

Совет директоров профессиональных образовательных организаций  
Волгоградской области  
государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
"Михайловский профессионально-педагогический колледж имени В.В.Арнаутова"

**XXI ВЕКУ – ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ:  
АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ РЕАЛИЗАЦИИ  
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ**

*Материалы XVIII региональной научно-практической конференции  
18 ноября 2022 г.*

*Михайловка  
2022*

**ББК 51.204.0**

**Д 22**

**Научный редактор:**

**Белицкая Е.В.** - директор ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова", кандидат педагогических наук

**XXI веку – здоровое поколение: актуальные проблемы реализации здоровьесберегающих технологий:** материалы XVIII региональной науч.-практ. конф. Михайловка, Волгоградская область, 18 ноября 2022 г. / сост. Отдел по научно-методической работе. – Михайловка: ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова", 2022. – 252 с.

Опубликованы материалы по актуальным проблемам теории и методики создания здоровьесберегающего образовательного пространства, организации внеурочной работы по программам здоровьесбережения в образовательных организациях разного типа.

Все материалы представлены в авторской редакции.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ПРЕДИСЛОВИЕ.....</b>	<b>8</b>
<b>РАЗДЕЛ 1.</b>	
<b>РЕАЛИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ.....</b>	<b>10</b>
1. <b>Абросимова Л.В.</b> Использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе на уроках технологии.....	10
2. <b>Антоньева О.А.</b> Современные здоровьесберегающие технологии.....	12
3. <b>Алмазова Е.В, Разуваева Е.А.</b> Здоровьесберегающие технологии на уроках английского языка.....	14
4. <b>Богачева Н.В.</b> Сохранение и укрепление здоровья младших школьников через внедрение здоровьесберегающих технологий...	16
5. <b>Богучарская О.И.</b> Современные здоровьесберегающие образовательные технологии .....	18
6. <b>Бурдынова Л.Г.</b> Здоровьесберегающие образовательном процессе и их применение в работе педагога.....	21
7. <b>Бурлакова А.С.</b> Здоровьесберегающие технологии.....	26
8. <b>Васильев В.Н.</b> Здоровьесберегающие технологии на уроках информатики.....	28
9. <b>Егунова Г.В.</b> Здоровьесберегающие технологии на уроках физической культуры.....	32
10. <b>Елатонцев А.О.</b> Физкультурные минутки и офтальмологические паузы как средство активизации интереса учащихся к предмету на уроках физики .....	34
11. <b>Железнякова С.В.</b> Здоровьесберегающие технологии в ДОУ.....	37
12. <b>Кулябкина О.В.</b> Использование методики КТД в здоровьесбережении детей младшего школьного возраста в МОУ СШ №14 «Зеленый шум» г. Волжского Волгоградской области.....	41
13. <b>Кустова М.Л.</b> Реализация здоровьесберегающих технологий в контексте компетентностного подхода к подготовке специалиста.....	44
14. <b>Лобова Е.С.</b> Элементы здоровьесберегающих технологий в начальной школе.....	48
15. <b>Масленникова Е.П.</b> Игра как здоровьесберегающая технология на уроках русского языка.....	50
16. <b>Мельникова С.А.</b> Использование современных здоровьесберегающих технологий на уроках английского языка .....	52
17. <b>Носова Е.С., Бабенко Л.А.</b> Коррекционные здоровьесберегающие технологии в работе с детьми, используемые в детском саду в соответствии с ФГОС ДО.....	54
18. <b>Объедкова Л.В.</b> Здоровьесберегающие технологии на уроках математики в работе с детьми с ОВЗ.....	58

