выраженности нарушений их развития, вместе с нормально развивающимися детьми в проведении воспитательных, культурно-развлекательных, спортивно-оздоровительных мероприятий. Необходимо также обеспечить комплексное психолого-педагогическое сопровождение ребенка с ограниченными возможностями здоровья на протяжении всего периода его обучения в образовательном учреждении общего типа.

Важное значение для обеспечения эффективной интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья в образовательном учреждении общего типа имеет проведение информационно-просветительской, разъяснительной работы по вопросам, связанным с особенностями образовательного процесса для данной категории детей, со всеми участниками образовательного процесса – обучающимися (как имеющими, так и не имеющими недостатки в развитии), их родителями (законными представителями), педагогическими работниками.

Инклюзивное образование ставит своей основной целью обеспечение равного доступа к получению общего образования и создание необходимых условий для достижения успеха в образовании всеми без исключения детьми независимо от их индивидуальных особенностей, прежних учебных достижений, родного языка, культуры, социального и экономического статуса родителей, психических и физических возможностей.

Таким образом, развитие интегрированного образования следует рассматривать как одно из наиболее важных и перспективных направлений совершенствования системы образования детей с ограниченными возможностями здоровья.

ФОРМЫ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

*Маслакова Н. А.,
педагог-психолог МБОУ СОШ «ЦОН № 1»,
г. Нижний Тагил*

Большинство родителей хотят видеть своих детей здоровыми, успешными, умными, развитыми, любознательными и самостоятельными. Но как помочь ребенку развить навыки общения, научить его самостоятельности, не разрушить детскую любознательность и интерес к событиям в жизни, научить его преодолевать препятствия и добиваться цели? Традиции семейного воспитания в период СССР были заменены на общественные. Основная роль в воспитательном процессе отводилась школьным общественным организациям (октябрята, пионеры, комсомол). И педагоги, и сами родители были убеждены, что именно образовательное учреждение призвано осуществить основной вклад в дело формирования личности ребенка, будущего строителя коммунизма. Поэтому советские педагоги контролировали воспитательные действия родителей, указывая на их ошибки и недостатки в воспитании детей. Основной формой работы педагога с родителями были родительские собрания, на которых обычно педагог комментировал негативные факты поведения и учебы ребенка. При этом опыт родителей полностью игнорировался.

В период перестройки в школах исчезли традиции общественного воспитания.

Эффект отсутствия традиций семейного и общественного воспитания мы наблюдаем сейчас в судьбах так называемого поколения Х-людей, детство, которых проходило в лихие 90-е. Пришло время восстанавливать воспитательный процесс практически заново.

Социально-психологическое развитие и психосоматическое здоровье ребенка во многом определяется условиями семейной среды, стилями детско-родительских отношений, семейными социально-культурными традициями и родовыми сценариями. Многие родители недооценивают эти факторы развития ребенка, снимают с себя ответственность за воспитание и надеются, что функции семьи по воспитанию ребенка может выполнить за них детское дошкольное или школьное образовательное учреждение. Есть и другие крайности, когда родители, не учитывая потенциал ребенка, его потребности, желания, особенности развития, требуют от него недостижимого результата в обучении. При этом они теряют эмоциональную, чувственную связь с ребенком в угоду модным воспитательным веяниям. Немаловажную роль в становлении личности ребенка играет и школьное воспитание, организация учебной, творческой и общественной жизни в школе,

непосредственное влияние личности самого учителя. Поэтому современный воспитательный процесс предполагает сотрудничество семьи и школы, целенаправленное психолого-педагогическое сопровождение родителей в образовательном учреждении. В активном взаимодействии решаются задачи непрерывности и целостности воспитательного процесса в семье и в школе в соответствии с возрастными особенностями обучающихся: максимальной информированности родителей и повышения их психолого-педагогической компетенции в вопросах воспитания собственного ребенка; активного включения родителей в образовательную деятельность.

Создание доброжелательной атмосферы психологического комфорта в общении родителей с администрацией и учителями – определяющее условие при организации любых форм взаимодействия с родителями в ОУ. Такая атмосфера достигается за счет соблюдения правил профессионального педагогического этикета при взаимодействии с родителями, например:

- Доверительный, искренний тон общения.
- Сообщать родителям в устной и письменной форме (благодарственные письма, записи в электронном журнале, в школьном дневнике) о положительных ресурсах развития ребенка и его личных достижениях в учебной деятельности, выражать благодарность родителям за участие в делах класса и школы.
- Сохранять конфиденциальность.
- Телефонные звонки, СМС использовать только в особых случаях для оповещения родителей о месте и времени встречи с ними.
- Признавать автономию школы и семьи. Принимать как данность семейные обстоятельства. Не претендовать на перевоспитание родителей. Просьба, поддержка, облегчение – способы общения с родителями.
- Оставаться в пределах своих воспитательных функций.
- Укреплять детско-родительские отношения любви и привязанности в семье, поэтому допускаются только положительные, уважительные отзывы о семье, независимо от присутствующих.
- Предлагать родителям активно участвовать в жизни класса в различных ролях: помощник учителя, гость класса, рассказчик, экскурсовод по профессии, член родительского комитета.

Традиционные формы: доклады и лекции уступают место интерактивным формам взаимодействия.

В семейные клубы (клуб молодых родителей, клуб одиноких отцов и матерей, отцовский клуб) могут объединяться родители в зависимости от общих интересов и общих воспитательных задач. Цели этих встреч могут также различаться:

- обмен опытом по особенностям проведения общих спортивных мероприятий, организации учебного и выходного дня ребенка в семье;

– формирование у детей бытовых умений и навыков (встреча гостей, приготовление праздничного обеда, приобщение к рукоделию, детское питание в семье, уход за телом, выбор компьютерных программ, игр, видео, музыки, книг для чтения, ИКТ – проекты: родовое дерево, мое хобби, и . пр.);

– обсуждение и проведение мероприятий по сплочению учеников в классе (экскурсии, поездки, походы на природу, посещение музеев и театров, конкурсы, круглые столы, брейн-ринги).

Важное значение имеют интерактивные формы работы, направленные на обучение родителей воспитательным стратегиям, повышение их компетенции в возрастной психологии, особенностях воспитания детей с ОВЗ. Для этого в школах организуют вечера вопросов и ответов, дискуссионные круглые столы, тренинги и психологические мастерские для родителей.

Ведущий педагог или психолог в интерактивной технологии осуществляет:

– интеллектуальную поддержку родителям в облегчении восприятия и усвоения информации;

– эмоциональную поддержку активности участников,

– оказывает эмоционально-регулирующую, обучающую и направляющую помощь родителям в соединении теории и практики;

– помогает родителям в процессе идентификации с собственным ребенком для более четкого осознания им личностных потребностей и мотивов поведения ребенка;

– поддерживает творчество участников и осуществляет обратную связь с каждым участником.

Такие формы взаимодействия с родителями опираются на сотрудничество и диалог, в процессе чего каждый может принять собственное решение и отстоять собственную позицию в воспитании ребенка.

Тематика дискуссий может быть разнообразной:

– подготовка ребенка к школе;

– преодоление трудностей вхождения в школьную жизнь;

– гендерные особенности воспитания подростков;

– возрастные особенности развития;

– стили детско-родительских отношений;

– профилактика зависимостей;

– поведение в психотравмирующей ситуации;

– роль семейного рода в формировании жизненных смыслов, целеустремленности и самостоятельности.

Особое внимание следует уделять также индивидуальной психологической поддержке родителей в форме психологической или педагогической консультации. Не все проблемы семейного воспитания можно обсуждать в коллективе. Многие требуют индивидуального подхода. Зачастую в основе

проблем ребенка оказываются нерешенные проблемы родителей (развод, усталость отца или матери на работе, наркомания или алкоголизм одного из родителей, безработный отец или мать, отчим или мачеха в семье, рождение второго ребенка и пр.) Консультирование проходит также в активной форме с обеих сторон. Важно, чтобы родитель сам принял решение об адекватных изменениях в своей жизни, следствием которых будет благополучие его ребенка.

Современные ИКТ технологии также позволяют устраивать аудио и видео он-лайн конференции с родителями, а также могут использоваться для индивидуальных консультаций.

Школьный сайт, электронный журнал могут стать площадкой виртуального общения для педагогов и родителей.

Активное сотрудничество родителей и педагогов в различных интерактивных формах является хорошим подспорьем в воспитании не только детей, но и в формировании у родителей новой, современной культуры воспитания.

ПРОФИЛАКТИКА ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

*Михалицына Н. М.,
заместитель директора по правовому воспитанию
МБОУ СОШ № 23 имени Ю. И. Батухтина,
г. Нижний Тагил*

Наши дети сегодня – это наше общество завтра. Будет ли это общество здоровым, будет ли оно способно к воспроизводству, об этом необходимо думать ежедневно.

Меняющаяся социальная и политическая среда оказывает влияние на формирование здоровой личности ребенка. В современных условиях актуальной проблемой становится формирование у подрастающего поколения активной жизненной позиции, здорового образа жизни.

Дети, подростки и молодежь, со свойственной их возрасту чувствительностью и ранимостью, оказываются наиболее уязвимыми, одинокими и психологически беспомощными перед жизненными трудностями. Зачастую они оказываются не готовы к новым жестким требованиям общества, не обладают необходимыми жизненными навыками, не умеют выбирать эффективные способы снятия напряжения и т. д. Все это не позволяет им справиться с проблемами, возникающими на жизненном пути, и нередко приводит к стрессовой ситуации. Уход от реальности сопровождается сильными эмоциональными переживаниями. И именно интенсивность переживаемых эмоций играет главную роль в формировании зависимости:

«фактически человек зависит не от того или иного препарата, а от эмоций... Чем сильнее эмоция, тем сильнее зависимость...». Владение, управление собственными эмоциональными состояниями является центральной задачей при работе с детьми по предупреждению зависимого поведения.

Зависимое поведение в широком смысле характеризуется стремлением человека «полагаться на другого в целях получения удовлетворения и \ или адаптации и нарушением потребностей самого зависимого». Любая зависимость является серьезным нарушением мотивационно-потребностной сферы.

На сегодняшний день профилактика всех видов зависимостей является наиболее актуальной среди проблем здоровья нации в целом. Необходимо отметить, медицина не успевает за появлением многообразия психоактивных веществ. Врачи не могут определить принимал ли, подросток какой – либо препарат? По официальным данным еще 2003 года наркомания захватила в свои сети от 15 % до 30 % школьников.

В данном случае мы все чаще слышим о необходимости организации досуга детей, но необходимо отметить, что в последнее время досуг приобретает несколько иные формы – феномен молодежной субкультуры, который предполагает непринужденное общение, где должно быть как можно больше незнакомых людей. Огромное значение в данном случае имеет референтная группа, к которой подвержен подросток. Родители, как правило, заняты решением материальных проблем, и общение ребенка в социуме их мало интересует.

Значительную роль в профилактике зависимого поведения выполняют специалисты образовательных организаций. Необходимо учитывать, не достаточно только реализовывать Муниципальную Программу «Профилактика наркомании и противодействие незаконному обороту наркотиков на территории города Нижний Тагил (2014–2016 гг.)», но и использовать интерактивные формы работы с подрастающим поколением. Так, в нашем образовательном учреждении был реализован социальный проект клуба вечернего досуга «Пирамида», главной целью которого является создание социально-педагогических условий для успешной ресоциализации детей, посредством организации досуговой деятельности, другими словами была создана альтернатива «уличному общению».

Деятельность клуба вечернего досуга привлекла детей и подростков актуальностью для них раскрываемых проблем (межличностное общение, вопросы семьи и гендерных отношений, позитивная терапия, создание ситуации успеха в повседневном общении, решением конфликтных ситуаций), удобным временем, возможностью неформального общения со взрослыми. Этот проект получил большой резонанс среди детей, которые с удовольствием посещали занятия и требовали продолжения. В настоящее время планируется программа по профилактике зависимостей, но идейны-

ми вдохновителями становятся дети, главную и ведущую роль занимают подростки, где они становятся ведущими и участниками интерактивных мероприятий.

Конечно, в школе не стало меньше учащихся «группы риска», но при проведении данных мероприятий с новой стороны открываются все. Стало ясно одно: не надо бояться своей неуверенности, своих комплексов, своей несвободы, своих ошибок. Мы делаем одно общее дело: сохранить общество здоровым.

ФОРМИРОВАНИЕ УЧЕБНО-ИНФОРМАЦИОННЫХ УМЕНИЙ И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИХ НА ПРАКТИКЕ КАК СПОСОБ ПРОФИЛАКТИКИ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

*Морозова С. А.,
учитель английского языка МБОУ СОШ № 45,
г. Нижний Тагил*

Мы живём в эпоху технического прогресса, информационного бума. Новый век, новые технологии... Компьютеры существуют повсеместно: на предприятиях, в быту, в медицине, в образовательном процессе. Современные дети не представляют уже себе жизнь без таких гаджетов, как мобильные телефоны, ноутбуки, компьютеры, планшеты, iPod и iPad. Дети становятся зависимы от всего этого, проводя большую часть своего свободного времени за компьютером или за другим из перечисленных устройств, нанося вред своему здоровью и в ущерб учёбе.

Одной из особенностей современной технологической эпохи, имеющей существенное значение для школы, является значительный рост объёма информации, обязательной для восприятия и усвоения школьниками в рамках программы различных учебных дисциплин. Большую часть времени учащиеся проводят в Интернете, играя в он-лайн игры, в социальных сетях. И зачастую они забивают голову «ненужной» информацией, которая им не пригодится ни в учёбе, ни в жизни. Основная задача учителя – сформировать у своих учащихся учебно – информационные умения, научить их применять на практике различные приёмы работы с разнообразными источниками информации, научить анализировать, структурировать информацию, преобразовывать её и представлять в различных видах. Если и проводить время за компьютером, то с пользой!

На своих уроках английского языка я систематически знакомлю учащихся с новыми Интернет – ресурсами, которые помогут им в успешном освоении предмета. Это такие сайты, как [LinguaLeo. ru](http://LinguaLeo.ru), [begin-english. ru](http://begin-english.ru), [britishcouncil. org](http://britishcouncil.org), [maple leaf learning](http://mapleleaflearning.ru), [easyen. ru](http://easyen.ru) и многие другие – для уча-

щихся начальной ступени обучения, для выпускных классов – fipi.ru, Сам решу ГИА или ЕГЭ, flex.americancouncils.org; а так же мы принимаем активное участие во всероссийских и международных интернет-конкурсах и олимпиадах talent.perm.ru, farosta.ru, Amberstar (Международный онлайн-проект). На уроках демонстрирую возможности компьютерных обучающих программ в рамках УМК Биболетовой “Enjoy English” и УМК Быковой “Spotlight”, которые позволяют отработать и закрепить лексический и грамматический материал.

Сначала для себя, а потом и для своих учащихся открыла возможности международного проекта, представленного на сайте postcrossing.com. **Посткроссинг** – проект, созданный для возможности получения открыток со всего мира; возник под влиянием буккроссинга. В основе принципа обмена открытками лежит единая база всех участников проекта, а также механизм выдачи адресов, направленный на то, чтобы разница между отправленными и полученными открытками у каждого участника была минимальной. При этом в посткроссинге имеет место система непрямого обмена, то есть, отправляя открытки одним пользователям, участник получает их от других. В начале 2013 года в проекте было зарегистрировано более 350000 человек из 215 стран, а 31 декабря 2012 г. была получена пятнадцатимиллионная открытка. Первыми приспособить почту под хобби придумали филателисты: собирать марки и открытки для личных коллекций начали уже в середине XIX века. Но время шло, наступила эпоха тотального погружения в интернет, когда связаться с человеком с другого полушария стало легче легкого. Тогда некоторые люди решили повернуться к почте лицом: открытки стали не только собирать, ими стали обмениваться через службу доставки (старый добрый способ). Так когда-то обыденное предназначение почты стало частью самого настоящего хобби. И в 2005 г. с создания сайта www.postcrossing.com началась история посткроссинга. Всё, что нужно – это зарегистрироваться на упомянутом выше сайте. Единственная трудность, с которой придется столкнуться (сразу после преодоления собственной лени), – сайт требует знания английского языка.

Практическая часть очень проста: вводите свои данные на английском языке (имя, фамилия, возраст, место проживания, краткая информация о себе: учёба, работа, хобби, что любите, что не любите и т. д.), после регистрации вам выдается адрес случайного получателя и специальный идентификационный код, который нужно указать на отправляемой вами открытке. Получив её, адресат должен ввести этот самый код на сайте. Всё, теперь и ваш адрес доступен любому желающему отправить открытку. Этот этап регистрации с начинающими посткроссерами проходим вместе, помочь сделать первые шаги – моя задача.

Познакомив своих учащихся с проектом, я «втянула» их в увлекательный мир, где все общаются на английском языке, обмениваются открытками. Получая открытку, я сама и мои ребята приходят в такой восторг, что трудно описать. Посткроссинг даёт людям эмоции: вы не представляе-

те ощущения, когда в почтовом ящике ты находишь очередной привет из... А привет можно получить откуда угодно. Отправлять открытки – это тоже очень приятное занятие. Люди ведь не только любят получать подарки, они любят и дарить их. Посткроссинг соединяет в себе и то, и другое. Открытка – это не просто пара слов, которые вы можете получить через Интернет или с помощью смс. Открытка – это абсолютно реальный предмет, который побывал там, где вы, возможно, еще никогда не были.

В нашей коллекции уже есть открытки из США, Китая, от соседей из Украины, Белоруссии. Есть из Новой Зеландии, Англии, Франции, Индии, Таиланда, Финляндии, Германии, Сингапура, Нидерландов, Турции, Индонезии и Индии. Очень обрадовала открытка из Японии от русскоговорящей девушки, она родилась в России во Владивостоке, а сейчас учится в школе японского языка в Токио. География посткроссинга обширна, завязываются интересные знакомства, происходит обмен открытками и сувенирами помимо посткроссинга.

Благодаря вышеперечисленному, у учащихся формируются метапредметные общеучебные умения и навыки, ценностное отношение к знаниям, развиваются познавательные и творческие способности. Овладение УУД в конечном счёте ведёт к формированию способности успешно усваивать новые знания, умения и компетентности, включая самостоятельную организацию процесса усвоения. Умение учиться выступает существенным фактором повышения эффективности освоения учащимися предметных знаний, умений и формирования компетенции, образа мира и ценностно-смысловых оснований личностного морального выбора.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА ПРОЕКТОВ В ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ

*Нетесова Н. И.,
старший воспитатель МБДОУ
детский сад «Детство» комбинированного вида
детский сад № 122 «Маячок»,
г. Нижний Тагил*

В современной системе образования много проблем. Одна из них – ориентация всей системы образования на здоровьесберегающее обучение и воспитание. Перед дошкольным образовательным учреждением в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и физическому развитию детей. Федеральные государственные требования к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования определяют как одну

из важнейших задач: охрану и укрепление здоровья воспитанников через интеграцию образовательных областей, создание условий безопасной образовательной среды, осуществление комплекса психолого – педагогической, профилактической и оздоровительной работы. В соответствии с этим особую актуальность приобретает поиск новых средств и методов повышения эффективности физкультурно – оздоровительной работы в дошкольных учреждениях, создание оптимальных условий для всестороннего гармоничного развития личности ребёнка.

Одним из эффективных средств решения данных задач выступает проектный метод. Актуальность данного метода подтверждается авторитетным мнением учёных. Шкель В. Ф. утверждает: «Метод проектов очень эффективен. Он даёт ребёнку возможность экспериментировать, синтезировать полученные знания, развивать способности детей во всех сферах деятельности».

Проектная деятельность – это создание педагогом таких условий, которые позволяют детям самостоятельно или совместно с взрослым открывать новый практический опыт, добывать его экспериментальным, поисковым путём, анализировать его и преобразовывать.

Проектная деятельность включает в себя: задания для детей сформулированные в виде проблемы; целенаправленную детскую деятельность; формы организации взаимодействия детей с воспитателем и друг с другом; результат деятельности как найденный детьми способ решения проблемы проекта.

Включение проектного метода в систему оздоровительной работы с дошкольниками позволяет в детском саду реализовывать разнообразные проекты: «Азбука здоровья»; «Про витамины и здоровье»; «Твоё питание и здоровье»; «Как мы дышим»; «Уроки здоровья»; «Как стать Неболейкой»; «Крепыш». В процессе работы над данными проектами развиваются и обогащаются представления детей о здоровом образе жизни, актуализируется имеющийся у детей опыт по здоровьесбережению, воспитывается ценностное отношение к своему здоровью. Каждая тема проекта отрабатывается в различных аспектах. Реализуя её, педагоги решают задачи, охватывающие не только область обучения, но и воспитания. Чем теснее взаимодействие специалистов дошкольного учреждения, тем эффективнее реализуется проект.

Проектный метод позволяет детям самостоятельно находить ответы на проблемные вопросы: «Откуда берутся болезни?» (микробы, вирусы); «Что делать, если человек заболел?»; «Как сохранить своё здоровье?». Результатами деятельности по проекту являются: проведение спортивных праздников и соревнований; создание энциклопедии здоровья; оформление газет и журналов по теме «Мы дружим со спортом»; выставки детских рисунков и макетов.

В преддверии Олимпиады в г. Сочи в 2014 году значимым является реализация проектов, знакомящих дошкольников с историей олимпийского движения: «Олимпийские искорки», «Олимпийская Россия», «Олимпийские надежды». Данные проекты обогащают представления детей о спорте, олимпийском движении; вовлекают детей и их родителей в активную физкультурно – оздоровительную и спортивную деятельность, организованную в детском саду и дома. Формы реализации проектов олимпийской направленности разнообразны: совместные с родителями спортивные соревнования, праздники, посещение спортивных объектов, экскурсии выходного дня, конкурсы («Придумай символ Олимпиады»), путешествия по волшебной стране «Спортландии», проведение Малых Олимпийских игр, создание «Музея олимпийской славы», тематические выставки. Участвуя в проектах, дети не только получают конкретные представления и знания об Олимпиаде и Олимпийском движении в мире, им приходится много общаться, размышлять, вступать в диалог, говорить и выступать. Дети учатся работать в команде, становятся более активными и ответственными.

Особую значимость проекты физкультурно – оздоровительной направленности имеют для часто болеющих, ослабленных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья. У них появляется возможность почувствовать свою значимость, проявить индивидуальность, ощутить себя полноправным участником общего дела, завоевать определённое положение в группе и получить медаль за храбрость и волю к победе.

Проектная деятельность объединяет семьи воспитанников, позволяет родителям повысить компетентность по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей, больше времени проводить с детьми, записать их в различные спортивные секции в зависимости от предпочтений и возможностей здоровья.

Использование проектного метода в деятельности дошкольного учреждения способствует формированию интереса к физическому воспитанию у всех участников образовательных отношений. Изменяется отношение детей, педагогов и родителей к своему здоровью, развивается умение поддерживать его, сохранять и оберегать.

Проектная деятельность помогает переосмыслить работу с дошкольниками не только в сфере физического воспитания, но и обучения в целом, организации режима, лечебно – профилактической работы, приобщении детей к здоровому образу жизни через игровые и оздоровительные технологии.

ВОСПИТЫВАЮЩЕЕ ОБУЧЕНИЕ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ КУРСА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

*Новикова Н. М.,
учитель ОБЖ
МБОУ СОШ № 23 им. Ю. И. Батухтина
г. Нижний Тагил*

Современный школьник имеет высокую степень доступа к информации разного рода (это и средства массовой информации, мобильный телефон и, конечно, Интернет). Вместе с тем, современный ребенок очень часто оказывается один на один с этой информацией: в большинстве семей не более одного ребенка, родители заняты на работе, общение со сверстниками ограничено.

В связи с этим воспитательная функция школы, и в частности, учителя возрастает.

Василий Александрович Сухомлинский подчеркивал, что задача педагогов не только обеспечить счастливое детство, но и всю последующую жизнь человека, в которой может случиться всякое.

Как укрепить здоровье ребенка? Как уберечь его от вредных привычек? Как обезопасить от криминальных проявлений в обществе? Как подготовить к службе в армии? Как защитить от опасности? Вот главные вопросы, которые волнуют школу, педагогов, родителей.

Важное место в решение этих проблем отводится курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» (далее ОБЖ). В силу специфики своего содержания и индивидуальной направленности курс нацелен на приобретение учащимися знаний, умений и навыков, ряда физических и психологических качеств, необходимых для ускорения адаптации к условиям окружающей среды обитания.

Как сделать эти занятия, с одной стороны, интересными и привлекательными для школьников, а с другой – эффективными с точки зрения важности формирования навыков безопасного поведения учащихся, повышения воспитательного потенциала урока?

Имеется несколько направлений (идей), которые позволяют активизировать и оптимизировать процесс взаимодействия учителя и ученика на уроках реализующих курс ОБЖ:

1) идея сотворчества педагогов, учащихся и родителей основанием которого является коллективное целеполагание, планирование, совместное обсуждение и решение проблем, совместная деятельность, в том числе спортивно-оздоровительная, например, совместная с учащимися и их родителями подготовка и проведение таких мероприятий, как туристические слеты, походы, дни здоровья и Дни защиты детей, соревнования по ориен-

тированию, учений и тренировок по гражданской обороне и действиям в ЧС, игра «Зарница»;

2) идея расширения связей с окружающим миром в виде развития культурных, образовательных, спортивных связей с соседними школами, «обмена» специалистами и учащимися, приглашения на уроки специалистов МЧС;

3) идея взаимодействия детей разного возраста, которое выполняет множество социально-педагогических функций, предусматривает организацию совместной деятельности и общение учащихся разных классов на учебных занятиях, во внеклассной работе;

4) идея педагогизации социального окружения школы, означающая использование воспитательного потенциала города, природы, культурного наследия, взаимодействие с местными учреждениями (специфика курса ОБЖ требует более частого вынесения уроков на реальное место действия), а также влияние школы на развитие и обогащение социума.

Складываются благоприятные условия для интеграции средств учебной и внеучебной деятельности, что позволяет разнообразить способы спортивной и оздоровительной деятельности учащихся, снять излишнюю напряженность и заорганизованность в школьной жизни ребенка. Обогащению содержания и способов организации учебных занятий, экскурсий, конференций может способствовать привлечение специалистов разных профессий и работников МЧС, культурных центров, библиотекаря, медиков. Так, например, темы раздела «Здоровый образ жизни» может проводить медицинский работник; библиотекарь может подобрать материал об экологических чрезвычайных ситуациях (ЧС) и деятельности природоохранных, экологических организаций, составить вопросы к викторине, сделать обзор литературы.

Тесные связи школы и социума, а также школы и семьи позволяют привлечь к организации учебной деятельности родителей.

Реализация вышеперечисленных идей практически полностью зависит от личности учителя-педагога. Функциями педагога являются проектирование, организация и реализация дидактических процессов. От его профессиональной компетентности зависит многое: состояние здоровья, формирование личности «безопасность поведения», уровень духовно-нравственного и патриотического воспитания, моральное состояние.

Цели и содержание курса ОБЖ обуславливают воспитывающий характер обучения в школе.

Воспитание может быть успешным при условии, если оно связано с обучением, приобретением знаний и умений, если оно проводится в системе и развитии взаимодействующих элементов. Правильно осуществляемое воспитание при обучении ОБЖ может сформировать у школьников определенную систему ценностных отношений к окружающей действительности.

сти, в том числе к природе и роли человека в ней, к своему здоровью и здоровью окружающих. В школьном образовании воспитание проводится планомерно, в системе в связи с познавательным процессом и зависит от содержания и аксиологического освещения учебного материала, методов и форм его изучения.

Воспитание как проблема педагогики и методики обучения ОБЖ в настоящее время является весьма актуальным, поскольку в условиях кардинальных перемен в идеологии, общественной жизни и системе образования в нашем обществе произошла существенная смена приоритетов ценностей. Значительное внимание обращено на развитие человека как личности, воспитание научного мировоззрения, нравственности, гуманности, эстетического вкуса, бережного отношения к природе экологической культуры, здоровью.

В современных условиях наряду с возрождением социального воспитания школьное образование нацелено на гуманизацию, т. е. на воспитание тех сторон личности, которые обуславливают проявление уверенности в себе, самостоятельности, гуманных, доверительных отношений между учителем и учеником. Задачей воспитания, базирующегося на идеях гуманизма, является помощь в становлении личности ученика, осознании им своих потребностей и интересов. При этом при реализации курса ОБЖ определялась целостная система элементов воспитания, способных успешно реализоваться в процессе изучения всего школьного предмета и его основных разделов: «Основы здорового образа жизни», «Основы медицинских знаний и первая помощь», «Основы военной службы» и «Защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях».

Курс ОБЖ и в прошлые годы, и в настоящее время способствует воспитанию разных сторон личности учащихся, в том числе и касающихся сохранения и укрепления здоровья. Поэтому учителю важно учитывать специфические возможности этого предмета и со знанием материала осуществлять воспитание.

ЛИТЕРАТУРА

1. Смирнов, А. Т. Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» : Кн. для учителя / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин. – М. : Просвещение, 2001. – 160 с.
2. Теория и методика обучения безопасности жизнедеятельности: учеб. пособие / Л. А. Михайлов, В. П. Соломин, Э. М. Киселева и др. ; Под ред. Л. А. Михайлова. – М. : Издательский центр «Академия», 2009.
3. Топоров, И. К. Методика преподавания курса ОБЖ в общеобразовательных учреждениях : Кн. для учителя / И. К. Топоров. – М. : Просвещение, 2000.

ПРИМЕНЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В КОРРЕКЦИОННО-ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ РАБОТЕ

*Новожилова С. Л.,
учитель-логопед МАДОУ «Радость»
детский сад № 177,
г. Нижний Тагил*

Самой актуальной в XXI веке является проблема сохранения здоровья. Еще Жан-Жак Руссо писал: «Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым». Наметившаяся в последние годы устойчивая тенденция ухудшения здоровья дошкольников, увеличение количества детей с нарушениями психического и речевого развития, диктует необходимость поиска механизмов, позволяющих изменить эту ситуацию.

Коррекционно-развивающая работа учителя – логопеда строится на использовании здоровьесберегающих технологий. Она направлена не только на предупреждение и устранение речевых недостатков, но и на развитие психических процессов, что способствует подготовке детей к обучению в школе. Для детей с общим недоразвитием речи (ОНР) характерны: нарушение слухоречевого внимания и памяти, артикуляционной и мелкой моторики, недостаточная сформированность словесно-логического мышления, пространственная и временная ориентировки. У многих детей повышенная утомляемость, быстрая истощаемость, незрелость эмоционально-волевой сферы, несформированность целенаправленных действий, основных понятий и представлений.

На фоне комплексной логопедической помощи здоровьесберегающие технологии оптимизируют процесс коррекции речи детей-логопатов и способствуют оздоровлению всего организма ребенка. Эти методы работы являются эффективными средствами коррекции, помогающими достижению максимально возможных успехов в преодолении не только речевых трудностей, но и общего оздоровления детей дошкольного возраста. Кроме того, использование этих методов и приемов помогает организовать совместную деятельность интереснее и разнообразнее.

Безусловно, все педагоги в большей или меньшей степени реализуют на своих уроках, мероприятиях и в организации повседневной жизни детей приемы здоровьесбережения. В коррекционно-логопедической работе используются как традиционные, так и нетрадиционные здоровьесберегающие компоненты. Остановимся на некоторых из них:

1. Дыхательная гимнастика и развитие силы голоса.

Большие возможности в здоровьесбережении детей предоставляет дыхательная гимнастика. Работа над дыханием очень важна в логопедической

работе, она является профилактикой простудных заболеваний. Обучение детей правилам гигиены дыхания и навыкам его регуляции полезно и необходимо начинать с дошкольного возраста и продолжать в школе, так как с дыханием связаны: речь, движение, кровообращение, терморегуляция, обменные процессы в тканях, активность нервной и иммунной систем, биологические ритмы организма. Работа голосового аппарата – это постоянная нагрузка на дыхание. Учащенный дыхательный пульс у детей нарушает ритм и плавность произношения слов и фраз. Неумение управлять дыханием вносит дезорганизацию в произношение звуков. Поэтому регулярные дыхательные упражнения используются не только как общеоздоровительное средство, но и как одно из условий формирования правильной, красивой речи. Это достигается посредством упражнений «Забей мяч в ворота», «Сдуй бабочку», игр «Укачай куклу», «Далеко – близко», «Большой – маленький».

2. Самомассаж. Релаксирующие упражнения.

Массаж оказывает общеукрепляющее воздействие, используется для восстановления силы и снятия эмоционального возбуждения у детей, их успокоения, снимает напряжение мышц шеи и речевого аппарата, вызывает прилив крови к ним, помогает ребенку лучше улавливать ощущения от этих мышц и управлять ими. Дети обучаются таким приемам самомассажа, как поглаживание, растирание, разминание, активные и пассивные движения. С детьми самомассаж можно проводить, сопровождая его стихами: «Щечки мы слегка надавим, шею гладить мы начнем...», используем упражнения «Штанга», «Улыбка», «Хоботок».

3. Мимическая гимнастика. Гимнастика для глаз.

Гимнастика имеет огромное значение: способствует коммуникации, эмоциональному развитию, раскрепощенности, снимает зрительное напряжение, является профилактикой утомления. Для гимнастики используем упражнения «Обезьянки», «Настроение», «Проследи за игрушкой», «Послушные глазки».

4. Физкультминутки. Развитие общей моторики. Речь с движением.

Основные задачи – снизить утомление и повысить умственную работоспособность детей, снять усталость и напряжение; внести эмоциональный заряд; совершенствовать общую моторику; выработать четкие координированные действия во взаимосвязи с речью, отрабатывать темп и ритм речи. В умело подобранном несложном стихотворении, считалке, чистоговорке ненавязчиво корректируются не только поведение детей, и развивается мышечная активность, но и отрабатываются поставленные звуки, движения сочетаются со словом, есть возможность использования музыки – элементы музыкотерапии.

5. Пальчиковая гимнастика.

Игры с пальчиками развивают не только ловкость и точность рук, но и мозг ребенка, стимулируют творческие способности, фантазию и речь. Пальчиковые игры помогают развивать у ребенка мелкую моторику, координацию движений и внимание, активизировать речевые навыки, память и мышление. Пальчиковую гимнастику можно сопровождать речью, музыкой, что будет способствовать формированию правильного ритма и темпа речи.

6. Самомассаж рук.

Это способ саморегулирования организма, один из приемов регулирования кровотока. В массируемом участке тела усиливается циркуляция крови, лимфы, тканевой жидкости. Самомассаж рук способствует нормализации мышечного тонуса, стимулированию тактильных ощущений, а также под воздействием импульсов, идущих в коре головного мозга от двигательных зон к речевым, более благоприятному развитию речевой функции. Самомассаж мышц предплечья, кисти и пальцев обеих рук улучшает координацию произвольных движений, восстанавливает ослабленные мышцы, помогает снизить излишнее напряжение. Он является одним из эффективных направлений по подготовке детей с речевыми нарушениями к письму. При самомассаже рук часто используют элементы су-джок терапии, а также рисование пальцами.

7. Артикуляционная гимнастика.

Важной и неотъемлемой частью логопедической работы является артикуляционная гимнастика. Регулярное выполнение поможет:

- улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость);
- улучшить подвижность артикуляционных органов;
- укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;
- уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов.

Чтобы детям было интересно, учитель-логопед использует сказки, рассказы о язычке с картинками в стихах и прозе, с применением информационно-компьютерных технологий (ИТК), посредством презентаций и в виде компьютерных игр.

Таким образом, в результате использования приемов здоровьесберегающих технологий в логопедической работе: – улучшаются внимание, восприятие; дети учатся видеть, слышать, рассуждать; – корректируется поведение, и преодолеваются психологические трудности; – пробуждается интерес к правильному произношению, к процессу чтения и письма, снимается эмоциональное напряжение и тревожность.

Коррекционно-логопедическая деятельность в детском саду способствует подготовке детей к процессу формирования письма и чтения.

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ АСПЕКТ ЗАНЯТИЙ ШАХМАТАМИ КАК ВИДОМ СПОРТА

*Овечкина Е. А.,
педагог дополнительного образования
МБОУ ДОД ДЮЦ «Меридиан»
СП «Меридиан», СП «Спутник»,
г. Нижний Тагил*

В настоящее время одной из насущных проблем существования нации требующей стратегической координации работ на организационно-управленческом, социально-экологическом, медико-профилактическом, спортивно-оздоровительном, психолого-педагогическом и культурологическом уровнях, является задача оздоровления населения.

Ценность здоровья занимает особое место среди общечеловеческих ценностей и целевых установок. В современных исследованиях здоровья подчеркивается, что, несмотря на обыденную простоту этого понятия, в нем отражаются основные аспекты биологического, социального, психологического и духовного бытия в мире, связанные со способностью индивида приспосабливаться к меняющимся условиям существования в окружающей среде. В связи с этим был сделан ряд попыток выявить соотношение компонентов здоровья, предложить его целостную, холистическую модель. Так, в своей модели здоровья Р. И. Айзман выделяет соматический, психологический и духовный компоненты, оказывающие взаимное влияние друг на друга. К соматическим компонентам здоровья Р. И. Айзман относит генотип, уровень обмена веществ, физическое развитие, тип конституции, функциональное состояние и резервные возможности систем организма. Психологический компонент проявляется в функционировании эмоционально-волевой и интеллектуальной сфер личности. Духовный компонент охватывает целевые установки, нравственные ценности, идеалы, систему потребностей, уровень притязаний. Профессор В. С. Кукушин, опираясь на исследования Б. С. Братуся, И. В. Дубровиной, И. В. Ежова, предлагает модифицировать модель Айзмана, выделив в ней четыре уровня здоровья: соматический, индивидуально-психический, социально-личностный и духовно-нравственный. Такое разделение природно обусловленных и социально формируемых свойств психики, направленных на социальную адаптацию человека позволяет полнее понять проблему формирования здоровья. Согласно И. В. Дубровиной, здоровье на социально-личностном уровне (психологическое здоровье) проявляется в адекватности и гармоничности целевых установок, актуальных потребностей, мотивов, уровня притязаний. Духовно-нравственный компонент здоровья выходит за рамки личности. На этом уровне человек выступает не как социально обусловленная личность, а как интегральная сущность [Преемственность формирования культуры здоровья учащихся... 2006 : 34].

Построение холистической модели здоровья определило в начале XXI века наряду с усилением значимости формирования ее соматического компонента возрастание роли духовных ценностей и психологического состояния личности в обеспечении ее гармоничного развития. В связи с этим в настоящее время на психолого-педагогическом уровне осуществляется поиск эффективных средств воспитания указанных здоровьеобразующих компонентов. Одним из таких средств, реализуемых в рамках дополнительного образования детей, является занятие шахматами.

Являясь одним из организованных видов спорта и основываясь на соревновательной деятельности, то есть сравнении особо развитых способностей, а также подготовке к ней, представляя собой обособленную сферу общественных отношений, имеющую соответствующие правила, среду занятий, используемый спортивный инвентарь (без учета защитных средств) и оборудование [Об утверждении Порядка признания видов спорта... 2013], шахматы стоят особняком среди других спортивных дисциплин, предполагающих физическую активность. В шахматной игре, напротив, основной упор делается на совершенствование интеллектуальных, психических возможностей личности, т. е. развитие индивидуально-психического компонента здоровья (по модели В. С. Кукушина). На данном уровне шахматы способствуют развитию и, при необходимости, коррекции:

- волевых качеств, позволяющих игрокам сознательно регулировать свое поведение, подчинять его решению игровых задач, организованно себя вести;
- эмоциональной сферы, имеющей особое значение при взаимодействии с другими игроками, адекватной оценке своих успехов и неудач;
- восприятия и воображения, всех видов памяти и внимания, а также мышления (не только аналитико-синтетического, логического, развивающегося на основе формирования умений просчета ходов, действий по алгоритму и т. д., но и наглядно-образного, и творческого, например, при создании комбинаций), что обеспечивает произвольность умственной деятельности;
- наблюдательности и целеустремленности, интеллектуальной активности, самостоятельности и самокритичности, инициативности, психологической гибкости;
- познавательных потребностей, внешней и внутренней речи (например, при объяснении выбора того или иного хода во время учебного занятия, ведении диалога с противником);
- навыка внутренних действий в результате перехода «внутри» внешних, практических действий, что содействует появлению способности к мысленному преобразованию действительности.

На уровне социально-личностного компонента холистической модели здоровья занятия шахматами как одним из видов спорта, предполагающих обязательное реальное межличностное взаимодействие с другими людьми

ми – игроками, одним или несколькими, в роли которых могут выступать как знакомые, так и незнакомые индивиды, отличающиеся по возрасту и иным социально-культурным и личностным психофизическим особенностям, – способствуют адекватному построению субъектом социальной коммуникации при общении во время игры и вне ее, преодолению у него связанных с этим комплексов, коррекции сформировавшихся ранее неконструктивных способов поведения, а также, развитию толерантности построению партнерских отношений и социализации в целом.

На уровне духовно-нравственного компонента модели здоровья шахматная игра успешно формирует целевые установки и уровень притязаний, что, например, проявляется в выбранной игроком стратегии ведения поединка на доске: в частоте атакующих и оборонительных маневров, их чередовании, в намеренности довести партию до конца, в определенном для себя игроком желательном исходе партии – обязательном выигрыше или согласии на ничью, и т. д. Также при обучении игре в шахматы в учреждениях дополнительного образования детей во время учебных занятий, помимо сообщения теоретических сведений непосредственно по программному материалу, проводятся воспитательные беседы, используются примеры из жизни (шахматы представляют собой модель общественной иерархии), т. е. таким образом у посещающих объединение данной спортивной направленности формируются нравственные ценности и идеалы.

Также можно отметить некоторое влияние шахмат как вида спортивной деятельности на соматическом уровне холистической модели здоровья. Здесь занятия шахматами способствуют развитию мелкой моторики и аккуратности, точности действий, например, при расставлении и передвижении фигур на доске, сборе и укладывании комплекта в коробку.

Таким образом, шахматы являются полноценным и эффективным средством развития индивидуально-психического, социально-личностного и духовно-нравственного компонентов холистической модели здоровья, которым при занятиях другими видами спорта, предполагающими приоритет физической активности, отводится меньшее внимание, т. е. занятия шахматами в условиях детского дополнительного образования включают в себя оздоровительный аспект.

ЛИТЕРАТУРА

1. Об утверждении Порядка признания видов спорта, спортивных дисциплин и включения их во Всероссийский реестр видов спорта и порядка его ведения: приказ Минспорта России от 02 сент. 2013 г. № 702 (Зарегистрировано в Минюсте России 10 сент. 2013 г. № 29916) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. – 2013. – № 42.

2. Преемственность формирования культуры здоровья учащихся в образовательной среде региона: коллективная монография / науч. ред. Р. В. Рожнов. – Пенза : Информационно-издательский центр ПГУ, 2006. – 104, [2] с.

ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ КАК СРЕДСТВО СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

*Овчинникова Е. А.,
заведующая библиотекой МБОУ СОШ № 36,
г. Нижний Тагил*

Культура питания – важнейшая составная часть общей культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, что нашло отражение в Федеральных государственных образовательных стандартах нового поколения. Формирование культуры здорового питания должно начинаться с самых первых этапов обучения ребенка в школе и продолжаться на протяжении всех лет обучения с учетом возрастного подхода. Системная работа по формированию культуры здорового питания включает три направления: рациональную организацию питания, включение в учебный процесс мероприятий по формированию культуры здорового питания и просветительскую работу с детьми, их родителями. Только сочетание всех направлений работы помогает создать и в школе, и дома такую среду, в которой возможно формирование культуры здорового питания и здорового образа жизни.

Известно, что полноценное питание, обуславливая оптимальное протекание процессов обмена веществ в организме, существенно влияет на резистентность и иммунитет ребенка по отношению к различным заболеваниям, повышает его работоспособность и выносливость, способствует нормальному физическому и нервно-психическому развитию. В современных условиях роль питания значительно возрастает в связи с влиянием на формирование растущего организма таких социальных факторов, как резкое ускорение темпов жизни, увеличение объема получаемой детьми информации в школе (а также по телевидению, радио, в кино и т. п.), вовлечение детей в занятия физкультурой и спортом и др. Питание является одной из важнейших причин наблюдающегося в последнее время во всем мире нового биологического явления – акселерации, выражающейся в ускорении физического развития и полового созревания детей и подростков. Поскольку в школе дети проводят значительную часть времени, школьное питание играет существенную роль в общем пищевом рационе школьников.

В связи с этим основными задачами организации питания детей в МБОУ СОШ № 36 являются создание условий для его социальной и экономической эффективности, направленных на обеспечение учащихся рациональным и сбалансированным питанием, гарантирование качества и безопасности питания, пищевых продуктов, используемых в приготовлении блюд, пропаганда принципов здорового питания.

Для реализации комплексного подхода к организации питания в рамках нашего образовательного учреждения приказом директора создана школьная комиссия по питанию. В ее состав входят директор образовательного учреждения, медицинский работник, представители профсоюзного и родительского комитетов, ответственная за питание. Деятельность данной комиссии – организовать питание таким образом, чтобы выполнялись все требования санитарии и гигиены, а также требования, предъявляемые к питанию школьников различного возраста. Кроме того, данная комиссия является связующим звеном между школьно-базовым комбинатом питания и школьной администрацией. В задачи данной комиссии входит также выявление причин неполного питания всех учащихся, пропаганда здорового образа жизни, работа технологического оборудования и его исправность.

Качество получаемой сырой и готовой продукции проверяет бракеражная комиссия. Совместная работа этих двух комиссий позволяет контролировать организацию питания в школе, его качество, вносить необходимые коррективы и, в конечном счете, сохранить здоровье каждого обучающегося нашей школы.

Ежедневно до девяти часов утра происходит учет наличного состава обучающихся, производится корректировка предварительных заказов предыдущего дня. В конце дня производится учет и сверка наличного состава обучающихся и количества выданных в столовой порций. Это позволяет выявить тех детей, кто не получил питания, выяснить причину и принять соответствующие меры.

Важнейшим звеном организации полноценного питания в школе служит разработка 14-дневного меню школьных завтраков и обедов, обеспечивающих детей всеми необходимыми веществами. Химический состав и калорийность рассчитываются исходя из суточной потребности детей отдельных возрастных групп в энергии и в основных пищевых веществах. Примерное меню утверждено руководителем предприятия школьного питания и согласовано с руководителем учреждения и органами Роспотребнадзора.

Большое значение имеет режим питания. Прием пищи в школе организован по графику в одно и то же время в соответствии с общим распорядком дня. Для учащихся нашей школы предусмотрено одноразовое (завтрак) и двухразовое питание (завтрак и обед – для учащихся, посещающих внеурочную деятельность). Интервал между приемами пищи составляет не более 3,5–4 часов.

Большое внимание уделяется калорийности школьного питания. Благодаря проекту модернизации школьных столовых у нас появился такой аппарат, как пароконвектомат. Его применение помогло расширить приготовление ряда блюд за счет задания для каждого продукта своего особого режима приготовления. При этом обеспечивается не только высокие вкусовые качества, но и сохраняются все полезные свойства продуктов, не происходит разрушение полезных минеральных веществ и витаминов.

В меню систематически включаются блюда из мяса, рыбы, молока, творога. Для профилактики авитаминоза и ОРВИ у обучающихся школы в рационе питания используется аскорбиновая кислота, фрукты, овощи; выполняются требования к организации питьевого режима; в столовой имеются кулеры с питьевой водой.

Обязательным участником организации школьного питания в нашей школе является родительский комитет. В его обязанности входят контроль за работой школьной столовой, а также проведение мероприятий по улучшению организации и качества питания школьников. Вопросы организации и качества питания регулярно обсуждаются на заседаниях общешкольного родительского комитета, а затем выносятся на родительские собрания. Родители учащихся каждого класса по графику посещают школьную столовую, выявляя недостатки в ее работе, контролируя качество приготавливаемой пищи и санитарное состояние.

Непременное условие успешной организации питания обучающихся – систематическая санитарно-просветительная работа среди учащихся. Эта работа направлена на пропаганду гигиенических основ питания и включает в себя проведение классных часов, бесед, мероприятий по повышению культуры питания. Мероприятия по наиболее интересным вопросам, связанным с понятием здорового питания, пищевых веществ и энергетической ценности еды, способствуют формированию осознанного подхода ребенка к питанию.

Анализ охвата горячим питанием показывает, что совместная работа педагогического коллектива, родителей, работников школьной столовой дает положительный результат. В начале 2013–2014 учебного года в школе охвачено горячим питанием почти 96 % учащихся. Этот результат достигается только при слаженной работе администрации школы, классных руководителей и родителей учащихся. В школе ежемесячно проводится анкетирование обучающихся по вопросам качества продуктов и изготавливаемых блюд, ассортимента и стоимости питания. Результаты опросов и предложения выносятся для обсуждения на родительских собраниях и с обслуживающим персоналом столовой. По результатам анкетирования в начале этого учебного года на вопрос «устраивает ли их работа школьной столовой» положительный ответ дали 67 % школьников и 82 % родителей.

ЛИТЕРАТУРА

1. СанПИН 2.3.2. № 1940-5 «Организация детского питания».
2. Методические рекомендации от 12. 04. 2012 г. № 06-731 «Формирование культуры здорового питания обучающихся, воспитанников».
3. Михайлов, В. С. Культура питания и здоровье семьи / В. С. Михайлов, Л. А. Трушкина. – М. : Профиздат, 1987.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА УРОКА КАК ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*Окатьева Е. С.,
учитель математики МБОУ СОШ № 61,
г. Нижний Тагил*

Педагогическим инструментарием здоровьесберегающего урока и внеурочной деятельности в условиях реализации ФГОС является технологическая карта.

Технологическая карта урока – это способ графического проектирования урока, таблица, позволяющая структурировать урок по выбранным учителем параметрам. Технологические карты раскрывают общедидактические принципы и алгоритмы организации учебного процесса, обеспечивающие условия для освоения учебной информации и формирования личностных, метапредметных и предметных умений школьников, соответствующих требованиям ФГОС второго поколения к результатам образования.

На первом этапе «Мотивационной деятельности» организуется стимулирование интереса учащихся к изучению конкретной темы посредством ситуативного задания. Результатом этого этапа является самоопределение школьника, основанное на желании освоить учебный материал, на осознании потребности его изучения и постановки лично значимой цели деятельности.

На втором этапе «Ориентирующей деятельности» организуется освоение содержания учебной темы, необходимого для выполнения ситуативного задания. Результатом этого этапа являются приобретённые знания и умения, необходимые для решения ситуативного задания, обозначенного на первом этапе.

На третьем этапе «Интеллектуально-преобразовательной деятельности» для выполнения ситуативного задания, учащиеся выбирают уровень выполнения (информативный, импровизационный, эвристический), способ деятельности (индивидуальный или коллективный) и самоорганизуются для выполнения ситуативного задания. Самоорганизация включает: планирование, выполнение и предъявление варианта решения. Результатом этого этапа является выполнение и представление ситуативного задания.

На четвёртом этапе «Рефлексивной деятельности» соотносится полученный результат с поставленной целью и проводится самоанализ и самооценка собственной деятельности по выполнению ситуативного задания в рамках изучаемой темы. Результатом является умение анализировать и оценивать успешность своей деятельности.

Технологическая карта классного часа, проведённого в рамках программы «Здоровье» в 5 классе (1 час).

Тема: «Путешествие по музеям напитков»

Тип урока: комплексное применение знаний – практикум (выработка умений самостоятельно применять знания в комплексе, в новых условиях)

Цель: дать представление о значении жидкости организма; о необходимом количестве жидкости в ежедневном рационе питания человека; разнообразии и ценности напитков.

Задачи: развитие умений учащихся использовать полученные знания культуры правильного питания в жизни.

Оснащение и оборудование: демонстрационные столы с предметами, используемые как «экспонаты музея», столы со стульями для групп, мультимедиа проектор для демонстрации презентаций учащихся.

Технологическая карта включает четыре этапа.

1 этап: Мотивационный.

Задачи этапа – формирование у обучающихся готовности к работе, погружение в проблему, постановка задач.

Рекомендованное время – 3 минуты.

Содержание деятельности:

– учитель – проверяет готовность учащихся к классному часу, объявляет тему и цели, раскрывает его содержание (вместе);

– учащиеся – включаются в процесс целеполагания, настраиваются на успешную деятельность.

Форма и методы работы – фронтальная; объяснительно-иллюстративная.

Обратная связь – готовы к восприятию нового материала, настрой на успешную работу.

2 этап: Ориентирующий.

Задачи этапа – актуализация представлений о значении жидкости для жизнедеятельности организма, о необходимом количестве жидкости в ежедневном рационе питания человека.

Рекомендованное время – 7 минут.

Содержание деятельности:

– учитель – выдвигает проблему необходимости воды для организма человека, предлагает самостоятельно рассчитать необходимое количество воды в день для каждого учащегося, сравнить полученный результат (использует наглядные пособия), подводит обучающихся к выводу о необходимости человека заботиться о своём здоровье;

– учащиеся – слушают учителя, проводят математические вычисления, сравнивают результат вычислений, наблюдают, отвечают на вопросы учителя.

Форма и методы работы – фронтальная, индивидуальная; иллюстративный, практический, демонстрационный.

Обратная связь – понимают и принимают основное содержание информации, умеют из наблюдения и сравнения извлекать необходимые понятия, применять их на практике.

3 этап: Деятельностный.

Задачи этапа – включение в деятельность моделирующие элементы технологии эффективной коммуникации, организация работы в группах.

Рекомендованное время – 35 минут.

Содержание деятельности:

– учитель – заранее класс делится на 5 групп; каждая группа представляет «музей» напитков: «музей воды»; «музей морсов, компотов и киселей»; «музей молока и молочных продуктов»; «музей чая». Вводит учащихся в курс дела (заранее): сообщает тему классного часа, в какой форме будет проходить классный час, раздаёт темы заданий, Предлагает представить свои работы на классном часе;

– учащиеся – работа происходит в группах: заранее обсуждают тему; распределяют «роли»; готовят презентацию; наглядные пособия – «экспонаты музея». Представляют свой «музей», рассказывая о напитках, их разнообразии и ценности, демонстрируя свои презентации на экране и «экспонаты музея».

Форма и методы работы – групповая, самостоятельная; объяснительно-иллюстративный, практический.

Обратная связь – анализ результатов работы в группах, отстаивают свои наработки, рефлексия.

4 этап: Рефлексивный.

Задачи этапа – создание условий, активизирующих рефлексивный анализ, анализ достижений.

Рекомендованное время – 15 минут.

Содержание деятельности:

– учитель – подводит итог беседы о значении жидкости для организма человека, об умении использовать полученные знания в повседневной жизни, благодарит учащихся за подготовительную работу и работу на классном часе;

– учащиеся – слушают классного руководителя, высказывают своё мнение, отвечая на вопросы классного руководителя, формулируют конечный результат своей работы на классном часе.

Форма и методы работы – фронтальная; объяснительно-иллюстративный.

Обратная связь – цель классного часа достигнута.

«ПАСПОРТ ЗДОРОВЬЯ» КАК КЛЮЧЕВОЙ ЭЛЕМЕНТ МОНИТОРИНГА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКА

*Ощепкова И. А.,
учитель начальных классов МБОУ СОШ № 61,
г. Нижний Тагил*

Сохранение и укрепление здоровья школьников объявлено актуальнейшей проблемой и предметом первоочередной важности. «Паспорт здоровья школьников» является новой формой организации здоровьесберегающей деятельности. Он позволяет организовать личностно ориентированный подход по сохранению и укреплению здоровья ребёнка, способствует формированию мотивации на здоровый образ жизни, на ценностное отношение к здоровью на основе полных данных о состоянии здоровья каждого ученика.

«Паспорт здоровья школьника» включает данные о ребёнке от рождения до совершеннолетия. Содержит все физиологические характеристики на основе ежегодной диспансеризации, включая текущие болезни. По результатам медосмотров врачи составляют рекомендации для учащихся, родителей, педагогов. Появляется возможность разработки оздоровительных программ, организации профилактической работы с учащимися и контроля со стороны взрослых по выполнению ребёнком рекомендаций врачей. Паспорт поможет готовить ребёнка к выбору будущей профессии с учетом состояния здоровья.

Он поможет выявить заболевания у каждого школьника на ранней стадии, разработать индивидуальные оздоровительные программы – дети получают конкретные рекомендации, что нужно сделать, чтобы поправить здоровье. Профилактическая работа будет организована на новом уровне.

Паспорт обеспечивает единую систему включения взрослых и детей в совместную деятельность по здоровьесбережению, позволяет расширить информационное пространство школы, объединить усилия врачей, педагогов, родителей по сохранению и укреплению здоровья школьников. Разработать и внедрить новые режимные моменты, улучшить состояние здоровья детей, повысить успеваемость, сформировать у ребёнка убеждение, что здоровье – это главная ценность человека, основной фактор успеха на последующих этапах его жизни.

Целью создания паспорта является формирование у школьников осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью как к высшей ценности, как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни человека.

Задачи: формирование базы данных о состоянии здоровья школьников на основе мониторинга результатов углублённого медицинского осмотра; разработка и внедрение в образовательный процесс научно – обоснованных методических рекомендаций, новых режимных моментов, корректировка на основе мониторинга; стимулирование повышения внимания уча-

щихся, их родителей, учителей к вопросам здоровья и питания, здорового образа жизни.

Разработка «Паспорта здоровья школьника» рассчитана на внедрение в образовательный процесс школы с 1 по 11 класс, для всех учащихся. Данные о здоровье в паспорт заносит классный руководитель из медицинской карты ребёнка, данные о функциональных возможностях ребенка – учитель физкультуры. Родители ежегодно заполняют анкету о здоровье ребёнка. Ребёнок работает с паспортом постоянно. Время работы с паспортом в школе – на классных часах, посвящённых здоровью.

«Паспорт здоровья школьника» позволит расширить информационное пространство – появится база данных о состоянии здоровья каждого ученика, каждого класса, всей школы. Эта форма ведения мониторинга состояния здоровья школьников объединит усилия врачей, педагогов и родителей по сохранению и укреплению здоровья детей, по формированию у учащихся осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью как к высшей ценности.

С учётом полученных данных появится возможность эффективно организовать учебно – воспитательный процесс. Перейти на внедрение новых технологий с использованием компьютерной техники – закладка данных о здоровье в электронном виде.

Здоровье детей улучшится, снизится заболеваемость, повысится успеваемость, снизится тревожность, улучшится стрессоустойчивость. Заполнение этого документа можно будет продолжить и самим учащимся после окончания школы.

Приведу образец «Паспорта здоровья» (в сравнении).

**Состояние здоровья учащихся в 1 классе и в 4 классе
(в сравнении, выборка)**

	в 1 классе			в 4 классе			прибавка		группа здоровья
ФИ учащегося	Гр. здоровья	Рост (см)	Вес, кг	Гр. здоровья	Рост (см)	Вес, кг	Рост (см)	вес, кг	изменения
Б. Н. 1	II осн.	128	26,00	I осн.	143	33,0	15	7,0	изменения +
Б. Н. 2	II осн.	132	31,01	I осн.	149	40,0	17	8,09	изменения +
Б. К.	II осн.	124	22,07	II осн.	143	29,0	19	6,03	без изменений
В. В.	II осн.	122	23,01	II осн.	139	32,0	17	8,09	без изменений
В. Ж.	II осн.	129	29,04	II осн.	150	46,0	21	16,06	без изменений
Г. В.	II осн.	122	21,00	I осн.	143	33,0	21	12,0	изменения +
Г. А.	II осн.	121	26,09	II осн.	144	43,0	23	16,01	без изменений

«Паспорт здоровья школьника» является основой для организации здоровьесберегающей работы со школьниками. Это важный документ, за которым – личность ребёнка и возможности её развития.

Он поможет выявить заболевания у каждого школьника на ранней стадии, разработать индивидуальные оздоровительные программы – дети получают конкретные рекомендации, что нужно сделать, чтобы поправить здоровье. Профилактическая работа будет организована на новом уровне.

Создавая «Паспорт здоровья», я руководствовалась следующим:

- Все участники учебно–воспитательного процесса должны обладать точной информацией о состоянии здоровья каждого ребёнка.

- В паспорт вносятся все физиологические характеристики ребёнка на основе ежегодной диспансеризации и текущие болезни, рекомендации врачей. Главное не констатация физиологических параметров, а конкретные выводы, что нужно сделать, чтобы улучшить здоровье школьника.

- Заполняя паспорт, просматривая, выполняя рекомендации врачей, ребёнок приобретает опыт самонаблюдения, самоконтроля, учится прислушиваться к себе, анализировать состояние здоровья.

- Обеспечить единую ситуацию включения взрослых и детей в совместную деятельность по сохранению и укреплению здоровья, в формировании здорового образа жизни: врач – учитель – родитель – ребёнок.

- «Паспорт здоровья школьника» должен стать базовым ориентиром организации здоровьесберегающей деятельности, методической основой для педагогов. Он расширит информационное пространство школы через использование ИКТ.

ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ УРОК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ: ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ

*Перезолов А. Е.,
преподаватель физической культуры
ГБОУ СПО СО НТПК № 2,
г. Нижний Тагил*

В соответствии с требованиями ФГОС (начального и основного общего образования) целью школьного образования по физической культуре является – формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. Данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование *устойчивых мотивов и потребностей* школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Основной формой организации учебной деятельности учащихся в процессе освоения ими содержания предмета являются уроки физической культуры. В связи, с чем именно от качества проведения уроков, их содержания, использования образовательных технологий в первую очередь будет зависеть достижение образовательных результатов.

Так, например, анализируя требования ФГОС к результатам освоения программы основного общего образования по предмету «Физическая культура» хочется обратить внимание на следующие личностные результаты:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма;
- способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия;
- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;
- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам современных оздоровительных систем.

Анализ программно-нормативных документов, многочисленные наблюдения за организацией и содержанием образовательного процесса, беседы с учителями физической культуры позволили нам выделить ряд противоречий существующих на данный момент в системе школьного (базового) физкультурного образования:

- между требованиями ФГОС к материально-техническим условиям, реализации программы по физической культуре и неудовлетворительным состоянием физкультурно-спортивной базы образовательных учреждений, недостаточным методическим и дидактическим обеспечением образовательного процесса;
- между несоответствием содержания уроков физической культуры требованиям ФГОС к результатам освоения программы;
- между необходимостью изменения подходов к преподаванию физической культуры в общеобразовательной школе и неготовностью, а чаще всего нежеланием самих учителей совершенствовать методику преподавания уроков физической культуры.

Выявленные противоречия позволили определить проблему, которая заключается в обосновании включения теоретико-практического оздоровительного урока в содержание программы по физической культуре.

Анализируя данные о состоянии здоровья школьников, пришли к выводу, что одна из основных причин – неосознанное отношение учащихся к понятию «здоровье» вообще и к личному (персональному) здоровью в частности. Считаем, что школьные уроки физической культуры могут качественно изменить сложившуюся ситуацию, если приоритетными для учителя станет не только овладение учащимися умениями и навыками вы-

полнения физических упражнений, совершенствование физических (телесных) кондиций, а сознательное, осмысленное отношение учащихся к формированию своего здоровья.

В связи с этим ключевым звеном базового физкультурного образования является *интеллектуализация и активизация* процесса обучения, поскольку именно расширение и углубление знаний о здоровом образе жизни обеспечивает высокую мотивированность («Что даёт мне лично?»), («Как я могу это использовать в своей жизни?») и активность («Как я смогу это сделать?», «Чего я смогу добиться?»).

Интеллектуализация имеет в виду приобретение знаний о здоровом образе жизни, освоение умений и навыков организации процесса активного здоровьесформирования, наличие высокой мотивации к повышению резервов здоровья.

Главная задача, которая долгое время ставилась перед школьным уроком физической культуры, – обеспечить высокую моторную плотность деятельности учащихся. Поэтому во время уроков учитель нечасто поясняет, демонстрируя упражнения, каково его применение и значение в жизни, почему один элемент следует за другим, как влияет данное упражнение на организм человека, а, ведь, это необходимо. Главное – это создание у детей целостного представления о физической культуре, «культуре здоровья» как элементах общей культуры человека.

В связи с чем, уроки ТПО – представляются целесообразной и оптимальной формой для внедрения инновационных образовательных технологий, где в полной мере могут реализовываться здоровьесберегающие, личностно-ориентированные, деятельностные подходы в обучении.

Уроки ТПО могут занимать до 30 % учебного времени. Вполне обоснованным является следующее распределение учебной нагрузки: 2 часа в неделю практические занятия (основное содержание двигательная активность учащихся) 1 час в неделю урок ТПО. Такое распределение учебной нагрузки позволит частично решить проблему загруженности спортивных залов школы, принципиально обновить содержание занятий, деятельность учащихся и учителя, решить проблему достижения личностных, метапредметных, предметных результатов освоения курса «Физическая культура».