19. <b>Паратунова О.В.</b> Методика обучения приема мяча с подачи в волейболе обучающихся 6 класса на уроках физической культуры.....	61
20. <b>Садкова Л.М.</b> Формирование здоровьесберегающего образовательного пространства в процессе реализации новых организационных форм и методов проведения уроков изобразительного искусства.....	64
21. <b>Сбойчаков Д.А.</b> Здоровьесбережение в образовательном процессе.....	70
22. <b>Семёнова Е.С.</b> Здоровьесбережение в информационно-технологической среде колледжа.....	75
23. <b>Скуратов И.В., Антонова В.В.</b> Педагогические аспекты реализации здоровьесбережения младших школьников во внеурочное время.....	78
24. <b>Сукочева Н.В.</b> Здоровьесберегающие технологии на уроках физической культуры в начальных классах.....	82
25. <b>Сучкова А.С.</b> Организация и проведение внеурочной работы среди обучающихся по программам здоровьесбережения, как условие реализации ФГОС НОО.....	86
26. <b>Ткаченко Т.В.</b> Здоровьесберегающие образовательные технологии в урочной и внеурочной деятельности как условие реализации ФГОС НОО .....	91
27. <b>Тытюк Н.С.</b> Использование здоровьесберегающих технологий в работе классного руководителя в начальной школе.....	94
28. <b>Филина Н.Н., Меркулова Н.В.</b> Применение здоровьесберегающих технологий в средней группе структурного подразделения «Октябренок» (из опыта работы).....	99
29. <b>Фурсова О.В.</b> Здоровьесберегающие технологии в работе учителя начальной школы в период обучения грамоте в классе слепых детей.....	102
30. <b>Шилина А.В.</b> Современные здоровьесберегающие технологии на уроках английского языка.....	107

## **РАЗДЕЛ 2.**

### **ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ.....**

1. <b>Витаева А.И.</b> Формирование ценностного отношения младших школьников к здоровому образу жизни средствами внеурочной деятельности.....	112
2. <b>Гусева З.П.</b> Формирование ценностей здорового образа жизни у студентов Дубовского педагогического колледжа.....	115
3. <b>Кириличева Н.Г.</b> Организация досуга как путь формирования здорового жизни.....	117
4. <b>Купряхина Е.М.</b> Оптимизация взаимодействия родителей с ребенком как необходимое условие воспитания здоровой личности..	119

5. **Плешакова А.В.** Особенности оптимизации взаимодействия родителей с ребенком как необходимое условие воспитания здоровой личности..... 122
6. **Рыбальченко Е.М.** Особенности социально - педагогической работы по совершенствованию процесса воспитания в неполных отцовских семьях..... 123
7. **Сидорова М.Г.** Формирование здорового образа жизни дошкольника..... 127
8. **Синицына Т.М.** Методика применения профессионально ориентированных методов обучения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» в СПО..... 130
9. **Смирнова В.Г.** Формирование индивидуального опыта здоровьесбережения обучающихся..... 132
10. **Филева К.А.** Формирование педагогической компетентности родителей в семейном воспитании младшего школьника..... 137

### **РАЗДЕЛ 3.**

#### **ПОДДЕРЖАНИЕ И СОХРАНЕНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ УЧАСТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА.....**

1. **Барышникова Н.Б.** Оценка стрессоустойчивости и методы ее повышения в среде подростков и молодежи..... 141
2. **Батурина Т.И.** Профилактика синдрома выгорания специалистов, работающих в системе человек-человек ..... 143
3. **Гамзатова З.А.** Благоприятный психологический климат как условие психологического здоровья субъектов в процессе обучения на занятиях по изобразительному искусству..... 147
4. **Каблова Т.Н., Макарова Л.М.** Профилактика синдрома выгорания преподавателей СПО..... 152
5. **Калашников В.Ю., Калашникова Н.В.** Особенности профилактики синдрома эмоционального выгорания специалистов, работающих в системе человек-человек..... 154
6. **Кулябкина А.В.** Профилактика синдрома эмоционального выгорания специалистов МКОУ СШ № 3 г.о.г. Михайловка..... 156
7. **Рыбальченко М.М.** Формирование позитивных межличностных отношений в студенческих группах..... 159
8. **Текушина Е.Е.** О проблеме "культурного шока" в процессе адаптации детей-мигрантов..... 162
9. **Харитонов Д.И.** Психолого-педагогические факторы эффективности учебной деятельности студентов..... 165
10. **Шлыкова А.А.** Развитие эмоциональной устойчивости у подростков, склонных к девиантному поведению..... 169

### **РАЗДЕЛ 4.**

#### **ДУХОВНОСТЬ И НРАВСТВЕННОСТЬ КАК ВАЖНЫЕ КОМПОНЕНТЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ.....**

173

1. **Агафонова Н.В.** Духовно - нравственное воспитание слепых и слабовидящих учащихся на уроках русского языка и литературы.. 173
2. **Алексеев Г.В., Косминская Т.В.** Роль комплексного занятия для развития эмоционально-ценностного восприятия искусства детей дошкольного возраста..... 177
3. **Бумагина О.Н.** Духовно - нравственное воспитание будущего семьянина через программу «Школа супружества»..... 180
4. **Смоляева Н.В.** Особенности духовно - нравственного воспитания будущих социальных работников в колледже..... 181
5. **Терехова И.С.** Духовно-нравственное здоровье школьников..... 184
6. **Ткаченко Ю.В.** Духовно-нравственное здоровье молодежи..... 186
7. **Шаревич А.В.** Духовно-нравственное здоровье подрастающего поколения ..... 188

## **РАЗДЕЛ 5.**

### **ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ САМООРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ..... 191**

1. **Заболотнева И.Б.** Социокультурное проектирование как средство развития у студентов педагогического колледжа способности к самоорганизации..... 191
2. **Знаешева С.Б.** Педагогический контроль – как фактор повышения эффективности управления качеством физического воспитания учащихся общеобразовательной школы..... 194
3. **Кандыбина А.В.** Роль семейного воспитания в формировании правовой грамотности подростка..... 197
4. **Осипова Т.Е., Гребнева Е.А.** Способы формирования умений самоконтроля и самоорганизации студентов колледжа во время учебной практики..... 202
5. **Платонова О.М., Янкина В.Г., Мелихова Е.А.** Формирование культуры самоорганизации обучающихся через волонтерскую деятельность на примере ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова"..... 207
6. **Просветухина Е.Б.** Особенности организации самостоятельной работы обучающихся профессиональных образовательных организаций..... 210
7. **Сафронова М.В.** Практика активизации познавательной активности через внедрение проектной деятельности..... 213
8. **Смоляева Н.В.** Педагогическая студия как средство личностно-профессионального развития будущего учителя начальных классов..... 218
9. **Солодова Н.В.** Траектория самоопределения школьников с ОВЗ в условиях тифлошколы..... 221
10. **Редкозубов В.И.** Формирование культуры самоорганизации обучающихся СПО, осваивающих программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих и программы подготовки специ-

алистов среднего звена.....	224
11. <b>Харсеева О.В.</b> Использование алгоритмов на уроках химии как условие определяющее успешность учебной деятельности в ходе реализации ФГОС.....	230
12. <b>Чурюмова Е.Ю.</b> Социально-психологические барьеры формирования культуры самоорганизации деятельности обучающихся..	232
<b>РАЗДЕЛ 6.</b>	
<b>ПРОБЛЕМЫ ЭКОЛОГИИ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ.....</b>	
1. <b>Близнюк Н.С.</b> Технология веб-квеста как один из способов реализации экологической игры исследовательской направленности..	237
2. <b>Никулова И.А.</b> Актуальные аспекты развития экологической культуры дошкольников.....	240
3. <b>Погорелова Н.С., Мурадова А.П.</b> Актуальные проблемы развития социально-экологической активности студентов техникума....	244
4. <b>Свенсен В.А., Свенсен К.С.</b> Экологические проблемы Волгоградской области.....	246

## ПРЕДИСЛОВИЕ

18 ноября 2022 года в городском округе город Михайловка Волгоградской области на базе ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова" состоялась XVIII Региональная заочная научно-практическая конференция "XXI веку – здоровое поколение. Актуальные проблемы реализации здоровьесберегающих технологий".

Цель конференции: обобщение и трансляция результатов поиска решений актуальных проблем теории и методики создания здоровьесберегающего образовательного пространства, организации внеурочной работы по программам здоровьесбережения в образовательных организациях разного типа.