Как правило, возможности для реализации задач образования в области здоровья достигаются использованием на уроках *активных методов и форм обучения*. В содержании уроков ТПО могут быть успешно реализованы следующие инновационные образовательные технологии:

- информационно-коммуникационные технологии (ИКТ);
- технологии развития критического мышления («Мозговая атака», «Групповая дискуссия», «Чтение с остановками и Вопросы Блума», «Кластеры», «Синквейн», «Шесть шляп» и др.);
- технологии проектной деятельности;

- технологии проблемного обучения;
- игровые технологии, направленные на развитие логического мышления, внимания, пространственного воображения, зрительной памяти, мелкой моторики и координации движений, игровое моделирование;
- технологии сотрудничества и группового взаимодействия;
- психолого-педагогический тренинг.

К сожалению, для использования их в повседневном учебном процессе необходима не только корректировка учебных программ, но и соответствующая подготовка педагогов. Фактически это смещение традиционного методического набора в сторону психологических технологий. Именно этот вектор профессионального развития учителя позволит ему в наибольшей степени реализовать индивидуальный подход к учащимся и превратить используемые технологии в здоровьесберегающие.

В содержание практической части урока ТПО следует включать следующие оздоровительные мероприятия:

1. Мероприятия, направленные на повышение резистентности и расширение адаптационных возможностей организма: массаж биологически активных точек и зон у детей, дыхательная гимнастика.

2. Мероприятия, направленные на снятие зрительного утомления: использование офтальмотренажеров, гимнастика для глаз.

3. Мероприятия для уменьшения статического напряжения опорно-двигательного аппарата: физкультурные минутки и паузы с упражнениями, формирующими правильную осанку и укрепляющими мышечный корсет, для снятия утомления с плечевого пояса, туловища, рук и ног при работе с ПЭВМ.

4. Мероприятия, направленные на уменьшение эмоционального напряжения и улучшение деятельности центральной нервной системы: мышечная релаксация, обучение элементам аутотренинга, психотехнические игры, упражнения психологической саморегуляции.

Особенности образовательной среды учреждения, потребности в содержательном аспекте образования в области здоровья требуют вариативности в программном обеспечении данного направления. На федеральном и региональном уровнях различными авторами предлагаются интересные программы и учебно-методические комплекты к ним.

Таким образом, воспитание культуры здоровья, здорового образа жизни, обучение учащихся саморегуляции, телесного и духовного самосовершенствования, неизбежно приводят к совершенствованию содержания физического воспитания в общеобразовательной школе и, безусловно, воспитывает у учащихся умение осознанно выбирать здоровье, как основополагающую жизненную ценность.

РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ УЧАЩИХСЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ ПОДВИЖНЫХ ИГР

*Перезолова Н. М.,
учитель физической культуры МБОУ СОШ № 61,
г. Нижний Тагил*

Актуальность проблемы развития эмоционально-волевой сферы личности определяется потребностями целого ряда общественных институтов, начиная с включения в процесс формирования и воспитания членов общества. Семья, школа, высшее учебное заведение, общество с каждым годом предъявляют к подрастающему поколению все более высокие морально-этические, социально-политические, идеологические требования. Трудно представить себе количество внешних и внутренних факторов, которые воздействуют на человека и каждый раз изменяют мир его переживаний. Далеко не все владеют своими эмоциями, чувствами и поступками.

В разное время вопросами нарушений эмоциональной сферы занимались отечественные ученые Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн, Л. И. Божович, И. В. Дубровина и др., которые анализировали этиологию эмоциональных нарушений детей младшего школьного возраста, описывали эффективные средства ее диагностики и коррекции.

Та или иная эмоция способна существенно повлиять на течение других психических процессов, ускорить или замедлить мыслительную деятельность, сделать ее более продуктивной и способной повлиять на волю человека. В процессе познания окружающего мира человек для достижения поставленных целей преодолевает различные трудности, сознательно регулируя свое поведение, в этом проявляется его воля.

В отечественной психологии изучением воли занимались С. Л. Рубинштейн, Б. Г. Ананьев, В. А. Крутецкий и др. Линии исследования воли и эмоций сформировались и существуют как относительно независимые. Однако часто они рассматриваются в единстве, и используется термин эмоционально-волевая сфера личности.

Известно, что одним из средств эмоционально-волевого развития учащихся младшего школьного возраста является использование подвижных игр. В педагогической науке подвижные игры рассматриваются как важнейшее средство всестороннего развития ребёнка. Глубокий смысл подвижных игр – в их полноценной роли в физической и духовной жизни, существующей в истории и культуре каждого народа. Роль игры как социально-психологического феномена раскрыта в работах отечественных психологов Л. С. Выготский, Д. Б. Эльконин, А. Н. Леонтьев и др. Физиологи-

ческие аспекты игры в своих трудах рассматривали П. Ф. Лесгафт, П. Ф. Каптерев, С. А Шмаков, М. Н. Жуков и др.

Изучив и проанализировав психолого-педагогическую и методическую литературу по проблеме развития эмоционально-волевой сферы младших школьников, мы пришли к выводу, что требования, предъявляемые к учащимся в современной школе зачастую приводят к тому, что педагоги уделяют большое внимание таким психическим процессам как речь, внимание, мышление, память, воображение, при этом в меньшей степени рассматривают эмоционально-волевою сферу ребенка как ведущую сферу психики, которая оказывает влияние на развитие всех психических процессов младшего школьника.

Из этого следует, что грамотный подход к развитию эмоционально-волевой сферы младших школьников является актуальной проблемой и должна рассматриваться в качестве наиболее важной, приоритетной задачи современного воспитания.

Таким образом, возникает противоречие между необходимостью целенаправленного воздействия на эмоционально-волевою сферу младших школьников и отдельными недостатками в методическом обеспечении данного процесса.

Обнаруженное противоречие обозначило проблему, которая заключается в поиске эффективных средств развития эмоционально-волевой сферы младших школьников.

С целью определения уровня развития эмоционально-волевой сферы учащихся младшего школьного возраста нами была проведена психодиагностика учащихся 1-ых классов МБОУ СОШ № 61 г. Н. Тагила.

Для диагностики были выбраны следующие методики:

- методика наблюдения за проявлением волевых качеств А. И. Высоцкого;
- методика А. Н. Лутошкина «Эмоциональная цветопись»;
- методика В. Г. Щур «Лесенка».

При проведении наблюдения по методике А. И. Высоцкого было выявлено, что такие волевые качества как дисциплинированность (у 64 % учащихся) и организованность (у 56 % учащихся) развиты лучше всего и соответствуют третьему (среднему) уровню. Слабо развиты такие качества: самостоятельность – 52 % , настойчивость – 60 %, выдержка – 52 %, решительность – 68 % и инициативность – 80 %. Полученные результаты свидетельствуют о недостаточном уровне сформированности волевых качеств, что подтверждает результаты теоретического анализа научно-методической литературы.

Результаты методики А. Н. Лутошкина «Эмоциональная цветопись» показали, что эмоциональное самочувствие детей находится на среднем уровне. По результатам тестирования по методике В. Г. Щур «Лесен-

ка», выявлено, что у детей 1-ых классов наблюдается высокая самооценка по всем трем позициям («Я», родители, учитель), что объясняется особенностями данного возраста – дети не способны дать объективную самооценку.

Таким образом, развитие эмоционально-волевой сферы у учащихся младшего школьного возраста будет более эффективным при использовании специально подобранных методов и приемов, способствующих развитию эмоционально-волевой сферы. При этом нужно учитывать психологические особенности развития младших школьников. Одним из действенных средств развития эмоционально-волевой сферы младшего школьника являются подвижные игры, которые создают условия для проявления волевых качеств и положительных эмоций.

В связи с этим требования обязательной оздоровительной направленности образовательного процесса диктуют необходимость пристального внимания к тем возможностям игры, которыми она располагает с точки зрения адаптации младших школьников к новому режиму психофизической активности, регуляции и нормирования их интеллектуальной, эмоциональной и физической нагрузки, сохранения и укрепления здоровья. А также предупреждения и устранения недостатков в физическом развитии.

Являясь неотъемлемым компонентом оздоровительной среды, игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и продолжают существовать в реальной жизни.

В связи, с чем нами разработана программа по организации внеурочной деятельности младших школьников с использованием подвижных игр.

Задачи программы:

- создание условий для адаптации учащихся 1-ых классов к образовательной среде;
- создание условий для оптимизации двигательной активности младших школьников во внеурочное время;
- формирование умений самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- развитие сообразительности, речи, воображения, коммуникативных умений, внимания, ловкости, сообразительности, инициативы, быстроты реакции, и так же эмоционально-чувственной сферы;
- воспитание культуры игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Программа имеет физкультурно-оздоровительную направленность и рассчитана на 1 год, с общим объёмом 32 часа. Занятия проводятся один раз в неделю и организуются в игровой форме. Содержание занятий вклю-

чает в себя несколько подвижных игр и эстафет из одного или разных разделов тематического плана предмета «Физическая культура», 1-2 игры, ранее изученные и одна новая игра. По мере освоения детьми правил подвижных игр, детям предлагается самостоятельный выбор и организация подвижных игр. Структура занятия имеет общепринятую схему: подготовительная, основная и заключительная части. Занятия может проводить: учитель начальных классов, учитель физической культуры.

В программе представлен комплекс подвижных игр, подобранных с учётом возрастных особенностей учащихся 7-8 лет, позволяющих осуществлять целенаправленное развитие эмоционально-волевой сферы, развития основных физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости). Применение подвижных игр во внеурочной деятельности, позволит восполнить потребности детского организма в двигательной активности и создать условия для адаптации учащихся первых классов к образовательной среде.

**УПРАВЛЕНЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В СОЗДАНИИ
ПЕДАГОГИЧЕСКИХ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УСЛОВИЙ,
ОБЕСПЕЧИВАЮЩИХ ВОСПИТАНИЕ
КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СИСТЕМЕ
«ДОУ – СЕМЬЯ»**

*Полухина Л. А.,
заведующий детским МАДОУ «Радость»
детский сад № 177,
г. Нижний Тагил*

Приоритет семьи в воспитании ребенка неоспорим. Закон РФ «Об образовании» признал, что «...родители являются первыми педагогами своих детей. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в раннем детском возрасте». Взаимодействие детского сада и семьи основаны на принципе единства воспитательных воздействий.

Содержание, формы и методы педагогического просвещения родителей дошкольников.

Содержание деятельности детского сада с воспитанниками предусматривает оздоровительную и физкультурно-оздоровительную работу, предполагающую внедрение эффективных закаливающих процедур традиционными и нетрадиционными методами, обучение детей здоровому образу жизни; мониторинг успешности обучения воспитанников в период их пребывания в детском саду, с целью наблюдения за их развитием в динамике;

контроль соответствия образовательной среды (материально-технического обеспечения, характеристика педагогического коллектива, организация воспитательно-образовательного процесса) и социума возрастным, половым, индивидуальным особенностям, состоянию здоровья воспитанников, своевременному выявлению факторов риска для их здоровья и развития.

Кроме того:

- консультативную деятельность, предполагающую оказание помощи всем участникам воспитательно-образовательного процесса по вопросам сохранения здоровья, применяя способы и средства для его укрепления;
- работу по формированию жизненных приоритетов и ценностных установок здорового образа жизни и самореализацию личности педагогов;
- реализацию потребности педагогов в повышении профессиональной квалификации.

Цель педагогического просвещения родителей – развитие их субъектной позиции в образовательной деятельности. Педагогическая поддержка развития субъектной позиции родителей в педагогическом образовании построена по определенному алгоритму и включает 4 последовательных этапа.

Первый этап направлен на развитие у родителей способности познания своего ребенка и себя, как родителя, раскрытие возможностей развития ребенка в условия дошкольного учреждения, возможности и способов своего педагогического познания.

Второй этап нацелен на развитие у родителей умений проектировать свой индивидуальный оздоровительный маршрут и индивидуальную программу развития своего ребенка.

Третий этап развивает организационно – деятельностные способности, в процессе реализации образовательных и оздоровительных программ, детей и индивидуальных оздоровительных маршрутов родителей.

Четвертый этап направлен:

а) развитие у родителей способности к самоанализу на основе оценки результатов развития ребенка, и самооценки собственного педагогического роста;

б) определение ими новых задач в развитии ребенка и своего развития.

На всех этапах педагогической поддержки перед родителями ставятся проблемы, предлагается выработать пути их решения и в процессе совместного обсуждения выбрать оптимальный вариант. Родителям предоставляется свобода выбора:

- способов познания себя и своего ребёнка;
- образовательных и оздоровительных услуг для своего ребёнка;
- степени своего участия в деятельности дошкольного учреждения;
- путей и средств повышения своей психолого – педагогической компетентности;

– форм сотрудничества с дошкольным учреждением.

Родители участвуют в работе родительского комитета, родительских собраний, на которых создаётся ситуация успеха каждому в реализации себя как родителя, позитивно оцениваются уже имеющиеся знания и навыки, предоставляется возможность их демонстрации. Предлагая родителям оценить себя и ребёнка, педагоги развивают в них навыки самоанализа и самооценки, используя рефлексивные методики.

Задачи первого этапа осуществляет «Школа заботливых родителей», где в форме круглого стола проходят встречи родителей со специалистами детского сада, педиатром, врачом физдиспансера, психологом. С помощью тематического выпуска газеты и радио «Большая медведица» родители знакомятся со средствами и путями повышения своей педагогической компетентности.

Итогом первого этапа работы с родителями – является появившийся смысл в своём педагогическом образовании и стремление учиться быть родителем.

Итогом второго этапа являются сформулированные образовательные и оздоровительные запросы родителей и представление о путях и способах их удовлетворения в детском саду и дома.

При реализации третьего этапа родителям демонстрируют достижения детей через выставки, досуговую деятельность, открытые просмотры, спортивные мероприятия, реализацию творческих проектов. Видя успех своего ребёнка, сами родители становятся активными участниками таких мероприятий, как «Самая спортивная семья», «Супербабушка», «Любовь с первого взгляда», «Суд над наказанием», «Клуб автомобилистов». Результат третьего этапа – рост педагогической компетентности родителей.

Результатом четвертого этапа является обобщение опыта воспитания сочинением, фотоальбомом, видеофильмом. Желание быть педагогически грамотным родителем поддерживается руководителем детского сада в виде дипломов, благодарностей, видео зарисовок на родительских конференциях. Достижение этого этапа – активная позиция родителей в вопросах воспитания и оздоровления своего ребёнка, возникновение новых образовательных запросов.

Далеко не все семьи в полной мере реализуют весь комплекс возможностей воздействия на ребенка. Причины разные: одни семьи не хотят воспитывать детей, другие не умеют, третьи не понимают. Во всех случаях необходима квалифицированная помощь дошкольного учреждения. В настоящее время актуальными задачами продолжают оставаться индивидуальная работа с семьей, посещение которых – это установление контакта со всеми её членами, выявление условий, традиций семьи, неформальное общение по всем интересующим вопросам.

Нетрадиционные формы работы с родителями основаны на сотрудничестве и взаимодействии педагогов и родителей в клубе «Большая медведица». В таком клубе объединяет общая проблема и совместные поиски оптимальных форм помощи в воспитании ребёнка.

– «Гостиная здоровья» – пропаганда здорового образа жизни детей и родителей, учит и знакомит с интересными людьми, предлагает полезные рецепты.

– «Праздник автомобилистов» воспитывает у мальчиков мужские качества на примере отца.

– «Когда мы вместе – нам не скучно» сообщество педагогов, детей и родителей, демонстрирует спортивные достижения, семейное хобби, совместные проекты.

– «Супербабушка года» бабушки, проявившие активную позицию в воспитании и оздоровлении внуков.

Здоровье ребёнка зависит от уровня осведомленности родителей, правильной организации здорового питания в семье. С целью определения перспектив взаимодействия детского сада и семьи по вопросам организации детского питания разработан кулинарный практикум с дегустацией блюд «Мишуткина столовая». Свои мнения, рассуждения, предложения родители могут выразить в «Почте счастья», а разочарования, обиды, возмущения в «Почте гнева». Вся работа с семьей – это система организованных форм, сориентированных на конкретный педагогический результат – уровень здоровья и творческое использование ценностей культуры здорового образа жизни.

Чтобы образовательные технологии стали действительно здоровьесберегающими, необходимо, чтобы сами педагоги приходили в учреждение с соответствующей внутренней позицией, личностной философией здоровьесберегающего образования. Тогда работа с детьми и родителями будет успешной.

Предполагаемый результат эффективности управленческой деятельности.

Эффективность для ребенка:

- отсутствие отрицательной динамики состояния здоровья
- положительная динамика качества обучения и воспитания;
- дифференцированный подход к каждому ребенку.

Эффективность для родителей:

- положительная оценка деятельности ДООУ; выполнение социального заказа на учреждение со здоровьесберегающими технологиями;
- положительная мотивация к здоровому образу жизни в семье; повышение интереса у родителей к ежедневному посещению детей в детском саду; снижение числа пропусков в посещении детьми детского сада по бо-

лезням и семейным обстоятельствам; повышение активности родителей и их участия в мероприятиях проводимых ДОУ

Эффективность для педагогов:

- повышение квалификации, образовательного уровня активности педагогов,

- сформированность сплоченного коллектива.

Конечно, методология здоровьесберегающего образования требует дальнейшего развития и обсуждения, но уверена, что принцип «Не навреди!» выполнен.

С удовлетворением смотрю на детей, как «...кружат разноцветной своей каруселью, в безумии счастья, навстречу векам, каких никогда не видеть старикам».

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

*Пономарева Г. П.,
учитель физической культуры МБОУ СОШ № 9,
г. Нижний Тагил*

Здоровье – это всегда высокая гуманитарная и социальная ценность общества и государства!

Дети и подростки, в свою очередь, являются так называемой «группой риска», которая уязвима, и быстро вовлекается в эпидемический процесс: табакокурение, употребление алкоголя, наркомания, ВИЧ-инфекция и инфекции, передаваемые половым путем. Их доля в возрастной структуре заболеваемости населения с каждым годом увеличивается. Ухудшается и состояние здоровья молодежи. В среднем в России лишь 10 % выпускников школ могут считаться абсолютно здоровыми, а 45–50 % имеют серьезные отклонения в физическом и психическом развитии.

Анализ состояния здоровья учащихся показывает, что снижается количество детей, имеющих нормальное физическое развитие, и возрастает число детей, имеющих отклонения в здоровье, в том числе пониженное зрение, избыточный вес, низкорослость, сколиоз.

Среди факторов, отрицательно влияющих на здоровье школьников:

- ограниченность двигательной активности обучающихся (гиподинамия);

- увеличение объема учебных нагрузок на обучающегося, ведущая к переутомлению, стрессам;

- распространенность новых видов зависимостей (компьютерная, интернет, игровая и др.), отрицательно сказывающихся на здоровье обучающихся;

- недостаточный уровень компетентности родителей в вопросах здоровьесберегающего образа жизни;

- низкий уровень управленческой культуры в вопросах формирования,

Вместе с тем, мы хотим видеть наших детей не только здоровыми, но и образованными, состоявшимися личностями, ведь они – будущее нашей страны! И основная задача этих детей сегодня – хорошо учиться! Однако можно ли полноценно заниматься учебой, если ты ощущаешь недомогание, испытываешь головную боль, головокружение или усталость? Ответ очевиден.

В настоящее время, здоровье человека становится самой актуальной проблемой для многих отраслей знаний, среди которых особое место отводится педагогической науке, призванной через систему образования путем формирования культуры населения развивать и сохранять здоровье человека.

Именно поэтому для меня, как преподавателя физической культуры, важно и необходимо привить эту культуру своим ученикам! Я, как и другие мои коллеги, несу ответственность за социальное, психологическое, экологическое благополучие новых поколений.

Считаю проблему обучения детей здоровому образу жизни, грамотному распределению учебного времени, а также профилактике вредных привычек, актуальной.

Именно школа сегодня может стать важнейшим звеном в этом процессе, поскольку именно на ее этапе формируются основы как индивидуального здоровья, так и, следовательно, здоровья общества в целом.

Формирование, укрепление и сохранение здоровья обучающихся, будучи педагогическим процессом, должно способствовать ориентации молодого поколения на ценности здорового образа жизни. В связи с этим актуальным становится преодоление ограниченности подхода, связанного преимущественно с развитием двигательных способностей детей и подростков. В процессе формирования здоровьесформирующего образования при очевидном превалировании телесного компонента по сути приоритетным должно оставаться духовное совершенствование человека.

Одним из направлений развития здоровьесбережения и здоровьесохранения в школе является, организация учителем физической культуры спортивно-оздоровительных коллективных творческих дел.

В основу спортивно-оздоровительных коллективных творческих дел прежде всего должны быть положены традиции народной педагогики. Забота о здоровье ребенка и его нормальном физическом развитии, воспитание выносливости, ловкости, сноровки – все это всегда было предметом

неустанной заботы народа. Физическое воспитание детей и молодежи находило свое выражение в детских играх, национальных видах борьбы, спортивных соревнованиях. Народ имел определенное представление о функциях человеческого организма, об экзогенных и эндокринных факторах физического развития. Было понимание того, что чистый воздух – важнейший элемент здоровья: «Лучше дышать свежим воздухом, чем пить лекарство». Народ понимал, что залог здоровья – физическое воспитание. Многие народные афоризмы рассматривают здоровье, как величайшее богатство, как неповторимое благо для человека.

В рамках своей профессиональной деятельности я реализую следующие традиционные спортивные мероприятия:

- спортивные соревнования – «Веселые старты»;
- участие школьных команд в Первенстве по баскетболу;
- участие школьных команд в Первенстве по пионерболу;
- проведение военно-спортивной игры «Зарничка» (для учащихся начальных классов);
- проведение военно-спортивной игры «Зарница» (для учащихся среднего и старшего звена).

Отдельного внимания заслуживают мероприятия, которые проводятся совместно со взрослыми. Невозможно вырастить здоровых и спортивных детей, если в их семьях и в других окружающих людях не развита физическая культура! Ведь влияние на развитие их личностей, в том числе, отношение к здоровому образу жизни, оказывает не только образовательное учреждение! Основываясь на этом принципе нами были разработаны спортивно-массовые мероприятия «Папа, мама, я – спортивная семья» и «Турнир поколений». Данные спортивные состязания между родителями и детьми, учениками и учителями, а также партнерами образовательного учреждения, реализуют не только привитие физической культуры, но и выполняют социальную – объединяющую детей и взрослых – функцию. Данные спортивные мероприятия, также, дают мотивацию родителям и педагогам для спортивного саморазвития и поддержания здорового образа жизни. Ведь здоровьесберегающие технологии – это система работы образовательного пространства по сохранению и развитию всех его участников – взрослых и детей.

Нельзя не упомянуть учащихся, которым запрещено, по медицинским показаниям, посещать уроки физкультуры. Считаю, что даже в этой ситуации, ребята должны развивать спортивные умения и навыки. Для таких детей предусмотрена специально разработанная программа лечебной физкультуры и гимнастики. Наблюдения показывают, что за время занятий ЛФК, физическое состояние учеников становится лучше, проходит недомогание и, что самое важное, появляется интерес и желание развивать спортивные навыки дальше.

Прежде чем начать прививать учащихся к здоровому образу жизни и разбудить их интерес к физической культуре, необходимо провести для них информационный блок, создать мотивацию. По результатам одного из занятий учащиеся получают закладки, сделанные старшеклассниками, на которых написаны следующие слова: «Ты – Человек и должен помнить, что природа заложила в тебе ежечасную потребность в движениях. Живи в гармонии со своим телом! Лучше будь активным и здоровым, чем пассивным и больным! Лучше иди по жизни с улыбкой, чем с гримасой боли. Сохраняй данное тебе природой здоровье»!

Пожалуй, в этих словах и заключается все, что необходимо донести до своих учеников учителю физической культуры, формируя здоровьесберегающую и здоровьесохраняющую среду в своем образовательном учреждении.

СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ПЕШЕХОДНЫМ ТУРИЗМОМ (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ МБОУ ДОД ГОРСЮТУР)

*Пустобаева Н. Л.,
педагог дополнительного образования
МБОУ ДОД ГорСЮТур,
г. Нижний Тагил*

В последние годы в нашей стране увеличивается заболеваемость среди детского и взрослого населения, сокращается продолжительность жизни. По официальным данным статистики Министерства здравоохранения Российской Федерации, за последние годы в состоянии здоровья и физического развития детей и подростков улучшения не отмечаются.

В настоящее время можно выделить следующие группы факторов негативного воздействия на здоровье человека и ребенка в частности:

- 1) сложная экономическая ситуация в стране;
- 2) неблагоприятная экологическая обстановка в условиях крупного промышленного города;
- 3) излишняя урбанизация и городской образ жизни все больше отрывает человека от исконной среды обитания. Стремление человека избежать воздействия факторов природных условий, рост числа профессий, связанных с умственным трудом и гиподинамией, удлинение сроков обучения и профессиональной подготовки – все это способствует снижению уровня физического развития и двигательных способностей и приводит к изнеженности человеческого организма и снижению крепости его здоровья;

4) в учебно-воспитательном процессе выделена группа факторов риска, оказывающих наиболее выраженное отрицательное влияние на развитие и состояние здоровья растущего организма: интенсификация учебно-воспитательного процесса, недостаточная двигательная активность, отсутствие у школьников гигиенических навыков, наличие вредных привычек,

5) огромный груз хронической патологии в современном обществе.

Влияние данных факторов на развитие человека привело к серьезным последствиям, и, прежде всего к резкому возрастанию количества детей с аномалиями в физическом и психическом развитии. Сегодня лишь 4–10 % выпускников общеобразовательных школ могут считаться абсолютно здоровыми.

Данные городской медицинской статистики по городу Нижний Тагил за последние десять лет также свидетельствуют о неуклонном росте процента детей с различными патологиями органов пищеварения, нервной системы, органов дыхания. В последнее время на первое место вышли болезни нервной системы, что может являться объективным следствием отрицательного влияния группы факторов риска учебно-воспитательного процесса на состояние здоровья школьников.

В связи с вышеизложенными фактами представляется целесообразным кардинальное изменение целевой установки учебно-воспитательной деятельности. Целью должно стать формирование здорового человека при максимальной реализации соматических, физиологических, социальных, нравственных и умственных возможностей.

В данных условиях, безусловно, возрастает роль занятий физической культурой, и в частности, туризмом, как средства укрепления здоровья и профилактики различных заболеваний у детей.

Под туризмом и краеведением понимается всестороннее изучение какой-либо определенной территории, проводимое методами различных наук. Объектами изучения являются физико-географическое, экономическое, историческое и культурное развитие города, области, края, региона. В своих исследованиях юные путешественники используют данные многих наук – истории, этнографии, географии, биологии и др. Туризм как форма активного отдыха и спорта способствует интенсивному познанию, изучению родного края, а так же выработке выносливости и приобретению навыков преодоления естественных препятствий.

На Городской станции юных туристов уже много лет работает секция «Пешеходный туризм». На занятиях секции учащиеся получают глубокие знания и умения по туризму, краеведению, ориентированию, топонимии, этнографии, первой доврачебной помощи. В процессе обучения предусматриваются проведение теоретических и практических занятий, участие в соревнованиях и многодневных походах, теоретические зачеты и итоговая аттестация. Воспитанники ежегодно совершают походы повышенной

категории сложности в районах Горного Алтая, Северного Тянь-Шаня, Северного и Южного Урала. Также учащиеся объединения ежегодно участвуют в городских и областных соревнованиях по туризму и ориентированию, где занимают призовые места. Все это свидетельствует об успешности реализуемой образовательной программы «Пешеходный туризм» как средства воспитания физически здоровых, сознательных патриотов своей родины.

Практика занятий в данном кружке показала, что использование больших объемов нагрузок не гарантирует рост спортивных результатов и укрепления здоровья учащихся. В связи с этим чрезвычайно важным является вопрос о рациональном сочетании технических тренировок, то есть походов выходного дня с развитием основных физических качеств и соревновательной деятельностью. Нормирование нагрузок в учебно-тренировочном процессе юных туристов отслеживается соблюдением трех важнейших принципиальных положений:

- во-первых, нагрузки должны соответствовать возрастным особенностям учащихся;
- во-вторых, быть направленными на уровень, характерный для этапа спортивного мастерства;
- в третьих, они должны на 80–90 % соответствовать специфике туризма.

Занятия туризмом занимают особое место в физическом воспитании, физическом развитии, укреплении здоровья школьников. Благоприятные условия для развития физических качеств и возможность предупреждения опасных ситуаций в лесу, на природе ставят туризм на одно из первых мест в занятиях физической культурой. Оздоровительное значение занятий туризмом заключается в следующем:

- повышение объема энергии вследствие теплоотдачи и высокого сопротивления;
- у лиц, систематически занимающихся туризмом, увеличены размеры сердца (показатели объема полостей сердца являются мерой его функционального резерва);
- пешие походы способствуют развитию функции дыхания;
- при прохождении маршрута работают практически все мышцы скелетной мускулатуры (в условиях дефицита двигательной активности туризм становится отличным средством ее оптимизации);
- туризм дает отличный закаливающий эффект, который распространяется на жизнедеятельность всего организма;
- общее оздоровление организма (снятие мышечного и умственного напряжения);
- психолого-эмоциональные сдвиги – готовность к встрече с природой, отсутствие боязни леса;

- благотворное воздействие природных факторов на все функции организма;
- формирование правильных биологических ритмов человека (в условиях крупного промышленного города люди часто страдают абиологическим поведением);
- пропаганда здорового образа жизни.

Таким образом, туризм является незаменимым средством укрепления и сохранения здоровья, а также повышения жизнестойкости организма. Это является хорошей пропагандой физической культуры, спорта и здорового образа жизни среди детей и их родителей.

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

*Румянцева О. В.,
старший воспитатель МБДОУ детский сад № 166,
г. Нижний Тагил*

Целью оздоровительной работы в ДОУ является создание устойчивой мотивации потребности в сохранении своего собственного здоровья и здоровья окружающих. Здоровье детей невозможно обеспечить без рационального питания, которое является необходимым условием их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды. Кроме того, правильно организованное питание формирует у детей культурно-гигиенические навыки, полезные привычки, так называемое рациональное пищевое поведение, закладывает основы культуры питания.

А какого ж человека можно считать культурным в плане питания? Не претендуя на строгую научность определения, можно сказать, что это тот, кто способен организовать своё питание в соответствии с потребностями организма, способствуя тем самым сохранению и укреплению здоровья.

Роль питания в современных условиях значительно повышается в связи с ухудшением состояния здоровья детей в результате целого комплекса причин, одной из которых является нарушение структуры питания и снижение его качества как в семье, так и в организованных детских коллективах. Психология повседневного питания, в принципе, сводится к двум понятиям: «вкусно» и «полезно». Часто эти слова становятся антагонистами: «полезно» – значит невкусно, несладко, ограничено. «Вкусно» – значит празднично, бесполезно, можно позволить себе любые излишества. Это противоречие начинает формироваться еще в раннем детстве.

Если раньше наши мамы и бабушки каждый день готовили горячий обед и ужин из свежих продуктов с рынка, то сегодня у современных женщин чаще всего нет ни времени, ни сил на то, чтобы по вечерам стоять у плиты и готовить на всю семью здоровую правильную пищу. Куда проще после работы заскочить в магазин, закупить продуктов, которые можно быстро приготовить и также быстро съесть. И все бы ничего, каждый взрослый человек сам в ответе за себя и за свой желудок, но если в доме есть ребенок, то он просто вынужден есть то, что дают ему родители. Но все то, что можно взрослому, далеко не всегда можно малышу. Фаст-фуд, пиццы, жирное мясо, бутерброды, полуфабрикаты, майонез и кетчуп, сосиски и салаты из магазина – если ребенка дома кормят только этим, то о существовании какой-либо другой еды он никогда и не узнает, и даже самый правильный, вкусный и здоровый борщ покажется ему невкусным. Что уж говорить о кашах, овощных салатах, домашних котлетах – ну какой в них вкус? Какая от них радость? Они явно бледнеют и проигрывают на фоне магазинных и ресторанных покупных «вкуснюшек», к которым быстро и легко привыкают дети. В результате формируются неправильные пищевые привычки, с которых и начинаются гастриты, язвы, ожирение, ослабление иммунитета и другие «прелести» жизни.

В детском саду неукоснительно выполняются принципы такого «культурного» питания такие как: регулярность; полноценность; соблюдение режима питания; строгий контроль норм и качества продуктов питания; гигиена питания; индивидуальный подход к детям во время приема пищи.

При формировании повседневного рациона питания (на основе десятидневного меню) одним из важных условий является максимальное разнообразие блюд с обязательным во введением в него всех групп продуктов и исключение частой повторяемости блюд в течение срока действия меню. Кроме того в детском саду учитываются имеющиеся научные данные о совместимости продуктов и наилучшем сочетании блюд. В зимне-весеннее время в целях профилактики гиповитаминозов проводится искусственная витаминизация холодных напитков аскорбиновой кислотой, используется поливитаминный напиток «Золотой шар».