Основные направления конференции:

1. Инновационные подходы к формированию здоровьесберегающего образовательного пространства.
2. Здоровьесберегающая педагогика в профессиональной подготовке.
3. Современные здоровьесберегающие технологии.
4. Проблемы физического здоровья учащейся молодежи и их решение в рамках реализации новых ФГОС.
5. Спортивно-оздоровительная работа в образовательных учреждениях.
6. Организация и проведение внеурочной работы среди дошкольников и обучающихся в общеобразовательных школах по программам здоровьесбережения.
7. Правильная организация досуга, формирование мира увлечений как путь организации здорового образа жизни.
8. Духовно-нравственное здоровье подрастающего поколения.
9. Оптимизация взаимодействия родителей с ребенком как необходимое условие воспитания здоровой личности.
10. Влияние образовательной среды на психологическое здоровье субъектов в процессе обучения.
11. Профилактика синдрома выгорания специалистов, работающих в системе человек-человек.
12. Оценка стрессоустойчивости и методы ее повышения в среде подростков и молодежи.
13. Актуальные аспекты развития экологической культуры обучающихся.
14. Формирование социально-профилактической и экологической компетентности студентов колледжа.
15. Психолого-педагогические факторы развития учебно-профессиональной деятельности обучающихся.
16. Психолого-педагогические условия, определяющие успешность учебной деятельности.
17. Формирование культуры самоорганизации обучающихся профессиональных образовательных организаций, осваивающих программы подготовки



квалифицированных рабочих, служащих и программы подготовки специалистов среднего звена.

В работе конференции приняли участие педагогические работники образовательных организаций разного типа Волгоградской области: преподаватели, учителя, воспитатели, студенты.

На конференции были рассмотрены вопросы реализации здоровьесберегающих технологий в деятельности образовательного учреждения, формирования культуры здорового образа жизни в образовательных организациях разного типа, поддержания и сохранения психического и психологического здоровья участников образовательного пространства, духовности и нравственности как важных компонентов здорового образа жизни, экологического воспитания. Особое внимание уделено проблеме формирования основ самоорганизации учебно-профессиональной деятельности обучающихся СПО.

## РАЗДЕЛ 1.

### РЕАЛИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

Л.В. Абросимова

#### ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ НА УРОКАХ ТЕХНОЛОГИИ

Чтобы решить **проблему учебных перегрузок** на уроках технологии, стараюсь не перегружать память обучающихся сведениями и понятиями, использую наглядный материал, опорные схемы, тетради, доску. Использую в работе принципы: «если не знаю информацию, то знаю, где её найти», «всё познаю через практические занятия». Учю «мыслить руками», используя наглядно-действенное мышление, посредством «ошибок», через взаимодействие со мной, учителем. Предпочтение отдаю показу и повторениям, соревнованиям, ролевым играм, демонстрациям, работе с карточками. В данном случае используются **защитно-профилактические технологии** с целью ограничения предельного уровня учебной нагрузки, исключающей наступление состояния переутомления обучающихся.

Для **рациональной организации учебной деятельности** оцениваю психологические особенности каждого ученика и мысленно разделяю их на три группы по проявлениям характера: синтетический, аналитический и кинестетический. Это позволяет индивидуализировать приёмы и методы на уроке. Есть другое разделение: визуалы, аудиалы, кинестетики. Здесь уместно сказать об использовании **психолого-педагогических технологий**.

**Компенсаторно-нейтрализующие технологии** использую для частичной нейтрализации негативных воздействий. Для профилактики **гиподинамии** провожу физкультпаузы, нейтрализующие неблагоприятное воздействие статичности уроков, недостаточность физической нагрузки, эмоциональные разрядки, «минуты покоя», упражнения для глаз, рук, снижающие стрессогенные воздействия, психоэмоциональное напряжение. Но специфика уроков технологии предполагает двигательную активность обучающихся: снятие мерок, раскрой изделия, работа на швейной машине, приготовление блюд. Разрешается передвижение по классу во время таких уроков. Проблема гиподинамии исчезает на уроках сельскохозяйственного труда в весенний и осенний периоды. На этих уроках использую **защитно-профилактические технологии**. Они направлены на защиту ребёнка от неблагоприятных для здоровья воздействий окружающей среды: выполнение санитарно-гигиенических требований и соблюдение правил безопасности.

На уроках отдаю предпочтение позитивным воздействиям (подкреплениям) над негативными (запретами, порицаниями), не фиксирую внимание учеников на недостатках, ошибках, ограничениях, так как есть угроза сформировать

личность с заниженной самооценкой, комплексом неполноценности. Чтобы правильно активизировать собственные силы организма школьников, некоторые приёмы **стимулирующих технологий**, помогающих обучающимся не дойти до состояния стресса, уныния, что способствует укреплению психологического здоровья школьников.

**Информационно-обучающие технологии** на моих уроках обеспечивают обучающимся уровень грамотности, необходимый для эффективной заботы о здоровье (своём и своих близких), помогают в воспитании **культуры здоровья**. Проблема формирования культуры здоровья и ценного отношения к здоровью раскрывается при изучении тем «Кулинария», «Физиология питания», где речь идёт о санитарно-гигиенических требованиях.

В своей работе использую **технологии арт-педагогике**. Арт-педагогика - это особое направление в педагогике, где обучение, развитие и воспитание личности ребенка осуществляется средствами искусства в любом преподаваемом предмете. Данная дисциплина, отходя от приемов традиционной системы образования, трактует непосредственное творческое взаимодействие педагога, ученика и родителей. Ценно здесь то, что и педагог, и дети, и родители являются носителями культуры, а арт-педагогика позволяет плодотворно работать с различными категориями учеников: и одаренных и девиантных. Арт-педагогика формирует стремление к тому, чтобы обучение перешло в самообучение, воспитание - в самовоспитание, а развитие - в саморазвитие. Предмет «Технология», который я преподаю, этому очень способствует.

Принципы арт-педагогике опираются на традиционные классические общепедагогические принципы, принципы специальной подготовки, принципы художественно-эстетического развития: принцип гуманистической направленности педагогического процесса, социально-личностного развития личности, принцип дифференцированного и индивидуального подхода учета возрастных особенностей ребенка, принцип образовательной рефлексии, личностного целеполагания, принцип выбора индивидуального маршрута, интегративной связи предметов, продуктивного обучения, креативности.

Одна из задач арт-педагогике: творческая самореализация личности. Специальные образовательные технологии в арт-педагогике направлены на решение задач художественного развития ребенка, облегчение процесса учения, мыслительной деятельности. Они соединяют интеллектуальное и художественное восприятие мира, приобщают обучающихся к духовным ценностям через целостную сферу искусства, вооружают педагога системой приёмов, обеспечивающих радостное вхождение в систему знаний, содействуют развитию всех органов чувств, памяти, внимания, интуиции, содействуют адаптации личности в современном противоречивом мире.

Итак, исследования в области применений технологий арт-терапии в арт-педагогике показывают, что искусство развивает личность, расширяет общий и художественный кругозор учеников, реализует познавательные интересы детей. Арт-педагогика позволяет проблемным детям ощутить мир во всем его богатстве и многообразии, а через художественные виды деятельности научиться его

преобразовывать. Искусство является, с одной стороны, источником новых позитивных переживаний ребенка, рождает креативные потребности, способы их удовлетворения в том или ином виде, а с другой стороны является средством реализации социально-педагогических технологий. Различные виды художественного творчества, где что-то делается руками, присутствуют в преподавании предмета «Технология». Реализуется арт-технология через выполнение творческих проектов на уроках и во внеурочное время, через участие обучающихся в конкурсах и выставках различного уровня.