Опыт показывает, что создание благоприятной образовательной среды способствует не только прочным знаниям, но и одновременно способствует формированию культуры здорового питания дошкольников. В работе детского сада используются различные формы пропаганды здорового образа жизни и правильного питания. Чтобы уточнить знания детей о полезных продуктах, их значении для здоровья, воспитатели проводят циклы занятий по следующей тематике «Полезные и вредные продукты», «Витамины и здоровый организм», «Пейте дети молоко» «Каша–матушка наша», «Плох обед, когда хлеба нет» и т. д.

Культуру еды часто относят к гигиеническим навыкам, но её значение не только в выполнении физиологических потребностей. Она имеет этический смысл – ведь поведение за столом основывается на уважении к сидящим рядом людям, и так же к тем, кто приготовил пищу. Овладение культурой еды – нелегкое для дошкольников дело, но осуществлять формирование этих навыков необходимо, надо добиваться, чтобы дети ели с удовольствием, с аппетитом и опрятно. Формируя у детей культуру питания, мы исходим из утверждения – «красивая еда не только возбуждает аппетит, но и дает нам возможность пережить удивительное чувство сродни тому, которое мы испытываем при взгляде на картины великих художников». Со средней группы дети привлекаются к сервировке стола, осваивают правила этикета. Воспитатель, завтракая, обедая и полдничая вместе с детьми, демонстрирует им красоту, разумность и необходимость соблюдения этикета во время застолья.

В рамках реализации образовательной области познание в ходе познавательно исследовательской и продуктивной деятельности в группах старшего дошкольного возраста проводятся занятия по приготовлению различных блюд с использованием алгоритмов: «Печенье для мальчиков», «Полезный винегрет», «Веселый бутерброд», и др. Дегустаторами этих блюд являются сами маленькие повара.

При знакомстве с зерновыми культурами, изделиями из муки, воспитатели предлагают детям поработать с тестом. В ходе работы детей с соленым тестом рождаются сюжетные картины, которые являются иллюстрациями к прочитанным сказкам. Каждый ребенок в детском саду знает, что макароны и крупы не только полезны, но и являются отличным материалом для творчества. Картины, сувениры, шкатулки, рамки для фотографий – вот что создают дети совместно с воспитателями.

Питание, как никакая другая область потребностей человека, зависит от сезонных изменений в природе. Задача педагога представить вещи и явления в следственно-причинной зависимости, которую ребенок познает сам. Один из аспектов работы в этом направлении знакомство детей с приправами, специями и пряностями. Оно связано с развитием вкусовых и обонятельных ощущений, взгляда на то, что вещества и продукты, потребляемые человеком, всегда влияют на состояние организма. В летнее время педагоги привлекают детей к выращиванию и сбору овощей на огороде «Здоровячек». Дети с удовольствием наблюдают и ухаживают за посадками, знакомятся с многообразием растений употребляемых в пищу. В зимнее время выращивают лук, укроп, салат и петрушку в «Огороде на окне» для витаминизации и украшения блюд.

Развитие представлений детей о народных традициях питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, проходит в ходе организованной деятельности и досугов, посвященных Рождеству, Капустным посиделкам,

Вечёркам, Масленице, празднику светлой Пасхи. В ходе досугов дети узнают от Хозяйки избы как заготавливают продукты на зиму (солят капусту, огурцы, сушат яблоки, грибы, ягоды и т. д.), знакомятся с традиционными блюдами уральской кухни. Досуги завершаются чаепитием с угощением детей пирогами, блинами, булочками – «жаворонками».

Использование десятидневного меню позволяет обеспечить детский организм необходимыми веществами и элементами для полноценной жизнедеятельности. Организация питания в детском саду должна сочетаться с правильным питанием ребенка в семье. Педагоги стремятся к тому, чтобы домашнее питание дополняло рацион детского сада. С этой целью родители информируют о продуктах и блюдах, которые ребенок получил в течение дня в ДОУ, ежедневно размещая меню в группах. Кроме того, воспитатели и старшая медсестра предлагают родителям рекомендации по домашним ужинам и питанию ребенка в праздничные и выходные дни. Активно используются для просветительской работы информационные листы и буклеты. Регулярно с родителями проводятся: анкетирования, беседы, консультации по организации здорового питания.

Ежегодной традицией детского сада стало проведение конкурсов и мероприятий: конкурс поделок из овощей и фруктов «Дары осени»; родители и воспитатели оформляют стенд «Моё любимое блюдо», где каждая семья может поделиться рецептом своего любимого блюда; дети совместно с родителями пишут книжки-малышки с фантастическими рассказами и сказками из жизни овощей и фруктов. Такие самодельные книги становятся предметом любви и гордости детей.

Таким образом, лишь при условии совместной целенаправленной деятельности родителей и педагогов может быть обеспечена положительная динамика показателей ориентации детей на здоровый образ жизни.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКИ ОРИЕНТИРОВАННОМУ ПОВЕДЕНИЮ

*Рыбак О. В.,
воспитатель МБДОУ детский сад № 42,
г. Нижний Тагил*

Компетентностно-ориентированная технология экологического образования детей дошкольного возраста направлена на комплексное решение задач экологического образования дошкольников через экологизацию различных видов детской деятельности и экологизацию развивающей предметной среды, а также на формирование ключевых компетентностей детей дошкольного возраста в процессе разнообразных видов деятельности до-

школьников экологического содержания. Под экологизацией деятельности дошкольника понимается обогащение ее содержания за счет экологического компонента.

Целью компетентностно-ориентированной технологии экологического образования детей дошкольного возраста является реализация интегрированного подхода к экологическому образованию детей дошкольного возраста.

Задачи, решаемые в ходе реализации данной технологии, следующие:

1. Формирование у детей основы систематических знаний по экологии, способствующих ориентации в современном мире.
2. Интеграция различных видов деятельности детей на основе экологической деятельности как системообразующей.
3. Развитие у детей творческого подхода к решению конструктивных задач, самостоятельного продумывания и осуществления оригинальных замыслов.
4. Формирование у детей навыков поисково-познавательной деятельности экологической направленности, способности к преобразованию, активной позиции в познании.

Концептуальную основу компетентностно-ориентированной технологии экологического образования детей дошкольного возраста составили следующие психолого-педагогические теории и положения:

1. Концепция целостного развития ребенка-дошкольника как субъекта детской деятельности М. В. Крулехт, в которой убедительно доказывается, что интенсивное интеллектуальное, эмоционально-личностное развитие ребенка, его благополучие и социальный статус в группе сверстников связаны с осознанием позиции субъекта детской деятельности. Освоение ребенком позиции субъекта требует специальной педагогической технологии, которая бы позволила ребенку участвовать в разнообразной детской деятельности и способствовала формированию его ключевых компетентностей.

2. Деятельностный подход (А. Н. Леонтьев, П. Я. Гальперин, Л. С. Выготский), который опирается на представление о структуре целостной деятельности (потребности – мотивы – цели – условия – действия) и объясняет процесс активно-исследовательского усвоения знаний и умений посредством мотивированного и целенаправленного решения задач (проблем).

Деятельность – единственный способ саморазвития, самореализации, самораскрытия человека. Дошкольник стремится к активной деятельности, и чем она полнее и разнообразнее, чем более она значима для ребенка и отвечает его природе, тем успешнее идет его развитие, реализуются потенциальные возможности.

3. Положения и методические подходы к деятельности экспериментирования Н. Н. Поддьякова, согласно которым в качестве основного вида

поисковой деятельности выделяется особая детская деятельность – экспериментирование.

Принципами, обеспечивающими эффективность реализации компетентностно-ориентированной технологии экологического образования детей дошкольного возраста, являются:

1. Принцип проблемности. Проблемное обучение тесно связано с принципом системности, так как предполагает реализацию разработанной системы постепенно усложняющихся задач.

2. Принцип системности предполагает систему занятий, которая реализуется через комплекс различных деятельности ребенка.

3. Принцип наглядности связан с наглядно-образным и наглядно-действенным мышлением ребенка дошкольного возраста и учитывается при организации различных видов деятельности ребенка в развивающей среде.

4. Принцип научности предполагает, что педагог в своей работе применяет только научно обоснованные методические приемы, соответствующие данному возрасту детей, учитывающие их психологические особенности.

5. Принцип гуманистичности проявляется, прежде всего, в выборе педагогами гуманистической модели образования, подразумевающей переход на новый тип отношений педагога и ребенка, когда они оба участвуют в образовательном процессе, при этом ребенку предоставляется как можно больше самостоятельности для выражения своих чувств, мыслей, самостоятельного познания окружающего мира путем экспериментирования.

6. Принцип целостности отражает целостное восприятие окружающего мира ребенком и его единство с миром природы.

7. Принцип последовательности прослеживается в системе последовательного развертывания знаний от простого – к более сложному.

8. Принцип деятельности предполагает построение системы занятий на деятельностной основе.

9. Принцип интеграции подразумевает, что при интегрированном подходе все педагоги дошкольного учреждения сотрудничают между собой на всех этапах работы с детьми.

Компетентностно-ориентированная технология экологического образования детей дошкольного возраста основана на интеграции различных видов детской деятельности (игровая, трудовая, поисковая, деятельность экспериментирования), включающих в себя экологический компонент.

Экологизация поисковой деятельности может осуществляться через вовлечение детей в разнообразные ситуации экологического содержания. Такой подход имеет большое значение для формирования навыков экологически грамотного и безопасного поведения дошкольника.

Компетентностно-ориентированная технология экологического образования детей дошкольного возраста предполагает формирование и стимулирование познавательного интереса дошкольников:

- через наличие эмоционального компонента;
- организацию воспитательно-образовательного процесса на принципах гуманизма и сотрудничества;
- обеспечение необходимой актуальной помощи ребенку со стороны взрослого, отсутствие прямого контроля и прямого дидактизма;
- организацию предметно-развивающей среды, наполненной экологическим содержанием.

Основными методами компетентностно-ориентированной технологии экологического образования детей дошкольного возраста являются поисковые методы, а именно:

- метод поиска информации об объектах и явлениях;
- использование экспериментальной деятельности, логических цепочек, логических задач;
- использование схем, алгоритмов, экологических моделей;
- проблемные ситуации.

Компетентностно-ориентированная технология экологического образования детей дошкольного возраста отвечает запросу компетентностно-ориентированного образования, имеет интерактивный характер, обеспечивает самостоятельную деятельность ребенка, позволяет ребенку проявить творческий подход является формирующим звеном экологически грамотного поведения.

ПЕСОЧНАЯ ИГРОТЕРАПИЯ КАК ФОРМА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ

*Салтанова О. С.,
учитель-логопед МБДОУ детский сад «Детство»
детский сад № 198 «Катюша»,
г. Нижний Тагил*

Современная жизнь ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. Особенно остро эта проблема стоит в образовательной области.

Тенденция к ухудшению речи детей дошкольного возраста, снижение уровня коммуникативных умений и навыков определяет необходимость повышения знаний о важности коррекционно-развивающей работы и раз-

вития речи детей. В этой связи весьма актуальным становится вопрос о внедрении в практику здоровьесберегающих образовательных технологий, т. е. такой организации образовательного процесса на всех его уровнях, при которой качественное обучение, развитие и воспитание детей способствуют укреплению их здоровья.

Совокупность методов и приемов в коррекционной работе по преодолению нарушения речи затрагивает не только исправление дефектов речевой деятельности, но и формирование определенных психических процессов, представлений об окружающем мире, становлений отношений к воспитуемым социальным явлениям и навыкам поведения, основы личностной культуры. В процессе коррекционной работы логопеда возрастает социальная и педагогическая значимость сохранения здоровья детей.

В своей практической коррекционно-развивающей деятельности мы применяем здоровьесберегающий компонент – песочную игротерапию.

Эффект применения здоровьесберегающей технологии заключается во включении действенных методов и приемов песочной игротерапии в систему коррекционно-развивающего процесса, создавая психофизиологический комфорт детям во время занятий, предусматривающий «ситуацию уверенности» их в своих силах, помогают организовывать занятия интереснее и разнообразнее.

В качестве основополагающих принципов технологии песочной игротерапии мы можем выделить:

1. Создание коррекционно-образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессобразующих факторов образовательного процесса. Атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, индивидуальный подход, создание для каждого ситуации успеха необходимы не только для познавательного развития детей, но и для их нормального психофизиологического состояния.

2. Творческий характер коррекционно-образовательного процесса. Использование в образовательной деятельности активных методов и форм игрового обучения.

3. Обеспечение мотивации коррекционно – образовательной деятельности. Осознание ребенком успешности в самостоятельной и совместной деятельности

4. Построение коррекционно-образовательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций.

5. Рациональная организация двигательной активности. Смена видов деятельности, регулярное чередование периодов напряженной активной работы и расслабления, смена произвольной и эмоциональной активации необходимо во избежание переутомления детей.

Почему именно песок? Потому что игры на песке одна из форм естественной деятельности ребенка. Наблюдения и опыт показывают, что игра с песком позитивно влияет на эмоциональное самочувствие детей, снимают психическое напряжение у ребенка, развивает мелкую моторику рук. Все это делает его прекрасным средством для развития и саморазвития человека.

Поскольку игра происходит в контексте сказочного мира, ребенку предоставляется возможность творческого изменения беспокоящей его в данный момент ситуации или состояния. Преобразуя ситуацию в песочнице, ребенок получает опыт самостоятельного разрешения трудностей и внутреннего, и внешнего плана. Накопленный опыт самостоятельных конструктивных изменений он легко переносит в реальность.

Одними из любимых творческих речевых игр детей с использованием песка стали игры "Мой город", «Чей это след?», «Дорожки из песка», «Назови звук», «Найди друга», направленные на коррекцию и развитие фонематического восприятия и слуха детей, а также игры «Археология», «Песочная аппликация», «Кто это был?», направленные на развитие связной диалогической и монологической речи с закреплением правильного звукопроизношения в игровой неосознанной ситуации.

Сложные темы по обучению грамоте, например, такая как "Деление слов на слоги" осваивается с помощью игр "Построй ступеньки". «Паровозик», «Морские камушки».

Игры на песке – одна из форм естественной деятельности ребенка. Именно поэтому можно использовать песочницу в развивающих и обучающих занятиях. Строя картины из песка, придумывая различные истории, мы в наиболее органичной для ребенка форме передаем ему наши знания и жизненный опыт, события и законы окружающего мира. Незатейливые упражнения обладают колоссальным значением для развития психики и речи ребенка. Во-первых, они стабилизируют эмоциональное состояние детей. Во-вторых, наряду с развитием тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук, учат ребенка прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения. А это способствует развитию речи, произвольного внимания и памяти, что очень важно для детей с нарушениями речи. Но главное – ребенок получает первый опыт рефлексии, учится понимать себя и других. Так закладывается база для дальнейшего формирования навыков позитивной коммуникации.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ «ИСКУССТВО» В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС

*Семёнова О. А.,
учитель изобразительного искусства МБОУ СОШ № 44;
Фёдорова А. С.,
учитель музыки МБОУ СОШ № 44,
г. Нижний Тагил*

Главная цель образования – подготовить ученика к жизни так, чтобы он представлял собой функционально грамотную, ценностноориентированную личность, способную к самоактуализации. Перед педагогом встает проблема научить ребенка различным приемам и методам сохранения и укрепления своего здоровья, чтобы затем учащиеся могли их самостоятельно применять.

Стратегия реализации здоровьесберегающих образовательных технологий как составляющей внедрения ФГОСов – это такая организация образовательного процесса на всех его уровнях, при которой качественное обучение, развитие и воспитание учащихся происходит без нанесения ущерба их здоровью.

Проблема сохранения и укрепления здоровья школьников существует уже достаточно давно. Здоровье ребенка, его физическое и психическое развитие, социально-психологическая адаптация в значительной степени определяются условиями его жизни и, прежде всего, условиями жизни в школе. Здоровьесберегающие технологии в образовании – способ организации и реализации образовательных программ на основе всестороннего учета индивидуального здоровья обучающихся, особенностей их возрастного, психофизического, духовно – нравственного состояния и развития, сохранение и укрепление здоровья.

Задача здоровьесберегающей педагогики в свете внедрения ФГОС – обеспечить выпускнику школы высокий уровень здоровья, сформировать культуру здоровья, обучить методам здоровьесбережения и здоровьесформирования.

Здоровьесберегающий подход к уроку проявляется в том, что учителю в первую очередь самому необходимо стремиться быть здоровым и показывать детям, в этом пример, выполняя в полную силу и со всей мерой серьезности все то, о чем он говорит детям и что с них требует: если это гимнастика, то учитель выполняет ее вместе с детьми на уровне своих возможностей; если это рефлексия, то учитель тоже рассказывает о своих наблюдениях за собой; если это практическая работа, то учитель принимает в ней полноценное участие наряду с учащимися. Учителю необходимо

обнаружить у учащегося достоинства и их стимулировать, а нежелательные проявления в поведении устранять путем договора. Важно, чтобы дети ощущали абсолютное уважение к любому мнению и любому ответу каждого ученика, далее если этот ответ не совсем верный, получали одобрение наиболее удачных ответов, а также своих достижений.

Обучение должно строиться на основе следующих принципов:

1) Принцип комфортности. Создание в классе спокойной, доброжелательной атмосферы, вера в силы ребенка, осознание им процесса учения, понимание учителем и родителями значимости знаний о здоровье, организация двигательного режима учащихся, недопустимости перегрузок.

2) Принцип деятельности. Ребенок получает знания не в готовом виде, а добывает их сам в процессе своей собственной деятельности, направленной на «открытие» нового знания.

3) Принцип творчества. Максимальная ориентация на творческое начало в учебной деятельности, приобретение школьниками собственного опыта творческой деятельности. Умение создать новое, находить нестандартное решение жизненных проблем.

Здоровьесберегающих урок должен: воспитывать, стимулировать у детей желание жить, быть здоровым, учить их ощущать радость от каждого прожитого дня; показывать им, что жизнь – это прекрасно, вызвать у них позитивную самооценку.

В Концепции содержания образовательной области «Искусство» определена одна из основных задач уроков искусства: снимать нервно-психические перегрузки, восстанавливать положительный эмоционально – энергетический тонус учащихся. Поэтому наряду с основными формами учебной деятельности с детьми на уроках «Искусство. ИЗО» и «Искусство. Музыка» можно использовать логоритмику, ритмотерапию, фольклорную арттерапию, вокалотерапию, релаксацию.

Логоритмическая гимнастика – это форма активного отдыха, наиболее благоприятная для снятия напряжения после долгого сидения. Кратковременные физические упражнения под музыку, вызывая возбуждение других отделов мозга, усиливают кровообращение и создают благоприятные условия отдыха для ранее возбужденных отделов. После такого короткого активного отдыха повышается внимание детей и улучшается восприятие учебного материала.

Ритмотерапия. Танец, мимика и жест являются одним из древнейших способов выражения чувств и переживаний. Музыкально-ритмические упражнения выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, снять умственную перегрузку и утомление. Дают возможность школьнику быстро и легко подружиться с другими детьми, а это также дает определенный психотерапевтический эффект.

Фольклорная арттерапия. Русский песенный фольклор – это естественная система арттерапии, включающая в себя излечение звуком, музыкой, движением, драмой, рисунком, цветом и несущая скрытые инструкции по сохранению целостности человеческой личности. Характерная для русских танцев релаксация рук, особенно кистей, позволяет производить сбросы накопившихся зажимов. При нетрадиционных формах урока значительную роль играет терапия русским костюмом и его цветовыми сочетаниями, характером узора.

Вокалотерапия. Голос – это своеобразный индикатор здоровья человека. Петь полезно в любом случае, даже если нет ни слуха, ни голоса. Это отличное средство для снятия внутреннего напряжения и для самовыражения. После занятий вокалотерапией дыхание становится более экономным, а от этого, по утверждению ученых, напрямую зависит работоспособность человека.

Терапия изобразительным искусством. В данном виде терапии одним из важных элементов является выбор материала. Для проведения занятий нужны различные материалы, такие как карандаши, фломастеры, восковые мелки, пастель, художественный уголь, краски, гуашь. Необходимы кисти разных размеров, палитра, баночки с водой, губка. Потребуется бумага различных цветов, оттенков, формата, плотности и текстуры, картон, фольга, клей, скотч, ножницы, нитки, веревки. Для коллажей понадобятся старые журналы, репродукции, фотографии. На некоторых занятиях используются ткани, глина, пластилин, специальное тесто, песок с миниатюрными фигурками, дерево, природные и иные материалы для создания объемных композиций.

Кляксы. Детям предлагается взять на кисточку немного краски того цвета, какого им хочется, плеснуть «кляксу» на лист бумаги и сложить его вдвое так, чтобы «клякса» отпечаталась на второй половине листа. Затем лист развернуть и рассказать, на кого или на что похожа полученная «клякса». Или наполнить краской круглую кисть и сильно стряхнуть ее на бумагу, держа за кончик ручки кисти. Резко остановить кисть. В полученных кляксах попытаться увидеть различные образы, изображения.

Рисование по точкам. Педагог заранее готовит схему рисунка, составляя контурные точки. Ребенку предлагают соединить точки линией. Получившийся контур дорисовать, раскрасить, придумать сюжет и дать название. Или разделившись попарно, дети рисуют точечную схему своему партнёру.

Графическая музыка. Ребенку предлагают под музыку, закрыв глаза, проводить на бумаге линии в соответствии с восприятием мелодии. Затем найти в этих линиях образы и обвести их карандашами разного цвета (рыбка, черепаха, птица и др.).

Пальцевая живопись. Педагог предлагает детям нарисовать предмет, накладывая цветные пятна (гуашь) пальчиком или используя палочки. Можно нарисовать не весь предмет, а только его контур. Данная техника помогает красочно раскрыть тему « Мир насекомых», « Красота подводного мира».

Релаксация позволяет использовать особые упражнения, которые помогают расслабить мышцы рук, ног, лица, туловища, что помогает успокоить детей, снять мышечное и эмоциональное напряжение.

Творчество дарит человеку прекрасную возможность выразить себя, выразить своё отношение к окружающим людям, и миру в целом. Для ребёнка творчество – это и есть его жизнь, это его реальность. Зачастую ребёнок испытывает трудности при вербальном выражении мыслей и чувств. Ребёнок не в состоянии сформулировать свои переживания, не может найти позитивного выхода своим эмоциям, его что-то тревожит, волнует. Поэтому для него столь естественным становится самовыражение именно в творческой деятельности. Музыка, пение, рисование, сочинение сказок, танец помогают осмыслить и привести к гармоничному состоянию внутренний мир человека и сохранить здоровье.

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

*Семенова Т. В. ,
учитель физической культуры
МБОУ СОШ № 10,
г. Нижний Тагил*

В соответствии с новыми стандартами второго поколения одними из важнейших ценностных ориентиров, конкретизирующих личностный, социальный и государственный заказ системе образования, становятся развитие самостоятельности, инициативы и ответственности личности как условия ее самоактуализации и развитие умения учиться.

Поэтому в настоящее время содержание модернизации образования определяется изменением целей образования в сфере физической культуры: не только научить ребенка выполнять те или иные упражнения, но и развить его познавательные и созидательные способности, сформировать систему не только универсальных знаний, умений и навыков, но и самостоятельной деятельности и личной ответственности за свое здоровье.

Говоря о формировании у школьников самостоятельности, мы имеем ввиду две тесно связанные между собой задачи. Первая из них заключается в том, чтобы развить у учащихся самостоятельность в физкультурно-

оздоровительной деятельности, научить их самостоятельно овладевать знаниями в области физической культуры, формировать свое мировоззрение; вторая в том, чтобы научить их самостоятельно применять имеющиеся знания в практической деятельности.

Самостоятельная работа является средством борьбы за глубокие и прочные знания учащихся и формирования у них активности и самостоятельности как черт личности, развития их умственных и физических способностей.

В процессе обучения школьник должен достичь определенного уровня развития физических качеств, достаточно высокого уровня самостоятельности, открывающего возможность справиться с разными заданиями, добывать новое в процессе решения учебных задач.

К факторам риска здоровья учащихся в учебном процессе следует отнести перегрузку учебных планов, психологию взаимоотношений между детьми и педагогами, гиподинамию, недостаточное внимание в процессе обучения учету индивидуально-типологических особенностей учащихся.

В настоящее время очевидна необходимость повышения у учащихся мотивации в формировании здорового образа жизни.

Здоровье человека – актуальная тема для разговора на все времена. Как воспитание нравственности и патриотизма, так и воспитание уважительного отношения к своему здоровью необходимо начинать с самого детства.

Недостаток внимания к технологиям сохранения и восстановления здоровья повышает физиологические затраты детей на учебную деятельность.

Основополагающей целью здоровьесберегающей образовательной технологии должно выступать обеспечение условий физического, психического, социального и духовного комфорта, способствующих сохранению и укреплению здоровья субъектов образовательного процесса, их продуктивной учебно-познавательной и практической деятельности, основанной на научной организации труда и культуре здорового образа жизни личности.

Становится очевидным, что эти технологии позволяют параллельно решать задачи охраны здоровья учащихся как в психологическом, так и в физиологическом аспектах. Таким образом, здоровьесберегающие технологии должны обеспечивать условия обучения, воспитания, развития, которые не оказывают негативного воздействия на здоровье учащихся. Реализацию здоровьесберегающих образовательных технологий следует понимать не только как охрану здоровья учащихся, но и как формирование у них культуры здоровья, стремление грамотно заботиться о своем здоровье.

В Программе развития нашей школы одним из целевых ориентиров является сохранение и укрепление здоровья учащихся. Для этого в ОУ разработана программа «Образование и здоровье», составлен годовой план работы школы, в который включены мероприятия по изучению физического

и психоэмоционального состояния уровня здоровья учащихся, план мероприятий по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни, разработана система контроля состояния здоровья обучающихся.

В ОУ созданы условия для сохранения и укрепления здоровья учащихся. В 2013 году в школе создан новый медицинский кабинет, состоящий из кабинета врача и процедурного кабинета, полностью соответствующие нормам СанПИНа.

С целью укрепления здоровья учащихся осуществляются вакцинопрофилактические мероприятия. Более 90 % детей ежегодно прививаются от различных инфекционных заболеваний.

Питание учащихся осуществляется в новой просторной столовой, оборудованной по всем современным требованиям.

Так как МОУ № 10 располагается в экологически неблагоприятном районе, то для поддержания уровня здоровья школьников созданы спортивный зал, во дворе оборудованы 2 спортивные площадки. Работают спортивные секции баскетбола, волейбола, лыжных гонок. Созданы специальные медицинские группы для детей с ослабленным здоровьем. В образовательном учреждении с 2007 года медицинским работником и учителями физкультуры осуществляется мониторинг общефизической подготовки учащихся всех ступеней обучения. С 2009 года учащиеся регулярно участвуют в сдаче норм ГТО.

Формирование культуры здоровья у учащихся осуществляется через различные мероприятия: Дни здоровья и Спортивные дни, которые проводятся вместе с родителями, школьный врач проводит беседы с учащимися о профилактике здоровья, гигиене и т. д. Возглавляет работу совет старшеклассников «МиА».

В школе создан постоянно действующий информационный стенд, где помещаются статьи о здоровье и безопасности жизни. Хочется отметить, что большинство учащихся (68 %) и их родителей (78 %) считают, что наша школа полностью обеспечивает физическое развитие и физическую подготовку школьников (по результатам анкетирования).

Физкультурно-оздоровительное просвещение в школе проводится через цикл бесед. Учащиеся регулярно принимают участие в городских НПК. Темами последних исследований стали: «Место и значение лыжного спорта в системе физического воспитания», «Влияние занятий физическими упражнениями на развитие телосложения». Проекты признаны лучшими в городе, их разработчики, учащиеся 8-10 классов, заняли призовые места на НПК.

Физкультурно-спортивная работа направлена на привлечение учащихся к занятиям спортом. В течение года регулярно проводится школьная Спартакиада по шести видам спорта. Лучшие учащиеся принимают участие в

районной и городской Спартакиадах. По результатам трех последних лет школьная команда входит в тройку лучших школ района.

Мы считаем, что необходимо начинать формировать культуру здоровья, прежде всего, и у родителей: привлекать как можно чаще к школьным спортивным мероприятиям, приглашать участвовать в классных часах по здоровьесбережению, проводить совместные Спортивные дни и т. д.

В заключении можно отметить следующее. Кому из современных детей не хочется быть сильным, ловким, выносливым, иметь гармонично развитое тело и хорошую координацию движений? Хорошее физическое состояние – залог успешной учебы и плодотворной работы. Физически подготовленному человеку по плечу любая работа.

Далеко не всем людям дарует эти качества природа. Однако их можно приобрести, если дружить с физической культурой и приобщиться к ней с детского возраста.

Физическая культура – составная часть общей культуры. Она не только укрепляет здоровье, но и избавляет от некоторых врожденных и приобретенных недугов. Физическая культура нужна людям и физического и умственного труда. Но особенно она необходима детям и подросткам, так как в их возрасте закладывается фундамент физического развития и здоровья.

Важным моментом является формирование культуры самостоятельной деятельности школьников в вопросах сохранения и развития здоровья.

РАЗВИТИЕ НРАВСТВЕННЫХ ОСНОВ ЧЕРЕЗ ИЗУЧЕНИЕ ПРОИЗВЕДЕНИЙ А. И. СОЛЖЕНИЦЫНА НА УРОКАХ ВНЕКЛАССНОГО ЧТЕНИЯ В 5 КЛАССЕ

*Ситникова О. Р.,
учитель русского языка и литературы
МБОУ СОШ № 30,
г. Нижний Тагил*

Здоровье – это состояние полного психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезни. Отсюда понятно, что деятельность учителя должна быть направлена на воспитание физически и духовно здоровых детей, ведь каждый ученик должен видеть себя как нравственно здоровую личность, осознавать связь знаний о себе с системой ценностей вообще. Здоровьесберегающая деятельность в образовательном процессе – это система разнообразных мероприятий, в которую входят физкульт. минутки, соблюдение психолого – педагогических условий проведения урока, использование элементов игровых технологий и разнообразных видов деятельности, создание благоприятного психологического климата урока. Это все хорошо, но на уроках литературы учитель должен,

как говорил Сухомлинский, «вдохновлять каждого ученика радостью мышления, стремлением к богатой жизни в мире мысли», захватывать сердца и разум детей, создавать условия для самовыражения учащихся, ведь именно творческий характер образовательного процесса является одним из основополагающих принципов здоровьесберегающих технологий. Через уроки внеклассного чтения можно влиять на нравственные основы каждого ребенка. В данной статье представлен опыт работы по внеклассному чтению на основе изучения творчества А. И. Солженицына.

«Если когда-нибудь в школе появится такой учебный предмет – Доброведение, то одним из первых учебных пособий по этому духовно – нравственному предмету могут стать «Крохотки» Александра Исаевича Солженицына», – отмечает протоиерей Борис Пивоваров [Источниковедение в школе... 2008 : 29]. Доброведение может пониматься как знание добра о человеке, как одной из составляющих живой природы. «Крохотки» Солженицына повествуют именно о взаимоотношении человека и природы. Они сконцентрированы на мысли единения всего сущего на земле, представляют собой жанр миниатюры и за счет своего небольшого объема с удовольствием воспринимаются детьми среднего и старшего школьного возраста.

Знакомство с произведениями Солженицына о природе мы начинаем уже в 5 классе на уроках внеклассного чтения. Важно правильно выбрать миниатюру для анализа, согласуя материал с возрастными особенностями детей. В этом возрасте детям наиболее интересны сюжетные произведения. Ребята отдают предпочтение миниатюрам, в которых есть действующее лицо. В «Крохотках» Солженицына – это животные. Например, в миниатюре «Утенок» главный герой – «маленький желтый комочек», утенок, мамой для которого стала курица. «И в чем тут держится душа? Не весит нисколько, глазки черные как бусинки, ножки воробьиные, чуть – чуть его сжать – и нет. А между тем тепленький. И клювик его бледно – розовый, как наманикюренный, уже разлапист. И лапки уже перепончатые, и желтый в свою масть, и крыльца пушистые уже выпирают. И вот даже от братьев отличился характером» [Солженицын 2007 : 365]. Пятиклассники с удовольствием представляют главного героя и иллюстрируют произведение, при этом создавая образ малыша на бумаге, ребята обращаются за помощью к учителю. Педагог заостряет внимание на морфемных средствах изобразительности авторского стиля – использовании уменьшительно – ласкательных суффиксов в словах: глазки, бусинки, ножки, тепленьких, клювик. Поэтому изображенный на листе персонаж должен вызывать соответствующие эмоции умиления и чувства доброты и ответственности человека за его судьбу.