**О.А. Антоньева**

## **СОВРЕМЕННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ**

Теоретическую и научную основу здоровьесбережения заложили выдающиеся русские физиологи И.М.Сеченов, А.А.Ухтомский, И.П.Павлов, А.И.Аршавский и др. С точки зрения И.П.Павлова, «человек есть единственная в высочайшей степени саморегулирующаяся, восстанавливающая, поправляющая и даже совершенствующая система». Это позволяет считать использование различных технологий сбережения и накопления здоровья всех участников образовательного процесса вполне оправданным. Построить собственную оздоровительную систему, освоить приемы саморегуляции по силам каждому, главное захотеть и знать, как это делать.

Здоровьесберегающие технологии в начальной школе – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие факторов образовательной среды, направленных на сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса.

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать нам, педагогам. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Основная задача педагогических работников заключается в том, чтобы подготовить обучающегося к самостоятельной жизни, сформировать гармонично развитую, успешную личность, готовую к самостоятельной полноценной жизни взрослого человека обеспеченного знаниями здорового образа жизни. При отсутствии у человека здоровья — это недостижимо. Фундамент и основы благополучия будущих поколений, который закладывает и поднимает школа, должен основываться на охране и обеспечении здоровья школьников, на формировании и воспитании культуры здорового образа жизни, что может быть достигнуто только путём здоровьесберегающих технологий.

Целью инновационных здоровьесберегающих технологий в школах является:

- формирование у обучающихся основы здорового образа жизни и добиться выполнения элементарных правил здоровья сбережения;
- формировать понимание основ здорового образа жизни;

- умение перевести полученные знания в личный навык самосохранения здоровья учениками.

Здоровьесберегающие инновационные образовательные технологии -это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении не нанести ущерба здоровью школьников.

Здоровьесберегающие образовательные технологии – это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью обучающихся. Они основаны на принципе природосообразности и направлены на сохранение и укрепление здоровья обучающихся, потому что проблемы сохранения здоровья стали особенно актуальными на современном этапе.

На здоровье детей влияют определенные факторы, которые можно обозначить следующим образом:

- факторы, непосредственно связанные с образовательным процессом, образовательными учреждениями (их часто называют «внутришкольными»);

- все остальные факторы, потенциально оказывающие воздействие на здоровье школьников.

Различают здоровьесформирующие и здоровьесберегающие технологии.

Здоровьесформирующие образовательные технологии – это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни. (по Н.К. Смирнову).

К здоровьесберегающим технологиям относятся (по Г.К.Селевко):

- условия обучения ребёнка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);

- рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);

- соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребёнка;

- необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

Задача здоровьесберегающих технологий - обеспечить выпускнику (а в широком смысле – обучающемуся) школы высокий уровень здоровья, сформировать культуру здоровья, тогда аттестат о среднем образовании будет действительной путёвкой в счастливую самостоятельную жизнь, свидетельством умения молодого человека заботиться о своём здоровье и бережно относиться к здоровью других людей.

Здоровьесберегающая среда, создаваемая в условиях школы, способствует обеспечению адаптации ребенка в социуме, реализации потребностей детей в двигательной активности, эффективному развитию физических и психических

качеств. Результатом эффективной работы педагогов в системе здоровьесбережения является снижение заболеваемости детей, повышение компетентности педагогов и родителей в данном направлении.

### Список используемых источников

1. Борисова И.П. Обеспечение здоровьесберегающих технологий в школе//Справочник руководителя образовательного учреждения.-2005.-№10.
2. Государственная молодежная политика в законодательстве Российской Федерации /Под общей ред. проф. В. А. Лукова. Сборник документов. М.: Социум, 2000. — Часть 1. — 248 с.
3. Захарова, Т. Н. Формирование здорового образа жизни у младших школьников / авт.-сост. Т. Н. Захарова и др. — Волгоград: Учитель, 2007. — 174 с.
4. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / А. М. Митяева. — 2-е изд., стер. — М. : Издательский центр «Академия», 2010.
5. Латохина Л. И. Оздоровительные минутки. Простая и эффективная гимнастика для детей и взрослых /- М.: АСТ: Астрель, 2009. — 158, (2) с.
6. Науменко Ю.В. Здоровьесберегающая деятельность школы // Педагогика.-2005.-№6.-С.37-44.
7. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе/ Н.К.Смирнов. - М, 2003.-270с.
8. Стефаненко Н.А. Здоровьесберегающие технологии как фактор сохранения здоровья школьников. (интернет-источник издательства «Просвещение»).
9. Тихомирова Л.Ф. Экспертный подход – основа здоровьесберегающей технологии / Ярославский педагогический вестник. – 2002. - №4.
10. Чупаха, И. В. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе / авт.-сост. И. В. Чупаха и др. // Научно-практический сборник инновационного опыта. — М.: Илекса, Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2001. — 400 с.

**Е.В. Алмазова,  
Е.А. Разуваева**

### ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА

Применение здоровьесберегающих технологий на уроках английского языка имеет первостепенное значение. Ведь английский язык – это серьёзный и сложный предмет. С первых уроков учащиеся учатся общаться на английском языке. При этом должны усвоить массу нового лингвистического материала (лексические единицы, грамматические формы, приобрести произносительные

навыки). На уроках учащимся приходится много запоминать, говорить, писать, читать, слушать и анализировать информацию, поэтому, я стараюсь уделять особое внимание здоровьесберегающим технологиям.

Здоровье подрастающего поколения — это прежде всего процесс сохранения и развития его психических и физических качеств, оптимальной работоспособности и социальной активности в школе и дома.

Медицина не успевает заниматься здоровыми детьми, поэтому не выработала эффективных способов воздействия на них, т. е. профилактики.

Встреча ребенка со школой происходит в возрасте, рецептивном к педагогическому воздействию и, следовательно, к формированию жизненно важных мотивов, в том числе мотивов здоровья. Поэтому решить проблему сохранения и укрепления здоровья способны лишь медицина и педагогика совместно.

Главной задачей, я считаю, должно стать обеспечение максимально комфортной и благоприятной обстановки и создание у детей положительной эмоциональной настроенности на уроке. Положительные эмоции способны полностью снимать последствия отрицательных воздействий на организм школьника. Я стремлюсь вызывать положительное отношение к предмету, повышать интерес и мотивацию школьников. Важно, чтобы у учащихся не появлялось чувство страха, боязни перед этим предметом. К сожалению, это явление часто наблюдается среди малышей. Я стараюсь учить детей аутотренингу, внушать им, что они ничего не должны бояться, должны быть раскрепощенными, тогда им легче будет усваивать новый материал. Например: положив одну руку на голову, а другую – на грудь, я учу детей говорить: «Я все могу, я ничего не боюсь, я должен научиться читать, писать, говорить на английском языке». Среди старшеклассников аутогенную тренировку также я провожу в начале или в середине урока, потому что многие из учащихся еще не могут «отойти» от предыдущего урока, когда не все их проблемы успешно решены, и им необходима психологическая поддержка. Причем, аутогенная тренировка органично совмещается с речевой разминкой или динамической паузой и не отвлекает детей от урока.

**Главных фактора риска в педагогике, а точнее в реальной деятельности школы три:**

- фактор условий;
- фактор нагрузки;
- фактор взаимоотношений;

Таким образом, педагогика на сегодняшний день располагает наиболее доступным в России способом оздоровления человека, и средство это - воспитание ценностного отношения к своему здоровью, выражающееся формулой: здоровье-ценность, а ценности не даются даром.

Принцип здоровьесбережения становится системообразующим. Осознание ценности здоровья должно быть одинаковым для всех участников образовательного процесса.

Внедрение в учебный процесс здоровьесберегающих технологий позволяет добиться положительных изменений в состоянии здоровья школьников и студентов.

В учебном процессе поиск оптимальных путей предъявления информации и ее усвоения становится весьма актуальной задачей. В реализации межпредметных связей кроется один из факторов повышения эффективности учебного процесса.