Обращаем внимание детей и на лексический уровень выражения авторской позиции: в частности, использование слова «ножки» вместо «лапки». Таким образом, знакомим учеников с приемом очеловечивания и рассуждаем о функционально-смысловой значимости данного приема. Пятиклас-

стики предполагают, что сопоставление утенка с человеком неслучайно и вызвано глубоким убеждением Солженицына, что все живое на земле взаимосвязано, взаимообусловлено и гармонично. Учитель сообщает ребятам, что такой прием изображения живой природы традиционен для русской литературы, поскольку «для русских писателей гармония человека и природы всегда была естественным условием развития жизни, своего рода нравственно – эстетической закономерностью, и они по праву могут считаться наследниками просветительской традиции» [Сохряков 1990 : 48]. Так уже в 5 классе дети получают представление о благородных традициях русской литературы, сохраняющих вечные ценности мироздания.

После знакомства с приемом сопоставления ученики узнают о таком композиционном приеме как противопоставление, когда словесник обращает внимание на начало следующего абзаца: «А мы на Венеру полетим<...>, но никогда<...> не смонтируем вот этого жалкенького желтенького утенка». Пятиклассники получают первые навыки ведения дискуссии, рассуждая о современных достижениях науки – клонировании. Постепенно обсуждение делит класс на 2 группы: согласных с автором и тех, кто считает человека – хозяином природы, всемогущим магом, способным подобно богу сотворить живое существо на Земле. Их аргументом становится время написания произведения – шестидесятые годы прошлого столетия, когда о возможном клонировании наука и не предполагала. Тогда учитель задает провокационный вопрос: почему же нашумевшее клонирование, едва успев проявиться, было запрещено? В поисках ответа на этот вопрос духовно – нравственного характера обращаем внимание на миниатюру «Вязовое бревно»:

Мы пилили дрова, взяли вязовое бревно – и вскрикнули: с тех пор как ствол в прошлом году срезали, и тащили трактором, и распиливали его на части, и кидали в баржи и кузова, и накатывали в штабели, и сваливали на землю – а вязовое бревно не сдалось! Оно пустило из себя свежий зеленый росток – целый будущий вяз или ветку густошумящую.

Уж бревно положили мы на козлы, как на плаху, но не решались врезаться в шею пилой: как же пилить его? Ведь оно тоже хочет жить! Ведь вот как оно хочет жить – больше нас! [Солженицын 2007 : 367].

Рассматриваем сильную позицию текста – его финал, авторское утверждение о том, что «бревно тоже жить хочет... больше нас!» Ребята думают над тем, что позволило писателю считать, что тяга к жизни у растения более сильна, чем у человека. Ученики приводят примеры из своего жизненного опыта. Рассказывают о том, как наблюдали появление ростка, пробившегося сквозь асфальт. Другие вспоминают факты несправедливого, неразумного поведения человека, готового расстаться с жизнью из – за малейшей неудачи. Приходим к выводу, что человек, высшее творение природы, далеко не всегда умеет ценить жизнь – самое дорогое, что у него есть, дар Бога или природы. Как же можно доверять ему судьбу всего су-

щего на Земле, если за собственную жизнь он не всегда умеет нести ответственность?

Подобные уроки показательны и имеют важный здоровьесформирующий потенциал. На данных занятиях учащиеся начинают понимать ценность собственной жизни, собственного здоровья. Включаясь в дискуссию, через эмоции, пережитые вместе с героями произведений А. И. Солженицына, ребята демонстрируют и развивают нравственную сторону своей личности. На уроках внеклассного чтения по произведениям А. И. Солженицына в 5 классе мы формируем бережное отношение к природе и человеку как ее представителю, учимся беречь свое здоровье и окружающих, любить природу и все живое на Земле.

Таким образом, здоровье подрастающего человека – главная проблема современной школы, и не только социальная, но и нравственная, и свой посильный вклад в сохранение молодого поколения должен стремиться внести каждый учитель.

ЛИТЕРАТУРА

1. Источниковедение в школе. Журнал для учащихся и учащихся. № 1. – Новосибирск, 2008.
2. Солженицын, А. На изломах: Рассказы. Крохотки. Публицистика / А. Солженицын. – Екатеринбург : У-Фактория, 2007.
3. Сохряков, Ю. И. Художественные открытия русских писателей / Ю. И. Сохряков. – М. : Просвещение, 1990.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ КАК УСЛОВИЕ ПРОФИЛАКТИКИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

*Скоробогатова Ю. В.,
доцент кафедры ВПиП, НТГСПА,
педагог-психолог ГБОУ ВПО «НТГСПА»,
МБОУ СОШ «Центр образования № 1»
г. Нижний Тагил*

Подростковый возраст является одним из самых важных, существенно влияющим на дальнейшее развитие, критическим периодом в жизни человека. Понятие «кризис» применительно к подростковому периоду используется для того, чтобы подчеркнуть тяжесть, болезненность переходного состояния от детства к взрослости.

Традиционно в качестве одной из основных причин возникновения кризиса выделяется половое созревание, которое влияет на психологический и психофизиологический облик, определяет его функциональные состояния (повышенную возбудимость, импульсивность, неуравновешен-

ность, утомляемость, раздражительность), вызывает половое влечение (часто неосознанное) и связанные с этим новые переживания, потребности, интересы. Оно создает основания для специфических тревог, связанных с физическим Я, образом тела и определяет соответствующую кризисную симптоматику.

Проявляемое в этот период противопоставление себя взрослым, активное завоевание новой позиции является не только закономерным, но и продуктивным для формирования личности.

Подростковый возраст характеризуется беспокойством, тревогой, склонностью подростка к резким колебаниям настроения, негативизмом, конфликтностью и противоречивостью чувств, агрессивностью.

Возрастные особенности реагирования и недостаточный опыт решения проблемных ситуаций часто проявляются в суицидальных попытках, поэтому крайне важно осуществлять системное, комплексное психолого-педагогическое сопровождение.

Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса, направленное на профилактику суицидального поведения обучающихся – это, прежде всего, предупреждение возникновения проблем развития личности, профилактика рискованного поведения, помощь в решении актуальных задач социализации. Е. В. Бурмистрова, В. Ф. Войцех, Е. М. Вроно, Е. А. Калягина и др. указывают на следующие трудности развития, характерные для подросткового возраста: учебные трудности, нарушения эмоционально-волевой сферы, проблемы с выбором образовательного и профессионального маршрута, взаимоотношениями со сверстниками, педагогами и родителями и т. п. Поэтому основные задачи профилактики суицидов в образовательных учреждениях сводятся к своевременному выявлению учащихся с личностными нарушениями и обеспечению им психологической поддержки, а также к формированию с детьми и подростками более близких отношений путем доверительных бесед с искренним стремлением понять их и оказать помощь.

Индивидуальное сопровождение развития подростка направлено на всестороннее развитие задатков и способностей детей. Эффективность образовательного процесса во многом зависит от степени изученности педагогом своих учеников, умения осуществлять дифференцированный подход к ним.

Традиционно выделяются 7 этапов индивидуального сопровождения детей и подростков, которые осуществляются и при профилактике суицидального поведения.

Первым этапом деятельности по сопровождению развития ребенка является сбор информации. Эту задачу помогает решить всесторонняя диагностика, которая дает возможность получать данные о характере и динамике психического развития, о психических особенностях подростка, о со-

стоянии его здоровья и социального благополучия. Это первичная диагностика соматического, психического, социального здоровья подростка. При этом используется широкий спектр различных методов: тестирование, анкетирование родителей и педагогов, наблюдение, беседа, анализ продуктов учебного труда, школьной документации.

Диагностика выступает неотъемлемой составляющей сопровождения, и от ее качества во многом зависит успешность деятельности всей системы. Тем не менее, констатация значимости не гарантирует решения многочисленных проблем, остро проявивших себя в деятельности служб сопровождения.

Наиболее ясно проявляется тенденция к обособлению диагностики от других составляющих сопровождения, к ее отрыву от главного – помощи в решении проблемы. Конкретность и привлекательность задачи постановки правильного диагноза специалистами сопровождения затмевает назначение диагноза как стартовой площадки сопровождения, с которой начинается, а не завершается процесс помощи в преодолении проблем развития.

Сложным аспектом является методологическая рассогласованность диагностических исследований, проводимых специалистами различного профиля: педагогами, психологами, медицинскими работниками. Комплексность, «командный стиль» работы сталкиваются с неготовностью специалистов к конструктивному диалогу на базе имеющихся диагностических результатов.

Важность второго этапа – анализа полученной информации – заключается в определении детей нуждающихся в неотложной помощи, выделении подростков, которым необходима психолого-педагогическая поддержка, социальная помощь и т. д. При формальном проведении диагностики, результаты исследования слабо анализируются, и этой деятельности не придается должного значения. Результаты диагностики накапливаются, а не служат основанием для проектирования и планирования помощи ребенку для решения возникающих проблем.

Определение основных видов и направлений комплексной помощи детям, родителям, педагогам зависит от степени выраженности проблем в развитии.

На третьем этапе осуществляется совместная выработка рекомендаций для ребенка, педагога, родителей, специалистов; составление плана комплексной помощи для каждого «проблемного» учащегося. Данный этап предполагает работу консилиума образовательного учреждения, на котором согласуются действия всех специалистов образовательного учреждения, осуществляется планирование комплексной помощи. Грамотная и согласованная работа специалистов разного профиля способствует предупреждению суицидального поведения, демонстрирует подростку возмож-

ность решения проблем привлечением специалистов психолого-педагогического профиля.

Четвертый этап сопровождения подростков с суицидальными формами поведения, связан с консультированием всех участников сопровождения о путях и способах решения проблем ребенка. Собственно решение проблем, то есть выполнение рекомендаций каждым участником сопровождения, происходит на пятом этапе, по результатам, которого осуществляется анализ выполненных рекомендаций всеми участниками (шестой этап). Участвующие в сопровождении специалисты анализируют собственную деятельность с позиций: что удалось; что не получилось; почему не достигнут ожидаемый результат.

Завершающий этап сопровождения (седьмой этап) связан с дальнейшим анализом развития ребенка, с возможностью ответить на вопрос «Что мы делаем дальше?».

Представленные этапы психолого-педагогического сопровождения условны, так как у каждого ребенка своя проблема и в ее решении требуется индивидуальный подход. Однако для решения возникающих проблем в подростковом возрасте необходимы заинтересованность и высокая мотивация всех участников процесса сопровождения: ребенка, родителей, педагогов, специалистов.

Смысловое назначение системы сопровождения связано с обучением подростка методам самостоятельного поиска и решения собственных проблем развития, поэтому возникает задача диагностической оценки результативности сопровождения. В этой области наиболее перспективным является подход, ориентирующий участников сопровождения не столько на исследование внутреннего мира ребенка, сколько на анализ способа и внешних характеристик его взаимодействия со средой. В практико-ориентированном обучении такими критериями выступают увлеченность подростка деятельностью и позитивное отношение к действительности, понимаемое как ощущение комфорта.

Таким образом, создание психолого-педагогического комфортного климата для обучения в образовательном учреждении, обеспечение социальной и психологической защиты подростков, снижение количества дезадаптированных подростков; выявление на ранней стадии групп несовершеннолетних, попавших в трудную жизненную ситуацию; предотвращение осложнений их жизненных случаев путем своевременного включения их в программу оказания помощи; снижение количества детей с суицидальным риском, предупреждение суицидальных попыток, рецидивов и возникновений осложнений возможно через реализацию комплекса мероприятий по психолого-педагогическому сопровождению.

ОРГАНИЗАЦИЯ ВОЛОНТЕРСКОГО ДВИЖЕНИЯ В ШКОЛЕ С ЦЕЛЬЮ СОЦИАЛИЗАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

*Сметанина Е. В.,
заместитель директора по воспитательной работе
МБОУ СОШ № 36;
Гардт О. А.,
вожатая МБОУ СОШ № 36,
г. Нижний Тагил*

Анализируя материалы в средствах массовой информации и опыт работы волонтеров города и других регионов, мы пришли к выводу, что и в нашей школе необходима такая форма деятельности.

На начальном этапе организации волонтерского движения в нашей школе мы провели опрос среди старшеклассников с целью выявления их готовности создать волонтерскую организацию и определения содержания деятельности этой организации.

На вопрос: «Нужна ли современной молодежи волонтерская организация?» 84 % опрошенных ответили утвердительно, 10 % – «нет» и 6 % – «не знаю». На вопрос: «Каковы должны быть цели и задачи этой организации?» ответы распределились следующим образом: 25 % опрошенных считают – оздоравливать, прививать здоровый образ жизни, 14 % – объединять людей с общими интересами, 12 % – весело и полезно проводить свободное время, 10 % – занять молодежь общественно-полезным трудом, 8 % – развивать личность молодого человека, 15 % – оказывать правовую помощь, 9 % – психологическую помощь, 4 % – оказывать помощь в трудоустройстве, 3 % – воспитывать патриотизм.

На вопрос: «Готовы ли вы принять участие в волонтерском движении школы?» утвердительно ответило 28 % опрошенных, причем 50 % из них хотели бы заниматься организацией мероприятий, 29 % – работой с детьми, 21 % – проведением экологических рейдов.

С другой стороны, нас интересовал вопрос, готовы ли подростки воспринимать помощь и социально значимую информацию от своих ровесников. На вопрос: «К кому вы обратитесь за помощью в трудной жизненной ситуации?» были получены следующие ответы: 58 % подростков готовы обратиться к друзьям, 22 % к родителям – из них 40 % к маме (примечание: данные с учетом того, что 40 % воспитываются только матерью), 12 % подростков готовы обратиться за помощью к братьям или сестрам, 8 % – к психологу.

Результаты исследования позволили нам убедиться в том, что идея создания волонтерской группы в школе должна реализоваться на практике. На данный момент в нашем образовательном учреждении волонтерское

движение реализуется посредством школьного самоуправления в рамках детского объединения «Импульс». Актуальность волонтерского движения обозначена в Концепции духовно- нравственного развития и воспитания гражданина России.

Из обучающихся 8–11 классов создана команда волонтеров «Добрая воля» и составлена текущая программа работы. Волонтер – человек, который добровольно готов потратить свои силы и время на пользу обществу или конкретному человеку. Направления деятельности школьного волонтерского движения разнообразны: для детей-сирот, детей – инвалидов, ветеранов и т. д. Соответственно используются и разные формы работы: акции, благотворительные концерты, творческая деятельность, фильмы, листовки, книги для слабовидящих детей и т. д. Волонтеры принимают участие в таких проектах, как « Четыре с хвостиком», « Дарить добро», «Заболота».

Волонтерское движение в школе нужно и для того, чтобы пропагандировать здоровый образ жизни, а волонтеры помогают обучающимся в осознании необходимости быть здоровыми в широком смысле слова, развивать саногенное (оздоравливающее) мышление. Волонтерское движение объединяет педагогов, обучающихся и родителей.

Приоритетным направлением в волонтерской деятельности является пропаганда здорового образа жизни, развитие стремления у подрастающего поколения укреплять и сохранять здоровье. Нас объединяет желание быть счастливыми и здоровыми, уметь решать разнообразные проблемы, чтобы найти свое место в жизни.

Приобщение к волонтерскому движению помогает нам интересно и творчески жить, развиваться как личностям, оставаться неравнодушными к окружающему миру.

Одним из направлений работы является поддержка и оказание помощи ветеранам Великой Отечественной войны, участие в проекте «Милосердие». В течение года волонтеры навещают ветеранов, закрепленных за школой, оказывают им посильную помощь. Больше всего не хватает ветеранам общения, поэтому они охотно принимают ребят и рассказывают им о своей молодости, о годах войны и послевоенном времени. Мало осталось ветеранов, поэтому такие встречи памятливы и ветеранам и школьникам.

Также мы не забываем педагогов, которые работали в нашей школе: поздравляем с праздниками, подготавливаем концерты, организовываем встречи педагогов с обучающимися. Учителя рады таким встречам, с удовольствием рассказывают о своей прошлой педагогической деятельности.

Другим направлением деятельности волонтерского движения является формирование у школьников негативного отношения к употреблению психоактивных веществ (ПАВ), алкоголя и курения. С этой целью волонтеры-

ми распространяются листовки-памятники «Адреса помощи», «Первые признаки употребления ПАВ».

Волонтеры школы участвуют в экологических акциях и рейдах. Ежегодными стали мероприятия: выставка поделок «Вторая жизнь ТБО», «Эко-мода», «Посади дерево», «Мы за чистый город». Они первыми откликаются на зов учителей и ведут за собой других ребят.

Наши добровольцы в рамках акций ФДО «Юные тагильчане» поддерживают связь со специализированным домом ребенка, с детским садом «Жемчужинка» и, конечно, шефствуют над учениками начальных классов нашей школы. Ежегодно ребята мастерят игрушки, и в новогодние праздники дарят их малышам из дома малютки. В рамках акции «Живи, доброта!» старшеклассники готовят выездные праздничные концерты для социальных учреждений.

Существует много различных форм организации профилактической работы волонтеров в зависимости от конкретных условий и возможностей. Это может быть составной частью деятельности какой-либо общественной организации, может быть самостоятельным общественным объединением, добровольцы могут также работать на общественных началах в любой организации, занимающейся профилактикой. Но для этого необходимо наличие у учащихся школы продуманного интереса к таким видам работы, сформированности у молодых людей желание и способности, то есть учет внутренних и внешних обстоятельств.

ЛИТЕРАТУРА

1. Евсеева, А. Н. Привлечение добровольцев к работе учреждений социального обслуживания / А. Н. Евсеева // *Работник социальной службы*. – 2004. – № 1. С. 10.
2. Ершова, Н. Н. Модель привлечения волонтеров к социально – профессиональной работе в подростковой и молодежной среде / Н. Н. Ершова // *Беспризорник*. – 2007. – № 2. – С. 20–23.
3. Кобякова, Т. Г. Первичная профилактика наркозависимости: концепция программы организации и развития подросткового добровольческого движения / Т. Г. Кобякова, О. А. Смердов. – М., 2000.
4. Лысакова, В. И. Привлечение волонтеров к профилактике домашнего насилия / В. И. Лысакова // *Работник социальной службы*. – 2007. – № 3. – С. 14–16.
5. Макеева, А. Г. Не допустить беды: Пед. профилактика наркотизма школьников: Пособие для учителя: В помощь образоват. учреждению: «Профилактика злоупотребления психоактивными веществами» / А. Г. Макеева ; Под ред. М. М. Безруких. – М. : Просвещение, 2003. – С. 159–185.
6. Основы социальной работы / Под. ред. Павленок // 1999. – С. 27–30.
7. Соколова, О. Д. Памятка для волонтеров / О. Д. Соколова // Вологда : Изд. центр ВИРО, 2006. – С. 3–20.

8. Социальная работа с молодежью / Учебное пособие / Под ред. д-р пед. наук, проф. Н. Ф. Басова – М. : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2007. – 382 с.

9. Шульга, Т. И. 2001 г. – Международный год добровольцев / Т. И. Шульга // Работник социальной службы. – 2006. – № 6. – С. 10–12.

10. Щелина, Т. Т. Организация и содержание волонтерской деятельности студентов / Т. Т. Щелина // Вестник. – 2006. – № 7. – С. 6–9.

11. Циткилов, П. Я. Информационно-методические материалы по организации работы с волонтерами / П. Я. Циткилов // Социальная работа. – 2007. – № 5. – С. 58–60.

12. Циткилов П. Я. История социальной работы: Учеб. Пособие для студентов вузов / П. Я. Циткилов. – Ростов-н/Д. : Феникс, 2006. – 448 с.

УКРЕПЛЕНИЕ И СОХРАНЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ

*Сорокина Н. А.,
заместитель директора по ВР
МБОУ СОШ № 23 имени Ю. И. Батухтина,
г. Нижний Тагил*

В настоящее время многие специалисты обеспокоены состоянием здоровья современных детей. По результатам исследований дети школьного возраста не вписываются в рамки возрастных показателей развития, которые были стабильными для поколений 20-80-х годов двадцатого века, что приводит к тому, что на определенном этапе современное поколение демонстрирует неготовность к выполнению своих социальных функций.

В настоящее время большое внимание в государственной политике в области образования уделяется состоянию здоровья подрастающего поколения. В новых образовательных стандартах говорится о том, что обучающийся должен обладать здоровьесберегающей компетенцией: организовывать здоровый образ жизни, защищать свое здоровье и здоровье близких в чрезвычайных ситуациях, противостоять пагубным привычкам и страстям. А в программе воспитания и социализации обучающихся сделан акцент на формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни с целью сохранения и укрепления физического, психологического и социального здоровья обучающихся. В образовательных учреждениях по всей стране введен третий час урока физкультуры, функционирует обязательная программа обучения детей плаванию, работают спортивные школы, кружки, секции. Но уровень физического здоровья детей не улучшается. И как оказывается, дело не всегда в количестве и качестве физических нагрузок, а в том, что дети не

понимают и не принимают свое здоровье и здоровье окружающих как ценность. В нашем обществе стал ощущаться недостаток сознательно принимаемых большинством граждан принципов и правил жизни, отсутствует согласие в вопросах корректного и конструктивного поведения, выбора жизненных ориентиров. А это говорит уже о низком уровне социального здоровья детей.

С 2009 года наше общеобразовательное учреждение является федеральной экспериментальной площадкой УРО РАО по теме «Укрепление и сохранения социального здоровья обучающихся». Под термином «социальное здоровье» в данном случае понимается гармония взаимоотношений человека с другими людьми, социумом, обществом, культурой, способствующая не только эффективному развитию и самоактуализации личности, но и тому благотворному влиянию, которая активная личность оказывает на других людей, социум, общество и культуру в целом (Л. А. Байкова). Данное определение практически совпадает с определением психологического здоровья, которое дает ВОЗ (Всемирная организация здравоохранения) и которое включает в себя следующие понятия:

- отсутствие выраженных психических расстройств;
- состояние душевного благополучия, психологического комфорта;
- наличие определенного резерва сил человека, благодаря которому он может преодолеть неожиданные стрессы или затруднения;
- состояние равновесия, гармонии между человеком и окружающим миром, между человеком и обществом;
- положительное эмоциональное состояние (эмоциональный фон, настроение).

Ещё в 1979 году Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) был подготовлен доклад «Психическое здоровье и психосоциальное развитие детей». На основе анализа результатов многочисленных исследований в различных странах эксперты ВОЗ показали, что отклонения от нормального процесса психического и психосоциального развития наблюдаются у детей, которые страдают от недостаточного общения со взрослыми, от их враждебного отношения, а также у детей, которые растут в условиях семейного разлада.

В материалах ВОЗ также отмечалось существенное влияние школы на психосоциальное развитие детей. Причем подчеркивалось, что решающую роль играет нравственная атмосфера, которая существует в школе и характер отношений между сотрудниками и детьми, а материальное обеспечение и техническая оснащённость имеют второстепенное значение, что особенно актуально для нашего общеобразовательного учреждения (в школе отсутствует спортивный зал). В сфере же личностного развития воспитания обучающихся должно обеспечить, в том числе и: осознание ценности других людей, ценности человеческой жизни, нетерпимость к действиям и

влияниям, представляющим угрозу жизни, физическому и нравственному здоровью, духовной безопасности личности, умение им противодействовать. Без регулярной и разнообразной «проверки на функциональную прочность» дети не смогут реализовать имеющиеся у них возможности и перейти на новый уровень развития. Вопрос состоит в том, чтобы возникающие трудности соответствовали этим возможностям и, следовательно, были разрешимыми. При этом взрослый должен именно помогать, а не решать проблему за ребенка. Т. е. воспитание подразумевает помощь в становлении отношений детей с окружающим их социальным и природным миром. А эти отношения, в свою очередь, должны быть конструктивны как для них самих, так и для окружающих.

В рамках инновационной деятельности учреждения была разработана управленческая программа «Укрепление социального здоровья в воспитательном пространстве школы», целью которой является создание социально-педагогических условий для укрепления социального здоровья, что, в свою очередь, подразумевает успешное развитие и самоактуализацию личности, посредством сотрудничества детей и взрослых в рамках воспитательного пространства. Основой для формирования социокультурного воспитательного пространства школа послужила социально-культурная деятельность.

Социально-культурная деятельность представляет собой составляющую общей системы социализации личности, социального воспитания и образования людей. Она носит человекотворческий характер, ориентирована на человека, на исчерпывающее раскрытие заложенного в нем духовного потенциала. В процессе этой деятельности направлено, в соответствии с заданной моделью, изменяются социальные и культурные отношения и связи между людьми, сами люди и окружающая их реальная действительность.

За время апробации и реализации данной управленческой программы были достигнуты многие количественные и качественные результаты. Но одним из главных достижений педагогический коллектив считает увеличение учащихся, которые начали заниматься спортом в свободное время, снижающуюся динамику числа «курильщиков» среди учеников, их возросшую активность в различных акциях и мероприятиях, которые направлены на пропаганду здорового образа жизни.

ЛИТЕРАТУРА

1. Барышников, Е. Н. Технологии организации социально-культурной деятельности детей, подростков и молодежи / Е. Н. Барышников // Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Современные технологии работы с ребенком», Санкт-Петербург, 16 марта 2011 г. – СПб. : Издательство Политехнического университета, 2001.

2. Глухов, В. А. Психологическое здоровье. Базисные потребности личности и их значение для психологического здоровья / В. А. Глухов, А. Н. Глухова // Вестник регионального образования. – 2003. – № 2.

3. Загрудненко, О. В. Модель общественно-активной школы как основа воспитательной системы / О. В. Загрудненко // Воспитательная работа и воспитательный процесс : материалы из опыта работы образовательных учреждений Свердловской области ; ГБОУ ДПО СО «Ин-т развития образования». – Екатеринбург : «ИРО», 2012.

4. Классный руководитель: новые ориентиры воспитания / сост. И. В. Жижина, И. В. Анянова, Л. Н. Булыгина ; НТФ ГБОУ ДПО СО «ИРО». – Нижний Тагил, 2012. – 151 с.

5. Коновалов, В. Здоровье школьников: взгляд врача и психолога / В. Коновалов // Социальная педагогика. – 2008. – № 2.

СОХРАНЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ КАК КРИТЕРИЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ В ДОУ

*Старикова О. В.,
педагог-психолог МБДОУ
Детский сад «Детство» комбинированного вида –
Детский сад № 23 «Фонтанчик» комбинированного вида,
г. Нижний Тагил*

Уровень системы образования и дошкольной ее ступени предъявляет новые требования как к пониманию основного назначения психолого-педагогического сопровождения, так и его организации в ДОУ.

В структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования, согласно Федеральным государственным требованиям, в пункте 2.2 указано: «Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса для детей дошкольного возраста и направлена на сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, коррекции недостатков в физическом и психическом развитии детей».

Психологическое здоровье детей можно рассматривать и как цель и как критерий эффективности психологической службы в образовательном учреждении. Однако решение задач психологического сопровождения не может быть ограничено областью непосредственного взаимодействия психолога с ребенком, но требует организации работы со всеми участниками образовательного процесса. Следовательно, необходимо создавать условия для сохранения психологического здоровья педагогов и родителей.

Инновационное движение в дошкольном образовании по своему масштабу не уступает школьным инновациям. Это естественно, продвигает

педагогическую науку, но не всегда уменьшает трудности педагогов, испытывающих сложности в получении информации по вопросам психолого-педагогической деятельности в ДООУ.

Отсюда возникли противоречия:

между уровнем психологической компетентности педагогов и современными требованиями, предъявляемыми инновационными преобразованиями в педагогической среде;

между требованиями к содержанию психологической поддержки со стороны родителей, перспективой развития психологической службы и осуществлением этих требований в образовательном учреждении.

Возникают и определенные проблемы при правильной организации психолого-педагогической работы:

– работа психолога зачастую проводилась в режиме «скорой помощи», в отсутствие системности в деятельности психологической службы;

– чаще использовались однообразные формы работы с педагогами, а отсюда недостаточная мотивация педагогов на развитие психологической компетентности;

– недостаточная эффективность «классических» форм психологической поддержки родителей.

Исходя из определения психологическое здоровье, становится важным в контексте профессиональной деятельности вооружить педагога средствами Самопонимания, Самопринятия и Саморазвития.

Создание условий для самопонимания происходит, прежде всего, в рамках психодиагностики. В нашем учреждении диагностика педагогов может быть связана с проведением тематических мероприятий.

Например, в ходе подготовки к педагогическому совету «Взаимодействие с родителями: проблемы и успехи» изучались коммуникативные умения («Умеете ли вы слушать?», «Оценка способов реагирования в конфликте», «Самооценка творческих характеристик личности»).

Во время проведения серии психологических практикумов «Приемы работы с «трудными» детьми» педагоги определяли такие свои личностные особенности, как тревожность, уровень агрессивности.

Известно, что диагностика педагогов уже сама по себе является первым этапом процесса самокоррекции.

Успешному самопринятию в рамках профессиональной деятельности способствует психологическое просвещение, которое организуется по принципу: знание должно выступать в качестве ответа на реально существующий и осознанный запрос педагога, который может быть как актуальным, так и специально сформированный психологом.

Для стимулирования творческой активности в нашем дошкольном учреждении организуются различные конкурсы на создание предметно-

развивающих условий в ДООУ для обеспечения эмоционального благополучия детей:

- конкурс по оформлению «Экрана настроения», который позволяет определить эмоциональное состояние каждого ребенка;

- конкурс по разработке ритуала «Минутка вхождения в день», цель которого – создать благоприятный психологический климат в группе в начале дня.

Были созданы «Уголки уединения», где ребенок мог бы побыть один и успокоиться, если он возбужден. Воспитатели проявили свое творчество в оформлении этих уголков – домики, палатки, ширмы, уголки мягкой мебели.

Педагоги имели возможность повысить уровень предметно-информационной составляющей в области общения в рамках работы за круглым столом и в ходе семинаров-практикумов «Формирование оптимального психологического общения».

Здесь воспитатели овладели эффективными формами и методами педагогического общения: приемами активного и эмпирического слушания, техникой «Я-высказывания», учились использовать разные коммуникативные позиции (особое внимание уделялось позиции «наравне»).

Результатом стало улучшение микроклимата в детских группах и педагогическом коллективе.

В рамках комплексной работы по перестройке воспитательно-образовательного процесса по типу личностно-ориентированной модели в ДООУ реализуется тренинговая программа «Воспитатель и ребенок: эффективное взаимодействие».

С целью развития у воспитателей профессиональной рефлексии, проводятся моделирующие учебные занятия – деловая игра («Общение – это искусство или конструктивное решение конфликта»).

Психолого-педагогическое сопровождение мы рассматриваем как создание условий наибольшей благоприятности для развития личности ребенка, становления его индивидуальности.

С целью организации специальных воздействий по сохранению психологического здоровья детей мы используем в своей работе в качестве психологической поддержки дошкольников программу О. В. Хухлаевой «Тропинка к своему я».

Какую помощь оказывает Программа педагогам и родителям?

Воспитатели пополняют свой педагогический арсенал новыми приемами конструктивного общения с детьми.

Родители получают представление о факторах риска нарушения психологического здоровья у детей, о возможностях объединения их собственных усилий с работой воспитателей и специалистов ДООУ.

В модели психологического сопровождения ребенка работа с родителями – одно из основных направлений деятельности. Формы работы с родителями могут быть традиционными – консультирование, тематическое информирование через родительские собрания и достаточно инновационными, такими как:

«Лекотека» – психолого-педагогическая служба для детей с особыми образовательными потребностями.

«Школа заботливых родителей» – адаптационная группа для родителей и детей до года, поступающих в будущем в детский сад.

Родительский клуб «Росинка» помогает семьям, воспитывающих ребенка с особыми образовательными потребностями и посещающих наш детский сад, группы с нарушением интеллектуального развития и группы с задержкой психического развития.

Творчески использовать весь арсенал педагогических средств, формировать субъектную позицию каждого участника процесса в наибольшей мере позволяет личностно-ориентированная модель взаимодействия педагог – ребенок – родитель, реализуемая в групповом родительском тренинге «Эмоциональное принятие ребенка и выработка эффективного поведения». А также в ходе реализации проекта «Педагогическая культура родителей как условие эффективной педагогической деятельности».

Анализ психолого-педагогической деятельности детского сада показал, что за последние годы наметилась тенденция повышения психологической компетентности педагогов, роста уровня восстановления психологического ресурса и развитие потребности педагогов в творческой самореализации.

ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО УРОКА В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС

*Татарина О. С.,
учитель начальных классов МБОУ СОШ № 30,
г. Нижний Тагил*

Замечательный педагог В. А. Сухомлинский писал: «Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнедеятельности детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы...» [Сухомлинский 1973]. На данный момент забота о здоровье ученика на уроке обрела оболочку в виде здоровьесберегающих технологий, которые призваны, всеми доступными средствами и способами, обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе. А также, сформировать у него необходимые зна-

ния, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. С другой стороны, здоровьесбережение – это совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, которые не наносят прямого или косвенного вреда здоровью его участникам. При этом обязательно выполнение следующих условий (по М. М. Поташнику): учет индивидуальных особенностей детей; получение оптимальных результатов обучения при минимально необходимых затратах времени и сил учащихся; обеспечение и поддержание благоприятного морально-психологического климата в классном коллективе; обучение ребенка самостоятельной собственной защите от стрессов, обид, оскорблений.

Организационно-педагогические условия проведения образовательного процесса, как и технология работы учителя на уроке, составляют сердцевину здоровьесберегающих образовательных технологий. Важная составная часть здоровьесберегающей работы образовательного учреждения – **это рациональная организация урока**. Показателем рациональной организации учебного процесса являются:

- объем учебной нагрузки – количество уроков и их продолжительность, включая затраты времени на выполнение домашних заданий;
- нагрузка от дополнительных занятий в школе;
- от соблюдения гигиенических и психолого-педагогических условий проведения урока в основном и зависит функциональное состояние школьников в процессе учебной деятельности;
- занятия активно-двигательного характера: динамические паузы, уроки физической культуры, спортивные мероприятия и т. п.

Любая непосредственная образовательная деятельность, не связанная с движением, является тяжелой нагрузкой на организм школьников, так как для них характерна неустойчивость нервных процессов. Они быстро утомляются, снижается устойчивость внимания, у детей теряется интерес к деятельности, что, конечно, отрицательно влияет на ее эффективность. Очевидно, что взрослые должны предупредить возникновение утомления у учеников, своевременно обнаружить признаки его появления и как можно быстрее, эффективнее снять их, так как утомление, накапливаясь, может перерасти в переутомление и стать причиной возникновения различных нервных расстройств. Каждый учитель должен знать, что признаки утомления у детей 6–7 лет появляются через 7–9 минут непосредственной образовательной деятельности, у детей 7–8 лет – через 10–12 минут, в 9–10 лет – через 12–15 минут [Ковалько 2004]. На уроках необходимо следить за появлением первых признаков утомления.

Утомление, выражается в снижении работоспособности, в неспецифических изменениях физиологических функций и в субъективном ощущении усталости. При этом утомление – это защитная, охранная реакция организма. Отрицательное воздействие на здоровье оказывают постоянно возникающее и хроническое утомление, особенно перерастающее в переутомление. О развитии переутомления у школьника свидетельствуют:

- снижение продуктивности труда: увеличивается число ошибок и время выполнения заданий;
- ослабление внутреннего торможения: наблюдается двигательное беспокойство, частые отвлечения, рассеянность внимания;
- появление чувства усталости.

Переутомление – это крайняя степень утомления, при которой самопроизвольное физиологическое восстановление организма после нагрузки уже не происходит и необходимы специальные реабилитационные воздействия, программы, длительный отдых, а в некоторых случаях – лечебные процедуры, медикаментозная терапия.

Итак, утомление, вызванное неправильным проведением уроков, отрицательно влияют на растущий организм. Момент наступления утомления учащихся выражается в снижении их учебной активности. Также утомление может проявляться по-разному: зевотой, рассеянным вниманием, отвлекаемостью, раздражительностью, появлением непроизвольных движений, нарушением осанки и координации движений.

Одним из самых эффективных способов предупреждения утомления, улучшения общего состояния детей, смены их деятельности считаются кратковременные физические упражнения, так называемые физминутки. Физкультминутки – естественный элемент урока в начальных классах, который обусловлен физиологическими потребностями в двигательной активности детей. Они снимают напряжение мышц, вызванное неподвижным состоянием, переключают внимание с одной деятельности на другую, успокаивают нервную систему и восстанавливают работоспособность детей. Физкультминутки положительно влияют на аналитико-синтетическую деятельность мозга, улучшают кровоснабжение внутренних органов и работоспособность нервной системы, активизируют сердечно-сосудистую и дыхательную системы [Менчинская 2008].

В связи с этим существует несколько видов упражнений, которые включены в физминутки:

- упражнения для снятия общего или локального утомления;
- упражнения для кистей рук;
- гимнастика для глаз; гимнастика для улучшения слуха;
- упражнения для профилактики плоскостопия;

- упражнения, корректирующие осанку;
- дыхательная гимнастика.

Эффективная реализация профилактических и оздоровительных технологий с учащимися в школе возможна только при целенаправленной систематической деятельности педагога. Физкультурные минутки – необходимая составляющая любой непосредственной образовательной деятельности в школе, независимо от возраста детей. Введение в структуру урока физминуток является необходимым условием для поддержания высокой работоспособности и сохранения здоровья детей. Физминутки помогают получить новый заряд энергии, помогают активизировать дыхание, способны поднять детям эмоциональный настрой, снять статическое напряжение, вызванное продолжительным сидением за партой. И хотелось бы в заключение вспомнить слова К. Д. Ушинского: «Дайте ребенку немного подвигаться, и он вознаградит вас снова десятью минутами живого внимания, а десять минут живого внимания, когда вы смогли их использовать, дадут вам в результате больше целой недели полусонных занятий» [Ушинский 1974].

ЛИТЕРАТУРА

1. Ковалько, В. И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1–4 классы / В. И. Ковалько. – М. : «ВАКО», 2004. – 296 с. – (Педагогика. Психология. Управление).
2. Ковалько, В. И. Школа физкультминуток (1–4 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников / В. И. Ковалько. – М. : ВАКО, 2007. – 208 с. – (Мастерская учителя).
3. Менчинская, Е. А. Основы здоровьесберегающего обучения в начальной школе: Методические рекомендации по преодолению перегрузки учащихся / Е. А. Менчинская. – М. : Вентана-Граф, 2008. – 112 с. – (Педагогическая мастерская).
4. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н. К. Смирнов. – М. : АРКТИ, 2006. – 320 с.
5. Сухомлинский, В. А. О воспитании / В. А. Сухомлинский. – М., 1973.
6. Ушинский, К. Д. Педагогическая поездка по Швейцарии. Письмо третье Берн. Einwohner-Mädchenschule / К. Д. Ушинский //Собрание сочинений. – М., 1974.

МОНИТОРИНГ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГА В РАБОТЕ ПСИХОЛОГА ДЕТСКОГО САДА

*Татаурова А. П.,
педагог-психолог МБДОУ ДС «МАЯЧОК»
детский сад № 110 комбинированного вида,
г. Нижний Тагил*

Современная система дошкольного образования предъявляет значительные требования ко всем аспектам деятельности педагогов: знаниям, умениям, способам работы, навыкам взаимодействия с детьми, коллегами, родителями и, конечно же, личностным особенностям.

Труд педагога отличается высокой напряженностью, поэтому педагоги в большой мере подвержены влиянию синдрома эмоционального выгорания. Эмоциональное выгорание – это выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия.

Эмоциональное выгорание представляет собой приобретенный стереотип эмоционального, чаще всего профессионального, поведения. "Выгорание" – отчасти функциональный стереотип, поскольку позволяет человеку дозировать и экономно расходовать энергетические ресурсы. В то же время, могут возникать его дисфункциональные следствия, когда "выгорание" отрицательно сказывается на исполнении профессиональной деятельности и отношениях с партнерами.

Исходя из этого, существует острая необходимость проведения мониторинга уровня эмоционального выгорания в педагогическом коллективе.

Прогнозирование профессионального здоровья педагога начинается с прихода молодого специалиста в образовательное учреждение. Определение потенциальных возможностей педагога, а также круга проблем, существующих у него, может быть осуществлено через: наблюдения, проективные методики (например, рисунок «Я воспитатель»), беседы о профессиональных планах с вновь пришедшими воспитателями, тестовые методики и личностные опросники (например, «Шкала реактивной и личностной тревожности Ч. Д. Спилберга – Ю. Л. Ханина», позволяющая дифференцировано измерять тревожность и как личностное свойство, и как состояние).

Если молодые педагоги заинтересованы в общении с педагогом-психологом, то «стажисты» могут нуждаться в дополнительной мотивации, потому что часто не осознают надвигающейся проблемы. Поэтому для получения объективных результатов диагностика должна проводиться на добровольной основе и с использованием взаимодополняющих методик. После подготовительного (мотивационного) этапа применяются ряд диагностик, проверяющих психологическое здоровье:

1. Цветовая диагностика М. Люшера позволяет измерить психофизиологическое состояние человека, его стрессоустойчивость, активность и коммуникативные способности. Тест Люшера позволяет определить причины психологического стресса, который может привести к появлению физиологических симптомов.

2. «Самооценка психического состояния; самочувствие, общая активность, настроение (САН)» направлена на диагностику и оценку самочувствия, активности и настроения индивида.

3. «Измерение уровня тревожности» Ж. Тейлор. Опросник предназначен для измерения проявлений тревожности.

4. Отдельно остановимся на «Диагностике уровня эмоционального выгорания» В. В. Бойко. Методика позволяет оценить фазу эмоционального выгорания и выраженность тех или иных симптомов в каждой фазе.

I фаза «напряжения» – является предвестником и «запускающим» механизмом в формировании эмоционального выгорания. Состоит из следующих симптомов:

1. Симптом «переживания психотравмирующих обстоятельств».
2. Симптом неудовлетворенности собой.
3. Симптом «загнанности в клетку».
4. Симптом «тревоги и депрессии».

II фаза «резистенции» – вычленение этой фазы в самостоятельную весьма условно. Фактически сопротивление нарастающему стрессу начинается с момента появления напряжения. Человек стремится к психологическому комфорту и поэтому старается снизить давление внешних обстоятельств. Формирование защиты на этапе сопротивления происходит на фоне следующих явлений:

1. Симптом «неадекватного избирательного эмоционального реагирования».
2. Симптом «эмоционально-нравственной дезориентации».
3. Симптом «расширения сферы экономии эмоций».
4. Симптом «редукции профессиональных обязанностей».

III фаза «истощения» – характеризуется падением общего энергетического тонуса и ослаблением нервной системы. «Выгорание» становится неотъемлемым атрибутом личности.

1. Симптом «эмоционального дефицита».
2. Симптом «эмоциональной отстраненности».
3. Симптом личностной отстраненности, или деперсонализации.
4. Симптом «психосоматических и психовегетативных» нарушений

Интерпретация результатов

Предложенная методика дает подробную картину синдрома «эмоционального выгорания», позволяет увидеть ведущие симптомы «выгорания».

Существенно важно отметить, к какой фазе формирования стресса относятся доминирующие симптомы и в какой фазе их наибольшее число.

Опираясь на смысловое содержание и количественными показателями, подсчитанными для разных фаз формирования синдрома «выгорания», можно дать достаточно объемную характеристику личности и, что не менее важно, наметить индивидуальные меры профилактики и психокоррекции.

По результатам исследования составляется карта анализа потенциала педагогов и особенностей коллектива, в которой указываются результаты диагностики и их интерпретация. Помимо этого, в ней содержатся планируемые мероприятия (лекции, семинары, тренинги, практические занятия), позволяющие если не полностью скорректировать выявленные проблемные особенности, то, по крайней мере, уменьшить их проявление.

Исходя из показателей, полученных в результате диагностики в нашем образовательном учреждении, в этом учебном году запланирована работа по профилактике профессионального выгорания, повышению стрессоустойчивости сотрудников, профилактике психосоматических проблем, изучению техник саморегуляции и повышению творческого потенциала коллектива.

На решение этих задач направлена программа психологических занятий для педагогов «Кухня эмоциональных ресурсов».

Предполагается, что в ходе занятий у педагогов появится возможность:

- неформально общаться с коллегами по вопросам, связанным и не связанным, с образовательным процессом, что позволит им лучше узнать друг друга; обмениваться опытом по разным вопросам, что поможет приобрести навыки взаимной поддержки в трудных ситуациях, а также решения производственных проблем совместными усилиями:

- развивать способность прислушиваться к мнению другого человека, общаться избегая директивности;

- учиться здоровой самокритике, высказыванию своих истинных мыслей и чувств: прислушиваться к себе, чтобы находить причины внутренних и внешних конфликтов, а также обретать внутренние ресурсы для дальнейшей полноценной жизни и работы.

В конце программы планируется проведение повторного тестирования по тем же методикам, после чего желающие могут индивидуально проконсультироваться с психологом и получить рекомендации.

СОВРЕМЕННЫЕ ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК СРЕДСТВО ЭФФЕКТИВНОЙ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ

*Фалалеева О. С.,
Учитель-логопед МБОУ СОШ № 30,
г. Нижний Тагил*

Здоровьесбережение в современном образовательном учреждении – широкое понятие, включает в себя не только мероприятия физкультурно – оздоровительной и профилактической направленности, но и обязательную организацию коррекционно – логопедической деятельности. Данная деятельность крайне необходима, так как ежегодно среди первоклассников выявляется 50 – 70 % учащихся с логопедической патологией. Большинство школьников, поступающих на логопедический пункт, имеют отклонения в речевом развитии различной структуры и степени выраженности. Как правило, у детей с речевыми нарушениями отмечаются проблемы в развитии восприятия, внимания, памяти, мыслительной деятельности, различную степень моторного недоразвития и сенсорных функций, пространственных представлений, особенности приема и переработки информации. У таких ребят наблюдается снижение интереса к обучению, повышение утомляемости. Дети часто стыдятся своего речевого несовершенства, становятся нервными, раздражительными, необщительными, что приводит к формированию чувства неполноценности, становлению тяжёлого характера. Это способствует формированию негативного отношения к учёбе и является одной из причин школьной неуспеваемости.

Чтобы заинтересовать учащихся, сделать обучение осознанным, нужны нестандартные подходы, индивидуальные программы развития, новые инновационные технологии. К таким технологиям можно отнести информационные технологии, одним из преимуществ которых является то, что они позволяют значительно повысить мотивационную готовность детей к проведению коррекционных занятий путем моделирования коррекционно-развивающей компьютерной среды [Беспалько 2002]. В рамках этой технологии ребенок самостоятельно осуществляет свою деятельность, тем самым, развивая способность принимать решения, учится доводить начатое дело до конца. Общение с компьютером вызывает у школьников живой интерес, сначала как игровая, а затем и как учебная деятельность. Этот интерес и лежит в основе формирования таких важных структур, как познавательная мотивация, произвольные память и внимание, а именно эти качества обеспечивают психологическую готовность ребенка к обучению в школе.

Исследования Кукушкиной О. И. , посвященные проблеме изучения и коррекции общего недоразвития речи, показывают, что преодоление системного речевого недоразвития, как правило, имеет длительную и сложную динамику. Поэтому применение в коррекционно-образовательном процессе специализированных компьютерных технологий, учитывающих закономерности и особенности развития детей с общим недоразвитием речи, позволит повысить эффективность коррекционного обучения, ускорить процесс подготовки младших школьников к обучению грамоте, предупредить появление у них вторичных расстройств письменной речи, а, следовательно, снизить риск социальной дезадаптации. В процессе исправления нарушений речи компьютерным программам отводится значительная роль. Недоразвитие вербальной памяти и нарушения внимания в виде их неустойчивости и низкой концентрации у детей с недоразвитием языковых компонентов речевой системы делают необходимым проведение целенаправленной работы по преодолению этих расстройств. А поскольку у школьников хорошо развито непроизвольное внимание, то учебный материал, предъявляемый в ярком, интересном и доступном для ребенка виде вызывает интерес и обращает на себя внимание. В этом случае применение компьютерных технологий становится особенно целесообразным, так как позволяет предоставлять информацию в привлекательной форме. Занятия на компьютере имеют большое значение и для развития произвольной моторики пальцев рук, что особенно актуально при работе с младшими школьниками. В процессе выполнения компьютерных заданий им необходимо в соответствии с поставленными задачами научиться нажимать пальцами на определенные клавиши, пользоваться манипулятором «мышь». Кроме того, важным моментом подготовки детей к овладению письмом, является формирование и развитие совместной координированной деятельности зрительного и моторного анализаторов, что с успехом достигается на занятиях с использованием компьютера.

Важное значение имеет правильный подбор компьютерной игры, который зависит, прежде всего, от физиологических и возрастных возможностей ребёнка. Учитывая принцип развивающего обучения, и в зависимости от текущих педагогических задач, рекомендуется чередовать разные компьютерные игры, при этом важно учитывать тип нервной системы, интересы и склонности ребенка.

Несколько лет активно применяю на своих занятиях компьютерную логопедическую программу «Игры для Тигры». Данная программа предназначена для коррекции общего недоразвития речи (ОНР) у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста. Особенностью этой программы являются отличные рисунки, объемное изображение, звуковое сопровождение действий, познавательная направленность упражнений. Игровая интерактивная форма подачи учебного материала и веселый веду-

щий Тигренок – все это делает программу привлекательной, способствует повышению мотивационной готовности детей к логопедическим занятиям. Программа позволяет эффективно работать над формированием просодических компонентов речи, правильного произношения звуков, фонематических процессов, лексико-грамматических средств языка. Последовательное включение специальной компьютерно-опосредованной логопедической технологии в процесс реабилитации позволяет максимально дифференцировать и индивидуализировать коррекционные воздействия по преодолению недостатков речи детей. Результативность работы по данной программе отражают следующие показатели (рис. 1)

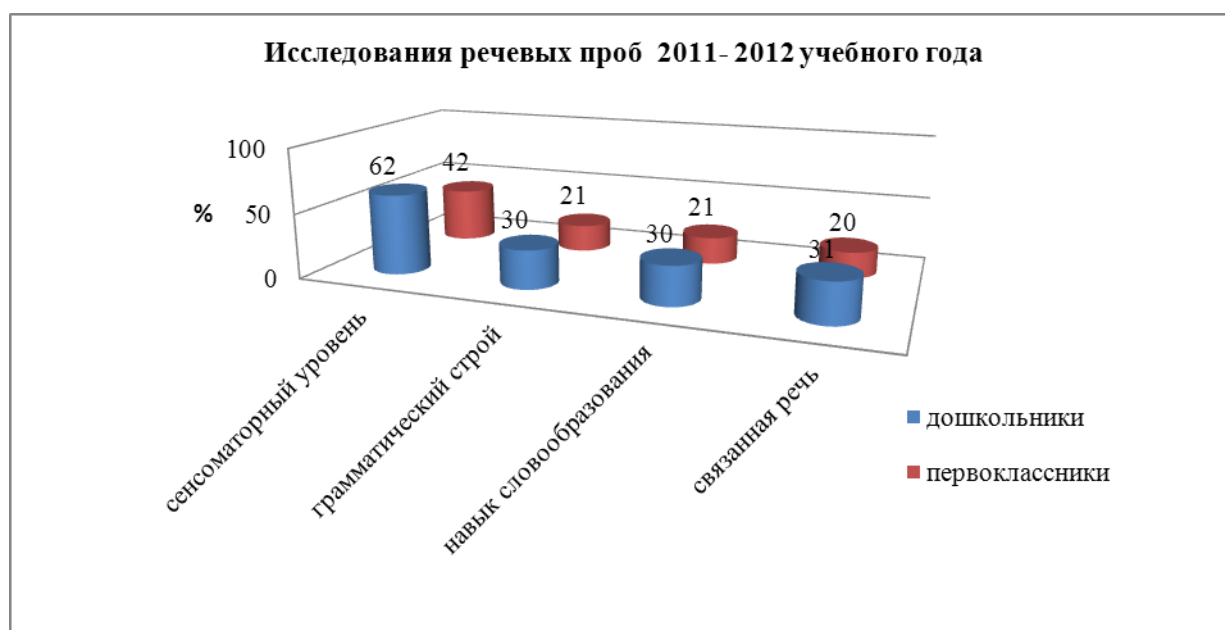


Рис. 1. Показатели несформированности экспрессивной речи

Установлено, что применение новых информационных технологий в логопедической работе значительно сокращает время формирования произносительных навыков, способствует развитию самоконтроля у детей. У учащихся, посещающих логопедические занятия, наблюдается положительная динамика со стороны речевого развития. Речь школьников стала более чёткой, плавной, свободной, снизилась речевая неуверенность, страх речи.

Таким образом, отмечаем, что применение новых информационных технологий в логопедической работе непосредственно влияет на результативность и эффективность данных занятий. Современные информационные технологии являются перспективным средством коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими нарушения речи. Поведение школьника на занятии с применением компьютерных игр становится более раскрепощённым, повышается его самооценка. Всё это помогает создать

атмосферу психологического комфорта, что также способствует повышению интереса к обучению в целом, снижению утомляемости младших школьников.

ЛИТЕРАТУРА

1. Беспалько, В. П. Образование и обучение с участием компьютеров (педагогика третьего тысячелетия) / В. П. Беспалько. – М. – Воронеж : Изд-во Моск. псих.-пед. ин-та ; Изд-во: НПО «Модэк», 2002.

2. Кукушкина, О. И. Реабилитация средствами образования: особые образовательные потребности детей с нарушениями в развитии / О. И. Кукушкина, Е. Л. Гончарова // Сб. научных трудов и проектных материалов ИПН РАО. – М., 1996.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО УРОКА

*Фирулева Н. В.,
учитель начальных классов МБОУ СОШ № 45,
г. Нижний Тагил*

Забота о здоровье обучающихся является одной из главных задач образовательной политики. В соответствии с новыми ФГОС на ступени начального общего образования должно осуществляться укрепление физического и духовного здоровья обучающихся. ФГОС второго поколения обозначил требования к результатам обучения школьников: личностным, метапредметным, и предметным. Школа, учитель должны создать такие условия, чтобы у ученика сформировать качества, необходимые ему как субъекту учебной деятельности:

- личностный смысл учения;
- способность принимать и сохранять цели учебной деятельности;
- владение способами учебной деятельности;
- умение планировать, контролировать и оценивать учебную деятельность.

Это требует создание методического инструментария, который будет обеспечивать реализацию ФГОС. Инструментарий педагога – это инновационные технологии обучения, системы интегрированной оценки достижений учащихся.

В настоящий момент ученик выходит на передний план как субъект учебной деятельности, а вместо цели урока – цель индивидуальной или коллективной деятельности учащихся. Структура занятия стала динамич-

ной, мобильной. В нем присутствует целый набор разнообразных действий и операций, объединенных целесообразной деятельностью. Учителю необходимо поддерживать инициативу ученика в нужном направлении, обеспечить приоритет его деятельности. Новый стандарт ориентирует нас и на новые технологии на основе «учебной ситуации», проектной деятельности, ИКТ, активные формы обучения. На мой взгляд, самой удачной технологией для активизации деятельности учащихся является технология интерактивного обучения. Под интерактивным обучением мы понимаем специальную форму организации познавательной деятельности, при которой ученики активно вовлекаются в процесс познания. Между ними в ходе коммуникаций происходит обмен знаниями, идеями, способами деятельности. Это существенно влияет на эффективность восприятия и формирования УУД субъектов обучения. Данная методика позволяет сделать процесс обучения активным и для учителя, и для ученика. Взаимодействие помогает справиться с задачами на развитие творческого мышления и умения аргументировать свои выводы (виды интерактивного взаимодействия: «ученик-ученик», «ученик-группа», «ученик-аудитория», «ученик-компьютер»).

Вовлекаясь в интерактивную деятельность, дети учатся критически мыслить, решать самостоятельно поставленные задачи, из различных источников извлекать и анализировать информацию, доказывать правильность своего мнения, совместно решать проблемы.

Использование интерактивных технологий в процессе урока снижает нервную нагрузку школьников, дает возможность менять формы деятельности, переключать внимание. Интерактивное обучение развивает коммуникативные умения и навыки, помогает установлению эмоционального контакта между учащимися, приучает работать в команде, прислушиваться к мнению своих одноклассников. ИКТ способствуют развитию одаренности учащихся, так как применение на уроках и во внеурочной деятельности, предоставляет каждому возможность самостоятельно постигать новое, осуществлять компетентностный подход.

Применение интерактивной доски, цифровых образовательных ресурсов позволяет эффективно управлять демонстрацией наглядного материала, организовывать групповую работу, проводить контроль. Дети охотно выполняют задания, так как могут корректировать и исправлять работы одноклассников. ИКТ называют интерактивными, потому что они обладают способностью «откликаться» на действия ученика и учителя, «вступать» с ними в контакт. Уместно сказать о достоинствах и недостатках ИКТ.

Недостатки	Достоинства
Резко возрастает объем информации. Диалог с компьютером лишен эмоций. Не обеспечивает развития речевой, письменной культуры. Возрастает нагрузка на глаза. Среди программного обеспечения много некачественного	Активизирует познавательную деятельность учащихся. Высокая мотивация. Работа учителя и учащихся более продуктивная (увеличение объема выполненных заданий). Индивидуализация обучения. Возможность выполнять больше самостоятельной работы. Расширение информации учебного материала. Позволяет установить мгновенную обратную связь. Учащиеся становятся субъектами обучения. Достигается уровневая дифференциация обучения

При использовании информационных компьютерных технологий следует помнить принцип педагогики «Не навреди!» – одинаково актуальный во все времена! Нельзя требовать от учащихся начальной школы сохранения неподвижного положения тела в течение всего урока. Переключение с одного вида деятельности на другой должно неизбежно сопровождаться изменением позы ребенка.

Применяя ИКТ, соблюдать и здоровьесберегающие принципы, которые подкреплены требованиями СанПИНа. Работа с компьютером у ученика первого класса должна не превышать 10 минут, 2–5 классов – 15 минут. Физкультминутки для снятия напряжения с глаз, которые проводятся в середине занятия с компьютером и в конце занятия в течение 1 минуты. Должны соблюдаться и требования к дизайну мультимедийной презентации:

- шрифт без наклона, насечек, от 20 пт;
- количество цветов на слайде не больше трех;
- цвет шрифта и фона должны быть контрастными, чтобы текст хорошо читался;
- текста не должно быть много, чтобы не вызвать быстрого утомления.

Кроме того, каждый урок должен способствовать сохранению и укреплению здоровья и самого педагога. Чтобы создать физиологичный урок, почувствовать радость творчества, учитель должен быть здоровым. Если учитель не здоров, то он не реализует свой потенциал, нарушает физиологическое и энергетическое равновесие урока, а, следовательно, может подорвать и здоровье учеников. Сохранение и укрепление здоровья находится в руках самих педагогов.

Критериями удачного урока с точки зрения его влияния на здоровье учащихся являются следующие:

- отсутствие усталости у учащихся и педагога;
- положительный эмоциональный настрой;
- удовлетворение от сделанной работы;
- желание продолжать работу.

Информационно коммуникативные технологии проникли во все сферы нашей жизни. Было бы глупо отрицать или не замечать этого факта. Система образования встраивается в сетевой мир. Педагоги должны владеть ИКТ, чтобы успешно решать профессиональные задачи.

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ АСПЕКТ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ

*Челышева Т. Е.,
воспитатель МБДОУ детский сад № 42,
г. Нижний Тагил*

В современном мире существенно нарастает осознание роли физической культуры как фактора совершенствования природы человека и общества.

Здоровый образ жизни в целом, физическая культура и спорт в частности, становятся социальным феноменом, объединяющей силой и национальной идеей, способствующей развитию сильного государства и здорового общества.

Сфера физической культуры и спорта выполняет в обществе множество функций и охватывает все возрастные группы населения.

Полифункциональный характер сферы проявляется в том, что физическая культура и спорт – это развитие физических, эстетических и нравственных качеств человеческой личности, организация общественно-полезной деятельности, досуга населения, профилактика заболеваний, воспитание подрастающего поколения, физическая и психоэмоциональная рекреация и реабилитация, зрелище, коммуникация и т. д.

Оздоровительный аспект рассматривается с множеством факторов:

Личностные факторы:

- участие в каких-либо физкультурно-оздоровительных программах;
- информированность о положительном влиянии физических нагрузок на здоровье;
- самомотивация;
- возраст;
- образование;
- самооценка физического состояния;

- снижение настроения.

Физиологические факторы:

- избыточная масса тела;
- наличие сердечно – сосудистого заболевания;
- наличие травмы;
- общие проблемы со здоровьем.

Ситуационные факторы:

- социальная поддержка;
- близкая расположенность от дома спортивного центра;
- нехватка времени;
- климатические условия;
- стоимость занятий;
- семейные или личные проблемы.

Поведенческие факторы:

- курение;
- рабочая профессия.

Организационные факторы:

- высокая интенсивность нагрузок;
- групповая форма проведения занятий;
- личностные качества тренера;
- возможность выбирать форму двигательной активности.

Для выстраивания эффективной информационно-пропагандистской политики при формировании навыков ведения здорового образа жизни и систематических занятий необходимо также опираться на основные жизненные ценности и приоритеты различных социальных групп населения.

Реализация данных методических рекомендаций будет способствовать:

- повышению информированности и уровня знаний различных категорий населения по вопросам физической культуры и спорта, здорового образа жизни;
- увеличению числа экономически активного населения и лиц старшего возраста, систематически занимающихся физической культурой и спортом, участвующих в массовых всероссийских пропагандистских кампаниях;
- формированию общественного мнения о необходимости ведения здорового образа жизни и потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Уместно подчеркнуть, что каждая социальная, возрастно-половая группа имеет свои особенности, связанные с привычным образом жизни, сложившимися приоритетами. Определенное значение имеет и региональная специфика трудовой занятости, развития инфраструктуры для проведения досуга, а также местные традиции.

Итак, оздоровительные аспекты формирования и сохранения высокой мотивации к здоровому образу жизни и к занятиям физической культурой и спортом возможны только при хорошем знании системы мотивов, побуждающих к физкультурно-спортивной деятельности. Кроме того, система занятий физической культуры должна быть таковой, чтобы полноценно реализовывать задачу развития систем внутренней и внешней мотивации личности.

ФОРМИРОВАНИЕ ОБЩЕУЧЕБНЫХ УМЕНИЙ В СООТВЕТСТВИИ С ФГОС В УСЛОВИЯХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ

*Чуваева О. В. ,
заместитель директора по УР МБОУ СОШ № 30,
г. Нижний Тагил*

Приоритетным направлением развития школьников выбрано внедрение здоровьесберегающих технологий, что позволяет учащимся получить качественное образование в полном соответствии с ФГОС и быть здоровыми.

Цель здоровьесберегающих технологий обучения – обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него универсальные действия по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

В своей профессиональной деятельности приоритет отдаю следующим здоровьесберегающим технологиям: игровая технология, технология дифференцированного обучения, технология коллективного обучения. Общеучебные умения и навыки формируются разными способами и средствами. Реализация на уроке принципов здоровьесбережения осуществляется при соблюдении поэтапного формирования умственных действий, которые обеспечивают возможное усвоение учебного материала каждым ребёнком в соответствии с уровнем его развития.

Начиная с первого класса, реализуется деятельностный подход к организации учебной работы. Это означает, что:

- введению новых знаний, как правило, предшествует постановка учебной задачи;
- информация, по возможности, не даётся в готовом виде, а «добывается» вместе с учениками;
- тренировочная работа организуется как мотивированная, последовательная обработка выведенного способа действия, нужного для успешного решения учебной задачи.

При определении подходов к методике формирования общеучебных умений и навыков важно не только учитывать влияние этого подхода на развитие устойчивого познавательного интереса, но и на создание комфортной психологической атмосферы образовательного процесса.

Развитие личностных качеств и способностей младших школьников опирается на приобретение ими опыта разнообразной деятельности: учебно-познавательной, практической, социальной. Поэтому в моей деятельности особое место отведено таким формам и методам работы, как:

1. Дифференцированный подход в обучении (групповая, фронтальная работа, работа малыми группами, индивидуальная).

2. Применение опорных схем и алгоритмов.

3. Нетрадиционные формы проведения урока (урок-путешествие, урок-сказка, урок – деловая игра и т. д.)

4. Создание эмоционально-комфортных условий для развития ребёнка и построение доверительных отношений между детьми и между учителем и детьми.

5. Включение в урок многообразных приёмов занимательности, как иллюстрации, игры, кроссворды, шутки, занимательные задачи.

6. Проведение массовых оздоровительных мероприятий.

7. Работа с семьёй.

Отмечу, что применение нетрадиционных форм проведения урока (урок-путешествие, урок-сказка, урок – деловая игра), многообразных приёмов занимательности, как иллюстрации, игры, кроссворды, шутки, занимательные задачи влечет за собой создание эмоционально-комфортных условий для развития ребёнка. Тот же эффект дает грамотное применение физкультминуток во время образовательного процесса. Физкультминутка – это лучшее средство усвоения материала, сохранения и укрепления здоровья учащихся. Физкультминутки обязательно провожу на каждом уроке в течение 2–3 минут, учитывая специфику предмета. В состав физкультминуток включаю упражнения для глаз, для пальцев рук, дыхательные гимнастики, упражнения для формирования правильной осанки. Музыка является дополнительным фактором для продуктивного отдыха.

Важную роль при формировании ОУУ играют следующие условия здоровьесберегающей педагогики:

- обязательный учет возрастных гигиенических норм режима труда и отдыха;

- реализация потребностей ребенка в движении;

- комфортность обучения;

- реализация возможности работать в индивидуальном темпе, обращаться за помощью, свободно использовать источники информации, высказывать и аргументировать свое мнение, не бояться ошибок;

– обеспечение доброжелательной обстановки при опросе, отсутствие скоростных характеристик при оценивании (оценка выставляется за работу на протяжении всего урока, а не на определенном этапе);

– ориентация на успех: предлагаемые задания разбиваются по уровням, ученик знает, какой максимальный балл он может получить за выполнение той или иной задачи, корректно направляется на выполнение посильного задания;

– рефлексия деятельности, как на отдельных этапах урока, так и в конце урока. Обязательно отмечаются позитивные моменты, сглаживаются негативные;

– контрольные работы проводятся строго по графику для устранения учебных перегрузок, осуществляется подготовка к такому виду деятельности, психологический настрой на работу;

– контрольные и проверочные работы составляют небольшого объема времени на выполнение должно хватить у каждого. Тем, кто быстрее справляется с работой, предлагаются дополнительные задания, оцениваемые отдельно;

– использование разнообразных форм учебной деятельности снимает усталость от монотонности учебного труда школьника.

Обучение учащихся рациональной организации труда также способствует здоровьесбережению.

Таким образом, мы отмечаем, что для формирования общеучебных умений и навыков важным является создание условий здоровьесбережения в образовательном процессе.

ПРОФИЛАКТИКА ПЛОСКОСТОПИЯ И НАРУШЕНИЯ ОСАНКИ КАК УСЛОВИЕ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*Шабинская М. В.,
инструктор по физическому воспитанию
МБДОУ ДС «МАЯЧОК» детский сад № 95 «Росинка»,
г. Нижний Тагил*

Организм человека – чрезвычайно сложный, сбалансированный механизм, наделенный удивительными возможностями и требующий очень бережного и разумного подхода к себе. Отклонения от нормы называют нарушениями, или дефектами осанки, связанные с функциональными изменениями опорно-двигательного аппарата, при которых образуются условно-рефлекторные связи, закрепляющие неправильное положение тела. При этом навык правильной осанки утрачивается.

Возраст до 7 лет является важным периодом в становлении произвольной двигательной функции, которая характеризуется дальнейшим морфологическим созреванием и развитием функциональных возможностей центрального и периферического отделов двигательного анализатора. Во взаимной связи с развитием движений продолжается и процесс морфологического становления опорно-двигательного аппарата. Позвоночник ребенка при различных статических позах (стоянии, сидении) принимает новый динамический стереотипный характер, что способствует формированию неправильной осанки и в будущем может стать причиной развития патологического искривления позвоночника – сколиоза.

На формирование осанки оказывают влияние многочисленные факторы:

- **особенности анатомии и физиологии человека** и преимущественный вертикальный вид передвижения;
- **особенности формирования стопы и позвоночника у детей** и физиология работы мышц ног, таза и спины, в том числе этапы и причины увеличения физиологических и патологических искривлений позвоночника;
- **особенности функционирования нервной системы человека и эффективность мышечного управления;**
- **индивидуальные особенности развития костно-мышечного корсета;**
 - внешние факторы, влияющие на осанку и на работу нервной системы человека (форма и твердость поверхности, на которую опирается человек во время своей **основной и каждодневной** двигательной активности);
 - длительное нахождение в кривом положении во время учебы или работы;
- **отсутствие системы формирования правильных двигательных привычек, начиная с самого раннего возраста, т. е. с момента начала обучения сидению и ходьбе и др.**

Вместе с нарушениями осанки все чаще у детей встречается плоскостопие. В век высоких технологий и всеобщей компьютеризации дети все чаще играя на улице и прогулкам предпочитают компьютер, а что ведет к уменьшению двигательной активности у ребенка. А чем меньше двигательная активность – тем вероятнее развитие плоскостопия.

Многочисленными исследованиями установлено, что главной силой, удерживающей своды стоп, являются именно мышцы, а связки играют второстепенную роль. Кроме того, доказано, что уже в дошкольном возрасте приросты двигательных качеств, в том числе и силы различных мышечных групп, зависят от ряда не только биологических факторов, но и

социальных, в частности постановки физического воспитания в дошкольных учреждениях.

Ведущая роль в борьбе с деформациями опорно-двигательного аппарата принадлежит профилактическим мероприятиям, раннему выявлению отклонений и своевременно начатой коррекции. Чем раньше выявлен дефект осанки, плоскостопие, чем раньше приняты необходимые меры, тем большего успеха можно добиться в устранении отклонений. Особенно большое значение имеет профилактика дефектов осанки у детей дошкольного возраста в силу их быстрого роста и развития. Отклонения в состоянии опорно-двигательного аппарата детей этого возраста являются первопричиной головных болей, хронических болезней горла, легких, почек, многих других болезней, и не поддаются медикаментозному лечению. Тесная связь между состоянием опорно-двигательного аппарата и состоянием здоровья доказывается тем, что отсутствие отклонений в состоянии опорно-двигательного аппарата является непременным условием нормального функционирования органов и систем, развития всего организма в целом, повышения работоспособности детей и укрепление их здоровья.

По результатам обследования в детском саду № 95 «Росинка» выявлено 13 % детей с изменениями стопы, 11 % – с плоско – вальгусной стопой и 2 % – с плоскостопием. Нарушения осанки имеют – 5 % детей.

Исходя из опроса, проведенного среди родителей воспитанников и бесед с детьми, выяснилось, что профилактике плоскостопия и формированию правильной осанки в семьях не уделяется должного внимания, двигательная активность старших дошкольников дома очень мала. Дети в основном смотрят телевизор или сидят за компьютером. Исключение составляют те семьи, дети которых ходят в спортивные секции, а это всего 6 % детей. Тренажеры, спортивные уголки дома есть только у 5 % детей. Анкетирование родителей выявило, что если 60 % семей с детьми 2–3 летнего возраста и 35 % семей с детьми 3–5 лет озабочены формированием основ здорового образа жизни у своих детей, то семьи 6–7 летних детей предпочитают выбрать образовательные программы по подготовке детей к школе.

Можно сделать вывод, что основная работа по формированию правильной осанки и профилактике плоскостопия лежит на дошкольном учреждении. В утреннюю гимнастику и в физкультурные занятия обязательно включаются специальные упражнения, направленные на формирование динамического стереотипа правильного держания тела в пространстве. К этой группе упражнений относятся упражнения на выработку ощущений правильной осанки, а также на развитие и тренировку различных анализаторов, принимающих участие в поддержании правильной осанки.

Для закрепления навыка правильной осанки детям предлагается выполнять следующие упражнения:

- принять правильную осанку, стоя у стены или гимнастической стенки, при этом затылок, лопатки, ягодичные мышцы, икроножные мышцы и пятки должны касаться стены;
- принять правильную осанку, отойти от стены на 1-2 шага, сохраняя принятое положение;
- принять правильную осанку, присесть, разводя колени врозь и сохраняя положение головы и позвоночного столба, медленно встать в исходное положение;
- ходьба с предметом на голове с сохранением правильной осанки, перешагивая через препятствия.

У дошкольников низкий уровень выносливости мышц, поэтому для снятия напряжения после длительного пребывания в статическом положении, обязательно проводятся физкультминутки и динамические паузы.

Наряду с упражнениями по формированию осанки используются упражнения для укрепления мышц стоп: «Собери платочек в маленький комочек», рисование пальцами ног, прокатывание массажных мячиков, ходьба по канату и др.

В основу использования специальных упражнений, направленных на профилактику плоскостопия, формирование правильной осанки и устранение ее дефектов, положены следующие принципы: индивидуально-дифференцированный подход к каждому ребенку и постепенное нарастание нагрузки в применяемых физических упражнениях. Нагрузка во время занятий не превышает функциональных возможностей дошкольников и проводится без ущерба для их здоровья. Работа по формированию правильной осанки в детском саду постоянно ведется со всеми детьми.

От умения правильно держать свое тело зависит не только внешний вид ребенка, но и его здоровье. Нарушение осанки неблагоприятно сказывается на физическом развитии организма, особенно на функциях костно-мышечного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем. При нормальной осанке создаются благоприятные условия для работы внутренних органов и хорошего самочувствия ребенка. Профессор Е. А. Аркин о психологическом значении осанки писал: «Выпрямляя свою спину, ребенок в известной мере выпрямляет свою душу».

ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ В УСЛОВИЯХ ОУ

*Шаталова М. В.,
учитель технологии МБОУ СОШ № 58,
г. Нижний Тагил*

*«Учиться могут все дети, ребенок
с нарушениями развития учится
медленнее, однако, он может учиться»*

Уровень развития общества можно определить по его отношению к людям с ограниченными возможностями, и на основе этого критерия нашу страну нельзя отнести к передовым.

Исследование, проводимое Российским государственным профессионально – педагогическим университетом, предполагало осуществить анализ ответов на следующие вопросы:

- Есть ли в вашем окружении люди с нарушениями развития?
- Общались ли вы когда-нибудь с такими людьми? Что вы при этом чувствовали?
- Отдали бы вы своего ребенка в образовательное учреждение интегративного типа, где обучаются здоровые дети и дети с нарушениями развития, где в течение всего образовательного процесса дети находятся вместе?

Результат с точки зрения гуманности – ошеломительные!

Печальный факт состоит в том, что при общении с людьми с серьезными нарушениями, мы испытываем страх, неловкость и безразличность. Родители детей с ОВЗ стараются скрывать его от глаз соседей, а поездка в общественном транспорте становится истинным испытанием. Основная причина такого отношения – в незнании, что такое нарушение развития ребенка и что, собой представляют люди с ограниченными возможностями.

А ведь градация нарушений в развитии детей очень широка, включающая в себя как врожденные, так и приобретенные. Вот несколько примеров:

1. Нарушение слуха. К этой категории относятся нарушения слуха различной степени – от легкой потери (тугоухость) до полной;
2. Нарушения зрения. К этой категории относятся нарушения зрения различной степени тяжести – от частичной потери до полной;
3. Нарушения двигательной сферы. В эту категорию в основном входят детские церебральные параличи. Двигательные нарушения встречаются в разных формах – от неподвижности (паралич, парезы) до гиперкинезов (непроизвольных чрезмерных движений). Они могут быть также разной

степени выраженности от легких нарушений координации до полной не-полной неподвижности;

4. Нарушения речи. Нетяжелые нарушения речи встречаются у многих детей (нарушение звукопроизношения, процесса чтения и письма), но в категорию тяжелых входят серьезные нарушения;

5. Нарушения интеллектуального развития. К этой категории относятся нарушения умственного и психического развития врожденного характера и приобретенные. Основным критерием является нарушение познавательной деятельности;

6. Нарушение психического развития. Нарушения психического развития выражаются в проблемах общения, поведения, сложности адаптации. Дети с нарушениями психического развития могут иметь сохранный интеллект.

Среди многочисленных проблем, с которыми сталкиваются родители ребенка с ограниченными возможностями, на первый план выступают две наиболее значимые. Основная проблема – отношение окружающих. Вторая – получение доступного образования.

Вот поэтому, на мой взгляд, одной из приоритетных целей социальной политики России является модернизация образования в направлении повышения его качества и доступности для всех категорий граждан. Изменение подходов к обучению и воспитанию детей с ограниченными возможностями здоровья. Направлено на формирование и развитие социально-активной личности, обладающей навыками социально-адаптивного поведения. Одним из путей реализации этой задачи является образовательная инклюзия, которая может рассматриваться как средство социально реабилитации не только самого ребенка, но и его семьи. Кроме того, развитие инклюзивного образования обеспечивает равные права, доступность, возможность выбора подходящего образовательного маршрута для любого ребенка вне зависимости от его физических возможностей.

Традиционно российская система образования предполагала обучение детей с отклонениями в развитии в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях, создающих благоприятные условия для их развития и коррекции нарушений психофизического развития, но затрудняющих процесс последующей адаптации и социализации ребенка. Так, согласно Федеральному закону № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29. 12. 2012 ст. 108 гласит «Наименования, и уставы образовательных учреждений подлежат приведению в соответствии с настоящим Федеральным законом не позднее 1 января 2016 года с учетом следующего: специальные (коррекционные) образовательные учреждения для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья должны быть переименованы в общеобразовательные организации».

Инновационные процессы в области современного образования требуют изменений подходов к обучению детей с особыми образовательными потребностями. Основная задача инклюзивного образования – создание системы образования, учитывающей индивидуальные образовательные потребности ребенка, формирующей новые подходы к обучению детей с ОВЗ, применяющей вариативные образовательные формы и методы обучения и воспитания.

Основными принципами инклюзивного образования является:

- ценность человека не зависит от его способностей и достижений;
- каждый человек способен чувствовать и думать;
- каждый человек имеет право на общение и на то, чтобы быть услышанным;
- все люди нуждаются друг в друге;
- подлинное образование может осуществляться только в контексте реальных взаимоотношений;
- все люди нуждаются в поддержке и дружбе ровесников;
- для всех обучающихся достижение прогресса скорее может быть в том, что они могут делать, чем в том, что не могут;
- разнообразие усиливает все стороны жизни человека.

Цель изменений является создание безбарьерной среды в обучении и профессиональной подготовке людей с ограниченными возможностями. Это подразумевает как техническое оснащение образовательных учреждений, так и разработку специальных учебных курсов для педагогов и других учащихся, направленных на развитие их взаимодействия с людьми с особенностями развития.

Поэтому, в настоящее время в образовательном пространстве нашей страны стали все активнее проявлять себя и инклюзивные процессы. Дети с ограниченными возможностями здоровья, по желанию их родителей, теперь чаще идут в массовые школы.

По моему мнению, проблеме обучения детей с ограниченными возможностями здоровья государству следует уделять больше внимания, т. к. эти дети должны иметь равные права со здоровыми детьми, ведь среди них так же есть способные дети в учебе, талантливые, одаренные, но не способные «влииться» в общественную жизнь самостоятельно.

ЛОГОПЕДИЧЕСКАЯ РИТМИКА В СИСТЕМЕ КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ

*Шишова М. А.,
учитель-логопед МБДОУ № 143,
г. Нижний Тагил*

Здоровье человека – это актуальная тема во все времена. Здоровье нельзя удержать лекарствами. Но есть другое средство – движение. Физические упражнения, различные движения должны прочно войти в жизнь каждого человека, который хочет сохранить работоспособность, здоровье.

В нашем детском саду широко используются многие здоровьесформирующие технологии. Одной из самых известных и чаще других используемых во время организационной образовательной деятельности является физминутка. Проводится она с детьми всех возрастных групп в качестве профилактики переутомления.

Подвижные и спортивные игры используются как часть физкультурного занятия, а также на прогулке, в групповых комнатах. Они бывают малой, средней и высокой степени подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения.

Релаксация проводится в любом подходящем помещении детского сада. В зависимости от состояния детей и целей педагог определяет интенсивность этой технологии. Ею завершаются занятия, связанные с интенсивной физической нагрузкой. Для релаксации используется спокойная классическая музыка, звуки природы.

У детей с нарушениями речи, часто наблюдаются «неполадки» в общей моторике: недостаточная четкость и организованность движений, недоразвитие чувства ритма и координации. Поэтому мы включили в свою работу – логопедическую ритмику, которая является одной из составных частей комплексного метода преодоления речевых нарушений, а так же включает в себя разделы лечебной физкультуры.

Логопедическая ритмика – это система двигательных упражнений, в которых различные движения сочетаются с произнесением специального речевого материала. Это форма активной терапии, в результате которой укрепляется костно-мышечный аппарат, развивается дыхание, моторные, сенсорные функции, чувство равновесия, правильная осанка, походка, грация движений. Чем выше двигательная активность ребенка, тем лучше развивается его речь.

Таким образом, логопедическая ритмика – комплексная методика, включающая в себя средства логопедического, музыкально-ритмического и физического воспитания. Три кита, на которых стоит логопедическая ритмика, – это движение, музыка и речь.

Цель логопедической ритмики – развитие речи, посредством движения.

Задачи логопедической ритмики:

- развитие общей, мелкой и артикуляционной моторики с помощью логоритмических игр, пальчиковой, артикуляционной гимнастики, логопедических попевок;
- формирование правильного дыхания (умение делать глубокий вдох и длительный выдох);
- выработка четких координированных движений во взаимосвязи с речью (хороводы, игры с пением);
- развитие фонематического слуха, просодических компонентов речи (высота, сила, тембр голоса) с помощью дидактических игр «Угадай-ка» (определение соответствия музыки, движения, голоса – с образом животных), «Угадай, на чем играю» и т. д.

Логоритмические игры способствуют созданию доброжелательной, эмоционально насыщенной атмосферы совместного творчества детей и взрослых. Желание каждого ребенка подражать взрослому и активно участвовать в процессе занятия осуществляется благодаря музыкальному сопровождению игр-инсценировок, танцев, а также пению песен. Использование сказочных персонажей, атрибутов сюжетно-ролевых игр стимулирует активность детей к речевой и другим формам деятельности.

Занятие по логопедической ритмике включает следующие виды упражнений:

1. Ходьба и маршировка в различных направлениях. Как правило, эти упражнения являются вводными и заключительными. Они формируют четкую координацию движений рук и ног, улучшают осанку, учат ориентироваться в пространстве.

2. Упражнения на развитие дыхания, голоса и артикуляции. Эти упражнения помогают выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха. Работа над голосом позволяет сделать его более выразительным, воспитывать основные качества голоса – силу и высоту, а также оказывает профилактическое действие. Работа над артикуляцией позволяет уточнить правильное звукопроизношение, развивает подвижность языка, челюстей, губ, способствует хорошей переключаемости артикуляционных движений.

3. Упражнения на активизацию внимания и памяти. На данных упражнениях воспитывается устойчивость и переключаемость внимания – способность переходить от одного действия к другому. Дети учатся распределять свое внимание между несколькими видами деятельности. Вместе с этим развиваются все виды памяти: моторная, зрительная, слуховая. Для детей, имеющих речевые нарушения, особенно важно развивать слуховое внимание и слуховую память.

4. Речевые упражнения без музыкального сопровождения. Их суть – ритмичное проговаривание стихотворного текста с одновременным выполнением действий. Стихотворный текст в этих упражнениях является ритмической основой для выполнения движений. Это позволяет совершенствовать общую и мелкую моторику, вырабатывает хорошую координацию действий.

5. Ритмические упражнения. У детей с речевой патологией часто наблюдаются недостатки в восприятии ритма, проявляющиеся в затруднениях воспроизведения слов, состоящих из 3 и более слогов. Проговаривая многосложное слово, ребенок не ориентируется на его ритмическую основу, поскольку не чувствует её. Данные упражнения направлены на развитие чувства ритма. Особенно это важно для детей, имеющих заикание. Но даже у здорового ребенка необходимо воспитать чувство ритма, а затем соединить речь с ритмическими движениями. Основная задача этих упражнений – сформировать у ребенка чувство музыкального ритма в движении.

6. Пение. Пение прекрасно развивает дыхание, голос, формирует чувство ритма и темпа, улучшает дикцию и координирует слух и голос.

7. Пальчиковые игры. Науке давно известно, что развитие подвижности пальцев напрямую связано с речевым развитием. Поэтому, развивая мелкую моторику пальцев рук, мы способствуем скорейшему речевому развитию. Пальчиковые игры проводятся с пением, с проговариванием текста, а также с мелкими предметами – карандашами, палочками, мячами.

8. Коррекция звукопроизношения. На логоритмических занятиях проводится работа по исправлению неправильного звукопроизношения. На подготовительном этапе даются упражнения на формирование слухового внимания, фонематического восприятия, артикуляционной и мимической моторики, затем звук автоматизируется и дифференцируется. Детям предлагаются игры на основе звукоподражания.

Все перечисленные упражнения делятся на две большие группы:

1) упражнения, развивающие неречевые процессы (общая и мелкая моторика, координация движений, ориентировка в пространстве, регуляция мышечного тонуса, развитие чувства музыкального метра, темпа, ритма, развитие психических процессов);

2) речевые упражнения (развитие дыхания, голоса, темпа и интонации речи, развитие артикуляции и мимики, работа над правильным звукопроизношением и формированием фонематического слуха. Те или иные задания подбираются в зависимости от речевого дефекта.

Таким образом логопедическая ритмика направлена на всестороннее развитие ребёнка, совершенствование его речи, овладение двигательными навыками, умение ориентироваться в окружающем мире, понимание

смысла предлагаемых заданий, на способность преодолевать трудности, творчески проявлять себя.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аксанова, Т. Ю. Логоритмическая ритмика в системе коррекционной работы с дошкольниками с ОНР : Учебно-методическое пособие / Т. Ю. Аксанова. – СПб. : ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2009. – 40 с.

1. Лопухина, И. С. Логопедия: Речь, Ритм, Движение / И. С. Лопухина. – СПб, 2006.

2. Картушина, М. Ю. Конспекты логоритмических занятий в детском саду с детьми 6–7 лет / М, Ю. Картушина. – М. : ТЦ Сфера, 2010. – 192 с.

3. Ткаченко, Т. Мелкая моторика: гимнастика для пальчиков / Т. Ткаченко. – М., 2005.

4. Ткаченко, Т. Пальчиковые игры и гимнастика / Т. Ткаченко. – М., 2005.

УЧЕБНЫЙ МОДУЛЬ «ТУРИЗМ» КАК СПОСОБ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНТНОСТИ В СФЕРЕ КУЛЬТУРНО-ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*Шредер А. А.,
учитель физической культуры МБОУ СОШ № 61,
г. Нижний Тагил*

Развал социалистической экономики в конце 80-х начале 90-х годов и переориентация на капиталистические отношения привели к ликвидации материальной базы социальной сферы и ее развалу. Особенно пострадали те отрасли социальной сферы, которые в общественном мнении увязывались с коммунистической идеологией и, следовательно, считались практически бесполезными в новых условиях. В их число попала и туристско-краеведческая деятельность, действительно чрезвычайно идеологизированная в советский период. При этом были забыты концептуальные положения, лежащие в основе туристско-краеведческой деятельности, а именно:

– воспитание чувства патриотизма, понятие малой родины, воспитание любви к Отечеству;

– понятие о туристско-краеведческой деятельности как содержательном занятии населения, предоставляющем «рабочую» деятельность в условиях свободного времени;

– познавательный и образовательный характер туризма, реализующийся в выработке элементарных жизненно необходимых навыков и умений.

– валеологический аспект туризма как средства закалки и укрепления здоровья, фактора, влияющего на физическое и нравственное благополу-

чие человека, что особенно важно в условиях резких изменений многих параметров биосоциальной среды, характерны для современной эпохи;

Осознание провала в данной области образования нашло отражение в разработке в последние годы как местных (Дрогов И. Центр детско-юношеского туризма, г. Москва), так и региональных (образовательный проект «Каменный пояс») и республиканских программа туристско-краеведческой деятельности обучающихся Российской Федерации «Отечество», программ туристско-краеведческой работы и концепции Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса. Однако все они ориентированы на реализацию концепций туристско-краеведческой деятельности через систему дополнительного образования, несмотря на то, что недостатки такого подхода были отмечены еще в середине 90-х годов.

Уже тогда была необходимость «введения туризма как дисциплины на всех этапах обучения с включением в нее практических работ в природных условиях по целому ряду курсов (экология, биология, выживание в экстремальных условиях и т. п.), способствующих более глубокому ознакомлению с окружающим миром».

Сегодня мы наблюдаем тенденцию к росту как заинтересованности общества к приобщению учащейся молодежи к содержательной деятельности так и школьников к занятиям туризмом и краеведением. Уральский регион с его туристским потенциалом и традициями, несомненно, является одним из наиболее благоприятных для реализации туристско-краеведческой составляющей образования и воспитания. Решение проблемы видится в выделении в школьном учебно-тематическом плане определенного количества часов для регулярных занятий туризмом и краеведением в рамках учебной программы, привлечении для ее реализации учителей-предметников и туристов-профессионалов, создании целостной системы туристско-краеведческой работы на базе отдельно взятого учебного заведения на основе авторской программы, учитывающей специфику данного образовательного учреждения.

Целью предлагаемой автором системы организации туристско-краеведческой деятельности является расширение и углубление знаний и представлений учащихся об окружающем мире в процессе практического участия в туристско-краеведческой деятельности, получение и развитие разнообразных практических умений и навыков (самоорганизации и самоуправления, общественной активности и дисциплины, элементарных туристских навыков, навыков жизнеобеспечения и оказания доврачебной медицинской помощи), что в конечном итоге, отражает потенциал туризма и краеведения как комплексного средства обучения и воспитания.

Совместное развитие общества, характеризующееся ускорением научно-технического прогресса и увеличением объема информации в сочетании с уменьшением физических нагрузок, накладывает отпечаток на фор-

мирование психологических процессов. Человек живет в реальном и сложном мире, насыщенном стрессовыми воздействиями, возникающими при резких изменениях многих параметров окружающей биосоциальной среды, что отнимает большую часть его здоровья и приводит к т. н. «третьему» состоянию.

Это утверждение верно не только по отношению ко взрослому населению, но – и в особенности – к детям

Для преодоления сложившейся ситуации содержание учебного процесса в школе должно быть направленно на:

- на подготовку детей к реальной жизни: выработку навыков, умений, которые пригодятся в различных ситуациях;
- формирование знаний об основных тенденциях в экономической, политической, социальной сфере не только в мире, стране, но и конкретно в районе проживания;
- выработку умений и навыков самоанализа, самокорректировки;
- придания занятиям валеологической направленности способствующей лучшему самопознанию, более высокой адаптивности к окружающей среде.

Таким образом, становится вопрос о выполнении профессиональных, общественных и бытовых функций в оптимальных для здоровья условиях и ориентированности деятельности учащихся в направлении формирования, сохранения и укрепления как индивидуального, так и общественного здоровья, что принято объединить понятием здорового образа жизни, одним из ключевых компонентов которого наряду с отказом от вредных привычек, рациональным питанием, личной гигиеной и положительными эмоциями является двигательный режим.

Всем этим требованиям как нельзя лучше отвечает туристско-краеведческая деятельность. При занятиях туризмом в работу включается все основные группы мышц конечностей туловища, активизируются органы кровообращения и дыхания; длительное пребывание в походных условиях способствуют закаливанию организма, повышает его сопротивляемость внешним воздействиям, различным заболеваниям. Систематические занятия туризмом создают комплекс мотивации к здоровью, таким образом, можно говорить о валеологии как естественнонаучной основе туризма.

Предлагаемая система организации туристско-краеведческой деятельности предполагает использование для реализации учебных задач не только профессиональных работников отрасли, но и привлечение практически всего педагогического коллектива школы: классных руководителей, преподавателей-предметников, организаторов внеклассной работы, а так же учащихся старших классов, имеющих соответствующих туристско-краеведческую подготовку.

В основу комплексной системы туристско-краеведческой деятельности положен учебный модуль «Туризм» как третий час предмета «Физическая культура» в рамках школьного компонента учебно-тематического плана, рассчитанный на среднее звено (5–9 классы). Такие возрастные рамки обусловлены следующими факторами:

- полученные в начальной школе знания, умения и навыки являются необходимыми и достаточными для освоения первой ступени учебного курса;

- учащиеся данной возрастной группы обладают достаточным уровнем физической формы развития для реализации предлагаемого курса через активные формы организации, учебного процесса (походы, соревнования).

Беря за основу задачу «освоения территории своей жизни», мы предлагаем введение базисных понятий для каждого из этапов обучения: 5 класс – район, 6 класс – город, 7 класс – окрестности, 8–9 классы – область. Такая организация учебного материала позволяет решить задачу комплексного изучения природно-географической, исторической и социокультурной среды обитания и овладение элементарными туристическими навыками на доступном для каждой возрастной группы уровне, расширяя по мере изучения круг познавательных, общеразвивающих, так и образовательных задач, усложняя формы организации учебного процесса (от экскурсии к походу выходного дня, многодневному походу и категорийному туристскому путешествию).

Реализация предложенного подхода на базе МБОУ СОШ № 61, помимо массового участия школьников в однодневных походах (количественный показатель), выражается и в качественном: за 5 лет реализации предлагаемой программы более 50 учащихся выполнили норматив 3, 12 – второго, 4 – первого разряда по спортивному туризму; 4 выпускника школы получили звание инструктора спортивного туризма.

СОЗДАНИЕ УСЛОВИЙ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА

*Шутова О. В.,
учитель начальных классов МБОУ СОШ № 30,
г. Нижний Тагил*

Школьное образование в наши дни предъявляет большие требования к здоровью обучающихся. Сейчас, как никогда, важна личная компетентность самих учащихся в вопросе здорового образа жизни: и теоретическая, и практическая. Перед каждым учителем встает вопрос: как построить учебный процесс и воспитательную работу так, чтобы научить детей по-

нимать значимость правильного поведения в отношении сохранения и укрепления своего здоровья. Понятие культуры здоровья интегративное, затрагивает различные личностные сферы учащихся. Поэтому при ее формировании крайне важно использовать многокомпонентный подход.

Эту деятельность можно осуществлять в трех направлениях: при проведении уроков, во время организации внеурочной деятельности и работы с родителями.

Прежде всего, начинать нужно с формирования представлений о здоровье, здоровом образе жизни (ЗОЖ). Данные представления включены в содержание таких предметов как «Окружающий мир» (1–4 класс) и «Культура здоровья» (1–3 класс). Важно не только правильно донести до учащегося смысловые значения понятий, но и соответствующим образом организовать весь учебный процесс, способствующий их восприятию. Во время проведения уроков ориентируюсь на личность ребёнка, стараюсь создать комфортные условия для развития природных возможностей и задатков. В своей педагогической практике использую педагогику сотрудничества, равного взаимодействия и партнерства. Важно, чтобы на таких уроках школьники не просто получали теоретические знания, но и умели их применять [Безруких 2004]. Нужно обязательно создавать на уроках проблемные, поисковые ситуации, где учащиеся закрепляют полученные представления о здоровье и о ЗОЖ, проигрывая заданные схемы. Например, школьникам нужно составить карту своего режима дня и отметить наиболее важные режимные моменты с точки зрения восстановления затраченных сил и энергии и объяснить выбранные ответы. Педагог в начальной школе является инициатором исследований в области здоровьесбережения, он актуализирует важную проблему, предлагает возможные пути решения, организует деятельность учащихся [Ковалько 2004]. Свои знания о здоровье учащиеся защищают в виде проектов: рекламных плакатов, листовок, сообщений и рисунков. Так же пытаются объективно оценить состояние своего здоровья и причины этого состояния. Во время уроков здоровья дети учатся наблюдать за состоянием своего здоровья, получают дополнительные знания и положительные эмоции.

Как во время учебного процесса, так и во время организации внеурочной деятельности учащихся большое внимание уделяю экологическому воспитанию младших школьников. Формируя культуру здоровья важно учитывать ценностно – ориентационную сферу личности: отношение ребенка к себе, к окружающему миру, природе. Каждый человек – это часть природы, его ценностные представления о природе являются частью общей культуры, в том числе и культуры здоровья.

Поэтому считаю необходимым проводить экологические беседы о культуре поведения в природе. Эти беседы могут проводиться в определенной системе или спонтанно, ситуационно. После серии бесед учащиеся

первого класса изготавливают книжку-малышку «Как вести себя в природе» или серию рисунков. Младшие школьники любят работать творческими группами, и поэтому данная работа может быть организована в группах. На определенное время (две недели) учащимся дается задание собрать материал, например, о разных птицах. Каждая группа выбирает свою птицу, которую можем увидеть в городе. Через неделю они показывают собранный материал из книг, журналов, газет, энциклопедий учителю. Вместе с учителем школьники отбирают важное и неизвестное. Потом они оформляют работу с рисунком или фотографиями птицы. Через неделю руководитель группы отчитывается перед классом.

Во 2 и 3 классе интересными для формирования ценностно – значимых отношений с природой темами являются «Звери весной, зимой», «Животные леса». Чтобы учащиеся запомнили особенность их жизни в лесу в разное время года, использую прием «театрализации» с применением масок и костюмов, пальчиковых кукол. После показа сценок учащиеся делают вывод. Он оформляется на доске в виде схемы. В 3 и 4 классах ребята имеют больше знаний и имеют небольшой опыт работы с дополнительной литературой. Школьники самостоятельно составляют к урокам собственные рассказы-загадки о каком-то животном или растении, работают над исследовательскими проектами, успешно их защищают. Педагог сопровождает их деятельность на протяжении всего периода выполнения проекта. Каждый новый совместно пройденный этап – новое открытие, затрагивающее эмоционально – смысловую сферу учащихся, закрепляющий их уверенность в значимости правильного поведения в природе, в отношении сохранения своего здоровья.

При организации работы с родителями по формированию культуры здоровья их детей использую такую форму работы как «Школа грамотного родителя». В рамках занятий этой школы родители обмениваются мнениями по возникающим проблемам и вопросам, связанным с ЗОЖ, принимают ценностно значимые решения, которые впоследствии смогут правильно донести своим детям. На этих встречах планируется совместная досуговая деятельность школьников и родителей. Большинство учащихся класса являются воспитанниками ДЮСШ «Юпитер», занимаются баскетболом и степаэробикой. В связи с этим, значимыми мероприятиями являются мероприятия спортивной направленности – соревнования, турниры, походы, показательные выступления. Через родителей, через их понимание смысла понятия «культуры здоровья» осуществляется то необходимое педагогическое воздействие, которое необходимо для получения значимых результатов по формированию культуры здоровья школьников.

Таким образом, работая в направлении формирования культуры здоровья младшего школьника важно помнить о создании соответствующих условий. Это и *организация уроков*, обеспечивающая включение в цели

урока элементов оздоровительной направленности, как в организации, так и в содержании. Это и организации внеурочной деятельности, основанная на экологическом воспитании. Это, наконец, системно выстроенная работа с родителями по повышению их валеологической грамотности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Безруких, М. М. Здоровьесберегающая школа / М. М. Безруких. – М. : Московский психолого-социальный институт, 2004. – 240 с.
2. Зайцев, Г. К. Твои первые уроки здоровья / Г. К. Зайцев. – СПб., 1997. – 397 с.
3. Ковалько, В. И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1–4 классы / В. И. Ковалько. – М. : «ВАКО», 2004. – 296 с. – (Педагогика. Психология. Управление).

ИССЛЕДОВАНИЕ ДИНАМИКИ УМСТВЕННОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ КАК ОДНО ИЗ УСЛОВИЙ СОЗДАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

*Эсаулова Т. Л.,
учитель начальных классов МБОУСОШ № 30,
г. Нижний Тагил*

Проблема сохранения, поддержания и развития умственной работоспособности приобретает большое значение особенно в последнее время в связи с социальными преобразованиями и обновлением содержания школьного образования. Возрастающий объем информации, постоянная модернизация учебных программ, привлечение разнообразных технических средств обучения, влекущие интенсификацию умственной деятельности, – все это создает ощутимое давление на нервно-психические функции учащихся.

Каждый педагог должен знать, что только правильная организация учебной деятельности, умелое использование в нём здоровьесберегающих средств, дифференцированного и индивидуального подхода будет способствовать улучшению всех аспектов здоровья подрастающего поколения и влиять на качество образования [Умственная работоспособность... 1998].

Многолетнее изучение работоспособности школьников М. В. Антроповой [Антропова 1967] позволило определить основные закономерности динамики умственной работоспособности в течение учебного дня, урока, недели, года. Эти закономерности необходимо учитывать при организации педагогического процесса, на их основе строить урок, учебный день, неделю, год.

Учитывая особенности функционального состояния и динамику работоспособности детей, учитель может снять дополнительную нагрузку, облегчить процесс обучения, сделать его более рациональным и эффективным, сразу же создав ситуацию интереса, игры, сконцентрировать и привлечь внимание к работе.

Фактически, заранее невозможно предположить периоды активности и спада, спрогнозировать деятельность, ибо динамика работоспособности изменяется не только в течение учебного дня или конкретного урока, но и имеет различные характеристики в каждый конкретный день. Подобное состояние работоспособности объясняется воздействием самых разнообразных внешних и внутренних факторов.

Из опыта работы, в течение первых четырех лет обучения у 55 % наблюдавшихся школьников сохранялся присущий им уровень работоспособности, у остальных был отмечен переход на более высокий или более низкий уровень, но лишь на близстоящий. Это указывает на определенную стабильность уровня умственной работоспособности.

Для диагностики использую дозированные задания по корректурным таблицам В. Я. Анфимова [Бруннер 2006]. Эта методика корректурных проб обладает существенными преимуществами, достаточно информативна для оценки влияния учебной нагрузки на функциональное состояние организма и широко применяется.

В зависимости от поставленной задачи применяю разные схемы проведения исследований. Например, для определения влияния дневной учебной нагрузки учащихся использую методику 4-минутного задания по буквенным таблицам. Корректурные задания даются ученикам всего класса перед первым уроком или сразу после него (исходный уровень), а затем после последнего урока. При исследовании функциональных изменений, использую фигурные таблицы, даю словесные указания.

В течение урока индивидуальная динамика работоспособности может быть разной. Проведённые в 2012 году наблюдения за учениками 1А класса показали, что:

- у 14 % детей явно выраженных «скачков» не наблюдается. Отсутствие заметного роста числа ошибок свидетельствует о повышении концентрации внимания и отсутствия заметного утомления, самое оптимальное время – середина и конец урока;

- меньшее число просмотренных знаков выражено у 23 % детей. Это можно объяснить тем, что, дети не посещали дошкольных учреждений, не подготовлены к обучению в школе, поэтому для них самый активный период времени – начало урока, в остальное время они чрезмерно беспокойны, требуют постоянного к себе внимания, к концу урока отвлекаются, сидят с отсутствующим видом;

– у 30 % детей показатели интенсивности и качества работы колеблются, отсутствует чётко выраженная периодичность процессов утомления и работоспособности, что свидетельствует о защитных механизмах органического происхождения;

– у 20 % детей – самое оптимальное время для работы – конец урока. Работоспособность характеризуется плавными переходами от одного временного промежутка до другого;

– динамика работоспособности чётко просматривается у 13 % детей. Самый высокий уровень развития концентрации внимания – середина урока, после чего умственная деятельность плавно снижается, не доходя до состояния торможения.

Одним из условий снижения утомляемости у учащихся начальной школы является двигательная активность, как в урочное, так и во внеурочное время. Для выявления значения двигательной активности в повышении работоспособности учащихся в 2011–2012 учебном году мною был проведен эксперимент [Осипенко 2008]. В опытном классе (4А) объем ежедневной двигательной активности в первой половине дня включал в себя 5-минутную гимнастику до учебных занятий, физкультпаузы на уроках и динамическую подвижную перемену. Уроки проводились с использованием «подвижного» метода обучения. Кроме уроков физкультуры, учащиеся посещали секцию волейбола (девочки) и баскетбола (мальчики), занятия в бассейне, ходили в походы. В контрольном классе (4В) в соответствии с учебным планом, три раз в неделю проводились уроки физкультуры.

В опытном классе с большим объемом двигательной активности умственная работоспособность учащихся стабильно удерживалась на высоком уровне, на протяжении всего учебного года. В контрольном классе высокая работоспособность отмечалась в начале четверти, а к концу – снижение, что соответствует общепринятым представлениям о накоплении к этому времени у учащихся усталости и снижении полноценности познавательных функций, в частности свойств внимания.

Недельная работоспособность более высокая в начале и в конце недели, а в середине снижается. Снижение работоспособности отмечается во вторник и в среду после уроков. В пятницу работоспособность вновь повышается. Это закономерность четко прослеживается в опытном классе. В контрольном классе она выявляется менее четко.

Весь учебный процесс в опытном классе (в отличие от контрольного) строился с учетом типа и уровня дневной и урочной работоспособности каждого ученика класса. Контрольные и проверочные работы проводились в самые работоспособные дни и уроки. Велась индивидуальная и дифференцированная работа. Это способствовало более качественному усвоению учебного материала и получению высоких результатов обучения.

В ходе работы была выявлена группа детей («группа риска»), у которых наблюдался низкий уровень умственной работоспособности в течение

всего года. Для того чтобы эти учащиеся не стали потенциальными «двоечниками» при переходе в среднее звено им была оказана своевременная помощь психолога, учителя и родителей.

Таким образом, увеличение ежедневной двигательной активности учащихся положительно сказывается на сохранении у них умственной работоспособности в течение учебного года и предотвращении утомления – к его окончанию. Ее динамика у этих детей по сравнению с аналогичными показателями учащихся, имеющих обычный школьный двигательный режим (три урока физкультуры в неделю), характеризуется определенной стабильностью на протяжении учебного года и тенденцией к увеличению объема работы и некоторому повышению качества.

В заключение, хотелось бы сказать, что для повышения эффективности учебного процесса, повышения работоспособности детей необходимо не только учитывать психофизические особенности их деятельности и соблюдать психогигиенические требования к организации обучения, но и знать тип и уровень дневной и урочной работоспособности каждого ученика класса.

Очевидно, что необходимо использовать средства, которые бы стимулировали работоспособность детей. Я считаю, что таковыми средствами выступают здоровьесберегающие технологии, способствующие эффективности учебной деятельности детей.

Следует отметить, что только систематическое проведение оздоровительной работы с ребёнком в школе и дома, соблюдение режима учебы, труда и отдыха, четкий распорядок дня, отсутствие конфликтных ситуаций принесёт желаемый результат – даст прочные знания, осознанные умения по охране его здоровья, обеспечит формирование позитивных установок на соблюдение гигиенических правил, то есть поможет младшему школьнику сохранить и укрепить своё здоровье.

ЛИТЕРАТУРА

1. Антропова, М. В. Работоспособность учащихся и её динамика в процессе учебной и трудовой деятельности / М. В. Антропова. – М. : Просвещение, 1967. – 251 с.
2. Умственная работоспособность и состояние здоровья младших школьников, обучающихся по различным педагогическим системам / М. В. Антропова, Г. В. Бородкина, Л. М. Кузнецова и др. // Физиология человека. – 1998. – № 5. – С. 80–84.
3. Бруннер, Е. Ю. Лучше, чем супервнимание: Методики диагностики и психокоррекции: Психология внимания; Оценочные тесты; Развивающие игровые упражнения. Серия: Психологический практикум. – Ростов-н/Д.: Феникс, 2006. – 317 с.
4. Осипенко, Е. В. Динамика умственной работоспособности учащихся на протяжении учебного года / Е. В. Осипенко, С. В. Севдалев, С. В. Шеренда // Адаптационные возможности детей: материалы VII международной науч.-практ. конф. , Одесса, 17–19 сентября 2008 г. – Одесса, 2008. – С. 349–353.

«ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ ДЕСАНТ ПСИХОЛОГОВ» КАК ФОРМА МЕЖВЕДОМСТВЕННОЙ ИНТЕГРАЦИИ В ПРЕДУПРЕЖДЕНИИ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

*Юрлова Н. В.,
педагог-психолог
МСПП МБОУ СОШ «Центр образования № 1»,
г. Нижний Тагил*

В течение последних 5 лет осуществляется тесное сотрудничество между психологами образовательных организаций нашего города и представителями различных ведомств: образования, медицины, правоохранительных органов. Координация деятельности происходит через совместное планирование антинаркотических мероприятий специалистами управления образования, территориальных комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав, психологами наркологического отделения ГУЗ СО «Психиатрическая больница № 7», руководителем городского методического объединения педагогов-психологов.

С 2008 года в рамках методического объединения, существующего на базе Муниципальной службы практической психологии, функционирует рабочая группа «Профилактическая работа педагога-психолога». Целью деятельности группы является повышение компетентности педагогов-психологов города в вопросах профилактики употребления и распространения психоактивных веществ, предупреждения суицидального поведения подростков, других отклонений в развитии. За время существования группы, занятия которой проходят ежемесячно, накоплено достаточное количество методических материалов для проведения профилактической работы в образовательных организациях. Ежегодно проводятся практико-ориентированные семинары с привлечением специалистов различных учреждений: Амбулаторной психиатрической службы, «Центра семейной терапии и консультирования», «Центра психического здоровья» и других. Далее представлен перечень семинаров, проведенных за последние годы.

2010 год – «Интеграция детей, затронутых эпидемией ВИЧ-инфекции в образовательную среду».

2011 год – «Профилактика саморазрушающего, зависимого поведения».

2012 – «Профилактика жестокого обращения с детьми».

С 2008 года методическое объединение педагогов-психологов осуществляет тесное сотрудничество с наркологическим отделением ГУЗ СО «Психиатрическая больница № 7». На базе отделения прошли обучение по теме «Первичная профилактика наркомании и алкоголизма

среди детей и подростков» все педагоги-психологи образовательных учреждений города. Дальнейшее повышение компетентности в вопросах профилактической работы шло через проведение совместных мероприятий психолога ГУЗ СО «Психиатрическая больница № 7» Е. Н. Шестаковой и методического объединения педагогов-психологов.

Одним из совместных успешных проектов был «Профилактический десант психологов», который реализовывался на протяжении нескольких лет. Целью работы являлось проведение профилактических мероприятий педагогами-психологами в интерактивной форме для возможно большего количества школьников. Перед нами стояли следующие задачи.

1. Подготовить комплект информационно-методических материалов для проведения профилактических занятий в интерактивной форме для учащихся 1–2, 3–4, 5–6, 7–8, 9–11 классов.

2. Сформировать команду специально подготовленных педагогов-психологов, способных проводить занятия в отдаленных образовательных учреждениях.

3. Осуществить планирование и реализацию проекта.

Совместными усилиями педагогов-психологов города и ГУЗ СО «Психиатрическая больница № 7» были разработаны методические материалы, содержащие по несколько вариантов профилактических занятий на каждый возраст. Занятия были построены с учетом возрастных особенностей, имели приложения в виде кратких диагностических методик, мультимедийных презентаций, видеоматериалов. Основным принципом разработки занятий было предъявление материала в интерактивной форме. Дети имеют возможность активно участвовать в обсуждении тем распространения курительных смесей, наркотиков, высказывать собственное мнение. Особенность таких форм заключается в том, что активными участниками являются обе стороны, и те, кто доносит информацию, и те, кому она предназначена. В интерактивных формах на первый план выходит не количество информации, которое нужно донести до слушателей, а их личный опыт и отношение к данной проблеме. В отличие от лекционной формы подачи, информация, поданная в интерактивной форме, усваивается на 95 %.

Команду «Профилактического десанта» составили наиболее активные педагоги-психологи школ города, имеющие большой опыт работы с детьми всех возрастов. Здесь хочется сказать большое спасибо этим людям, которые откликнулись на призыв и приняли участие во всех запланированных мероприятиях.

В апреле и декабре 2010 года общешкольные акции были проведены во всех образовательных учреждениях города, где работают подготовленные педагоги-психологи. По результатам этих мероприятий коллеги делились друг с другом опытом в рамках ГМО:

– многие ОУ города проявили инициативу в привлечении специалистов из различных учреждений города: медико-социальной службы при ДГБ № 1; инспекторов ПДН, сотрудников библиотеки № 10;

– в некоторые школы были приглашены представители казачьего объединения, спортивных школ;

– многие ОУ города проводили мероприятия, дополняющие программу «Психологического десанта»: общешкольные акции, конкурсы агитбригад, выставки плакатов и рисунков, костюмированные спектакли, «веселые старты»;

– некоторые школы получили позитивный опыт при подключении к организации мероприятия совета старшеклассников.

В мае 2011 года мероприятие «Профилактический десант психологов» было проведено активистами ГМО педагогов-психологов совместно со специалистами управления образования, территориальных комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав в МБОУ СОШ поселка Уралец, МБОУ СОШ № 48, МБОУ СОШ № 72. В этих образовательных учреждениях нет в штате педагогов-психологов. Дети и педагоги школ имели возможность не только поучаствовать в мероприятии, но и задать педагогам-психологам, представителям администрации и правоохранительных органов все интересующие их вопросы.

13.10.2011. мероприятие «Профилактический десант психологов» было проведено в МКОУ СОШ № 11 села Серебрянка. В подготовке и проведении акции вместе со школьными педагогами-психологами участвовали специалисты управления образования, территориальной комиссии Тагилстроевского района по делам несовершеннолетних и защите их прав, оперуполномоченный ОМВП Управления ФС НК России по Свердловской области, инспектора ОДН ММУ МВД России «Нижнетагильское», психолог ГУЗ СО «Психиатрическая больница № 7» наркологического отделения. Специалисты, участвовавшие в мероприятии, не только проводили профилактическую работу, но и занимались психологическим консультированием педагогов, родителей, учащихся, особо нуждающихся в помощи. В беседе с психологами приняли участие все желающие.

Реализуя проект «Профилактический десант психологов», педагоги-психологи школ получили ценный опыт налаживания межведомственного взаимодействия с различными структурами города. Многие школы теперь постоянно сотрудничают со специалистами этих организаций. Учащиеся смогли посмотреть на проблему употребления и распространения наркотических веществ с различных точек зрения. Надеемся, это поможет им сделать правильный выбор при встрече с наркотиками.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

Акилова О. Н.,
инструктор по физической культуре МБДОУ детский сад №166, г. Нижний Тагил, e-mail: detskiisad.166@yandex.ru

Алексеева А. Р.,
инструктор по физической культуре МБДОУ ДС «МАЯЧОК» детский сад № 110, г. Нижний Тагил, e-mail: mayak205nt@yandex.ru

Алексеева К. В., учитель русского языка и литературы МБОУ СОШ № 30, г. Нижний Тагил, e-mail: school30-nt@mail.ru

Аравина М. С.,
инструктор по физической культуре МБДОУ Детский сад «Детство» комбинированного вида - Детский сад №23 «Фонтанчик» комбинированного вида, г. Нижний Тагил, e-mail: 23@detstvo-nt.ru

Асапов Е. В.,
учитель физической культуры СБОУ СОШ № 9, г. Нижний Тагил, e-mail: pochta@school9-nt.ru

Афанасенко П. В.,
председатель правления НП «Нижнетагильский центр управления здоровьем», г. Нижний Тагил, e-mail: afpetia@yandex.ru

Бакшаева М. И.,
старший воспитатель МБДОУ Детский сад «Детство» комбинированного вида - Детский сад №23 «Фонтанчик» комбинированного вида г. Нижний Тагил, e-mail: 23@detstvo-nt.ru

Баранова И. В.,
учитель-дефектолог МБДОУ Детский сад «Детство» комбинированного вида - Детский сад №23 «Фонтанчик» комбинированного вида г. Нижний Тагил, e-mail: 23@detstvo-nt.ru

Бастрикова И. П.,
старший воспитатель МБДОУ «МАЯЧОК» комбинированного вида детский сад № 195 г. Нижний Тагил, e-mail: irishbas@mail.ru

Батурина И. М.,
учитель – логопед МБДОУ ДС «МАЯЧОК» детский сад № 110, г. Нижний Тагил, e-mail: mayak205nt@yandex.ru

Белова И. А.,
учитель КБЖ МБОУ СОШ № 36 г. Нижний Тагил, e-mail: School36ntagil@yandex.ru

Беломестных Л. В.,
педагог – психолог МОУ СОШ «Центр образования №1» г. Нижний Тагил, e-mail: co_1@mail.ru

Беломестных М. С.,
заместитель директора МБОУ СОШ № 30 г. Нижний Тагил, e-mail: school30-nt@mail.ru

Билевич И. Н.,
зам. директора по начальной школе МБОУ СОШ № 45 г. Нижний Тагил, e-mail: moy_45@mail.ru

Бобырь Н. П.,
воспитатель МКДОУ №4 п. Уралец, e-mail: natascha.bobyrt@yandex. ru

Болоцкая Е. Р.,
педагог дополнительного образования МБОУ ДОД ДЮЦ «Меридиан» СП
«Спутник» г. Нижний Тагил, e-mail: trirrai@rambler. ru

Боровикова Н. В.,
инструктор по физической культуре МБДОУ детский сад «Детство» комби-
нированного вида детский сад № 198 «Катюша», e-mail: katyusha_198@mail. ru

Брякова О. Н.,
старший воспитатель МБДОУ детский сад «Детство» комбинированного ви-
да детский сад № 190, e-mail: 190@detstvo-nt. ru

Бузмаков О. И.,
преподаватель ГБОУ СПО НТПК № 2 г. Нижний Тагил, e-mail:
buzmakov71@mail. ru

Бургаз С. В.,
учитель КБЖ МБОУ СОШ №30 г. Нижний Тагил, e-mail: school30-nt@mail. ru

Бурова Г. А.,
учитель-дефектолог МСПП МБОУ СОШ «Центр образования №1», учитель-
логопед ДДПО ГБУЗ СО «ПБ №7» г. Нижний Тагил, e-mail: co_1@mail. ru

Бушина Т. П.,
учитель начальных классов МБОУ СОШ № 23 им. Ю. И. Батухтина, г. Ниж-
ний Тагил, e-mail: mnm_122@mail. ru

Вежев М. Б.,
педагог дополнительного образования ГДДЮТ г. Нижний Тагил, e-mail:
mbvezhev@gmail. com

Власова И. А.,
учитель – дефектолог МБДОУ детский сад «Детство» комбинированного ви-
да детский сад № 23 «Фонтанчик» комбинированного вида г. Нижний Тагил,
e-mail: 23@detstvo-nt. ru

Гардт О. А.,
вожатая МБОУ СОШ № 36 г. Нижний Тагил, e-mail: School36ntagil@yandex.
ru

Глухова Е. Н.,
старший воспитатель МБДОУ ДС «МАЯЧОК» детский сад № 110, г. Ниж-
ний Тагил, e-mail: mayak205nt@yandex. ru

Голованова С. С.,
учитель физической культуры МБОУ СОШ №9 г. Нижний Тагил, e-mail:
rochta@school9-nt. ru

Горст Е. А.,
учитель химии МБОУ СОШ № 45 г. Нижний Тагил, e-mail: moy_45@mail. ru

Грошева И. А.,
учитель биологии МАОУ СОШ № 3 г. Кировград, e-mail: 493102@mail. ru

Денисова Е. В.,
учитель биологии МБОУ СОШ №30 г. Нижний Тагил, e-mail: school30-
nt@mail. ru

Дербенева Е. П.,
директор МБОУ СОШ №30 г. Нижний Тагил, e-mail: school30-nt@mail. ru

Дульцева Ю. Н.,
 учитель английского языка МБОУ СОШ №30 г. Нижний Тагил, e-mail: school30-nt@mail. ru
 Еремина Г. В.,
 педагог-организатор МБОУ ДОД «Городская станция юных натуралистов»,
 г. Нижний Тагил, e-mail: orgmassnt@yandex. ru
 Ефанова Е. А.,
 Учитель-дефектолог МБДОУ детский сад «Детство» комбинированного вида
 детский сад № 23 «Фонтанчик» комбинированного вида г. Нижний Тагил,
 e-mail: 23@detstvo-nt. ru
 Жигулин С. И., учитель физической культуры МБОУ СОШ № 61, г. Нижний
 Тагил, e-mail: moy61@ list. ru
 Жигулина Я. А., педагог-организатор МБОУ ДОД ДЮСАШ «Разведчик»,
 г. Нижний Тагил, e-mail: razvedchick2011@yandex. ru
 Журавлева С. В., учитель-логопед МБОУ СОШ № 41, г. Нижний Тагил,
 e-mail: school41@inbox. ru
 Игошина Т. А., учитель физики МБОУ СОШ №61 г. Нижний Тагил, e-mail:
 moy61@ list. ru
 Кадочникова Е. Н.,
 педагог-организатор МБОУ ДОД «Городская станция юных натуралистов»,
 г. Нижний Тагил, e-mail: orgmassnt@yandex. ru
 Казакова Л. С.,
 педагог дополнительного образования МБОУ ДОД ГорСЮН, г. Нижний Та-
 гил, e-mail: orgmassnt@yandex. ru
 Калинин А. А.,
 учитель физической культуры МБОУ СОШ № 30, г. Нижний Тагил, e-mail:
 school30-nt@mail. ru
 Касаткина Г. М.,
 Канд. пед. наук, доцент, директор МБОУ «ИМЦ по ФКиС», г. Нижний Та-
 гил, e-mail: imcfks@mail. ru
 Комарова Н. А.,
 старший воспитатель МБДОУ детский сад «Детство» детский сад № 198,
 г. Нижний Тагил
 Коньшина М. А.,
 учитель начальных классов МБОУ СОШ №30 г. Нижний Тагил, e-mail:
 school30-nt@mail. ru
 Красман Е. В.,
 учитель начальных классов МБОУ СОШ № 36 г. Нижний Тагил, e-mail:
 School36ntagil@yandex. ru
 Краснаярова С. В.,
 учитель математики МБОУ СОШ №30 г. Нижний Тагил, e-mail: school30-
 nt@mail. ru
 Кротова О. А.,
 учитель биологии МАОУ СОШ № 3, г. Кировград, e-mail: 493102@mail. ru
 Кузнецова М. Н.,
 заместитель директора по правовому воспитанию, МБОУ СОШ №30, учитель
 физики МБОУ СОШ №30 города Нижний Тагил, e-mail: school30-nt@mail. ru

Лобанова Г. В.,
педагог дополнительного образования МБОУ ДОД ДЮЦ «Радуга», г. Нижний Тагил

Лобанова Е. В.,
учитель физической культуры МБОУ СОШ № 23 им. Ю. И. Батухтина, г. Нижний Тагил, e-mail: mnm_122@mail. ru

Лупей В. В.,
учитель начальных классов МБОУ СОШ № 45, г. Нижний Тагил, e-mail: moy_45@mail. ru

Люлина А. А.,
воспитатель МБДОУ детский сад «Детство» комбинированного вида детский сад № 112 «Солнышко», г. Нижний Тагил, e-mail: mbdou112@mail. ru

Маноменова Н. В.,
учитель начальных классов МБОУ СОШ № 30 г. Нижний Тагил, e-mail: school30-nt@mail. ru

Маслакова Н. А.,
педагог-психолог МБОУ СОШ «ЦО № 1» г. Нижний Тагил, e-mail: co_1@mail. ru

Михалицына Н. М.,
заместитель директора по правовому воспитанию МБОУ СОШ № 23 имени Ю. И. Батухтина, г. Нижний Тагил, e-mail: mnm_122@mail. ru

Морозова С. А.,
учитель английского языка МБОУ СОШ № 45, г. Нижний Тагил, e-mail: moy_45@mail. ru

Нетесова Н. И.,
старший воспитатель МБДОУ детский сад «Детство» комбинированного вида детский сад № 122 «Маячок» г. Нижний Тагил, e-mail: nat. netesova@yandex. ru

Новикова Н. М.,
учитель ОБЖ и географии МБОУ СОШ № 23 им. Ю. И. Батухтина, г. Нижний Тагил, e-mail: mnm_122@mail. Ru

Новожилова С. Л.,
Учитель-логопед МАДОУ «Радость» детский сад № 177, г. Нижний Тагил, e-mail: Mihutka177@yandex. ru

Овечкина Е. А.,
педагог дополнительного образования МБОУ ДОД ДЮЦ «Меридиан» СП «Меридиан», СП «Спутник» г. Нижний Тагил, e-mail: trirrai@rambler. ru

Овчинникова Е. А.,
заведующая библиотеки МБОУ СОШ № 36 г. Нижний Тагил, e-mail: School36ntagil@yandex. ru

Окатьева Е. С.,
учитель математики МБОУ СОШ № 61 г. Нижний Тагил, e-mail: moy61@list. ru

Ощепкова И. А.,
учитель начальных классов МБОУ СОШ № 61 г. Нижний Тагил, e-mail: moy61@list. ru

Перезолов А. Е.,
преподаватель физической культуры ГБОУ СПО СО НТПК № 2 г. Нижний Тагил, e-mail: perezol@mail. ru.

Перезолова Н. М.,
учитель физической культуры МБОУ СОШ № 61, г. Нижний Тагил, e-mail: perezol@mail. ru

Полухина Л. А.,
заведующий МАДОУ «Радость» детский сад № 177, г. Нижний Тагил, e-mail: Mihutka177@yandex. ru

Пономарева Г. П.,
учитель физической культуры МБОУ СОШ № 9 г. Нижний Тагил, e-mail: pochta@school9-nt. ru

Пустобаева Н. Л.,
педагог дополнительного образования МБОУ ДОД ГорСЮТур, г. Нижний Тагил, e-mail: polus. nt@mail. ru

Румянцева О. В.,
старший воспитатель МБДОУ детский сад № 166 г. Нижний Тагил, e-mail: olhici@mail. ru

Рыбак О. В.,
воспитатель МБДОУ детский сад № 42 г. Нижний Тагил, e-mail: Rybak14061980@weburg. me

Салтанова О. С.,
учитель-логопед МБДОУ детский сад «Детство» Детский сад № 198 «Катюша» г. Нижний Тагил, e-mail: katyusha_198@mail. ru

Сапегина Ю. В.,
учитель биологии МАОУ СОШ № 3 г. Кировград, e-mail: 493102@mail. ru

Семёнова О. А.,
учитель изобразительного искусства МБОУ СОШ № 44 г. Нижний Тагил, e-mail: semenova_olga00@mail. ru

Семенова Т. В., учитель физической культуры МБОУ СОШ № 10, г. Нижний Тагил, e-mail: semenova-ou10@mail. ru

Ситникова О. Р.,
учитель русского языка и литературы МБОУ СОШ № 30, г. Нижний Тагил, e-mail: school30-nt@mail. ru

Скоробогатова Ю. В.,
доцент кафедры ВПиП, НТГСПА, педагог-психолог ГБОУ ВПО «НТГСПА», МБОУ СОШ «Центр образования № 1» г. Нижний Тагил, e-mail: co_1@mail. ru

Сметанина Е. В.,
заместитель директора по воспитательной работе МБОУ СОШ № 36, г. Нижний Тагил, e-mail: School36ntagil@yandex. ru

Сорокина Н. А.,
заместитель директора по ВР МБОУ СОШ № 23 имени Ю. И. Батухтина, г. Нижний Тагил, e-mail: mnm_122@mail. ru

Старикова О. В.,
педагог-психолог МБДОУ Детский сад «Детство» комбинированного вида - Детский сад № 23 «Фонтанчик» комбинированного вида, г. Нижний Тагил, e-mail: 23@detstvo-nt. ru

Татарина О. С.,
учитель начальных классов МБОУ СОШ № 30, г. Нижний Тагил, e-mail:
school30-nt@mail. ru

Татаурова А. П.,
педагог-психолог МБДОУ ДС «МАЯЧОК» детский сад № 110 комбиниро-
ванного вида, г. Нижний Тагил, e-mail: mayak205nt@yandex. ru

Фалалеева О. С.,
учитель-логопед МБОУ СОШ № 30, г. Нижний Тагил, e-mail: school30-
nt@mail. ru

Фёдорова А. С.,
учитель музыки МБОУ СОШ № 44, г. Нижний Тагил, e-mail:
asd221277@mail. ru

Фирулева Н. В.,
учитель начальных классов МБОУ СОШ № 45, г. Нижний Тагил, e-mail:
moy_45@mail. ru

Челышева Т. Е.,
воспитатель МБДОУ детский сад № 42, г. Нижний Тагил, e-mail:
chelysheva79@mail. ru

Чуваева О. В.,
заместитель директора по УР МБОУ СОШ № 30, г. Нижний Тагил, e-mail:
school30-nt@mail. ru

Шабинская М. В.,
инструктор по физическому воспитанию МБДОУ ДС «МАЯЧОК» детский
сад № 95 «Росинка» г. Нижний Тагил, e-mail: rosinkant@yandex. ru

Шаталова М. В.,
учитель технологии МБОУ СОШ № 58, г. Нижний Тагил, e-mail:
dashatalova@mail. ru

Шишова М. А.,
учитель-логопед МБДОУ № 143, г. Нижний Тагил, e-mail: mdou143-
1@yandex. ru

Шредер А. А.,
учитель физической культуры МБОУ СОШ № 61, г. Нижний Тагил, e-mail:
moy61@ list. ru

Шутова О. В.,
учитель начальных классов МБОУ СОШ № 30, г. Нижний Тагил, e-mail:
school30-nt@mail. ru

Эсаулова Т. Л.,
учитель начальных классов МБОУ СОШ № 30, г. Нижний Тагил, e-mail:
school30-nt@mail. ru

Юрлова Н. В., педагог-психолог МСПП МБОУ СОШ «Центр образования
№ 1», г. Нижний Тагил, e-mail: co_1@mail. ru

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ И ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩЕЙ СРЕДЫ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Городская
научно-практическая конференция

Редактор М. С. Беломестных
Компьютерная верстка О. В. Романова

Подписано в печать 5.12.2013. Формат 60×84 1/16. Бумага для множитель-
ных аппаратов. Гарнитура «Таймс». Печать на ризографе. Усл. печ. л. 15,81.
Уч.-изд. л. 17,0. Тираж 100 экз.

Оригинал-макет изготовлен в МБУ ИМЦ.
Отпечатано МБУ ИМЦ.
Адрес: 622042, г. Нижний Тагил, ул. Карла Либкнехта, 30