### **Список используемых источников**

1. Абрамова И.А. Игры на уроках иностранного языка // Иностранные языки в школе. – 2019. - №1. – С. 4–8.
2. Бродкина Г.В., Зубарёва И.И. Здоровьесберегающие технологии в образовании. АПКРО, 2017.
3. Закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273 – ФЗ от 29.12.2012 г. - М.: ТЦ Сфера. 2014. – 192.
4. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. М., 2016.
5. Применение здоровьесберегающих технологий на уроке английского языка. [электронный ресурс]: Gigabaza.ru (19.03.2016)
6. Смирнов А.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. М., 2015.

**Н.В. Богачева**

### **СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ЧЕРЕЗ ВНЕДРЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ**

«Здоровье – это еще не все, но все без здоровья – ничто», - гласит известный афоризм.

Проблема сохранения и развития здоровья в последнее десятилетие приобрела статус важного и приоритетного направления. Особенно актуальна эта проблема для начальной школы, что связано с изменениями в привычном укладе жизни ребенка, освоением им новой социальной роли «ученик».

Сохранение здоровья ребёнка, это задача семьи, школы и государства.

Таким образом, в условиях комплексной информатизации образования, для снижения чрезмерной нагрузки, использую здоровьесберегающие технологии, нацеленные на охрану здоровья школьников.

Не зря говорится, что учитель младших классов является для ребенка второй мамой. А какая из матерей не желает своему ребёнку здоровья?

Цель моей работы по здоровьесбережению: это обеспечение качества образования, его доступность, духовно-нравственное развитие учащихся, гарантирующее охрану и укрепление физического, психологического, духовного и социального здоровья обучающегося.

Важнейший из принципов здоровьесберегающих технологий, используемых на моих уроках *«Не навреди!»* В младшем школьном возрасте очень важно



доверие между ребёнком и преподавателем, поэтому большую роль играет творчество учителя.

Работая над задачей создания здоровьесберегающей среды, целесообразно применять различные формы двигательной активности детей. Для выполнения этой задачи использую следующие спортивно-оздоровительные мероприятия: ежедневная утренняя зарядка перед уроками, игровые перемены, физкультурминутки, Дни здоровья и многое другое.

Большое место занимают совместные классные мероприятия с родителями. В последнее время, из-за пандемии они проводились не в школе, а на свежем воздухе.

Детям нравятся беседы о том, как заботиться о своем здоровье, о вредных привычках, встречи с фельдшером школы. Много проходит праздников, на которых решаются задачи формирования у ребенка нравственного отношения к своему здоровью, которое выражается в желании и потребности быть здоровым, вести здоровый образ жизни.

Кроме игровых оздоровительных пауз, используемых на каждом уроке в начальном классе, систематически провожу игровые уроки. Ведь игра – это самый эффективный вид деятельности, в цепи ученик – учитель, позволяющий как можно дольше сохранять продуктивную работоспособность ребенка. Провожу уроки по формированию здорового образа жизни, уроки гигиены. Организую конкурсы рисунков на темы здорового образа жизни. С первого класса учащиеся выполняют работу по поддержанию санитарного состояния своего кабинета (соблюдение режима проветривания, протирания пыли, смена обуви). Для учащихся проводятся инструктажи по технике безопасности, беседы по охране труда.

Из всех нагрузок, с которыми ребенок встречается в школе, наиболее утомительной является нагрузка, связанная с необходимостью поддержания рабочей позы. Поэтому нельзя требовать от учащихся сохранения неподвижного положения тела в течение всего урока. Переключение в течение урока с одного вида деятельности на другой должно неизбежно сопровождаться с изменением позы ребенка.

На своих уроках использую различные оздоровительные методики, но есть самые востребованные среди моих учеников:

#### 1. Метод дыхательной гимнастики

При обучении детей дошкольного и младшего школьного возраста дыхательным упражнениям, прежде всего, обращаем внимание на выдох, добиваясь его продолжительности: «подуй на снежинку», «на одуванчик» Или показываем произношение некоторых звуков. Наиболее удобными являются: «ух-х» - колка дров; «ау-у-у» - заблудился; «ка-а-р» - ворона; «га-га-га» - гуси; «ква-а-ква-а» - лягушка. В целях сохранения и укрепления здоровья необходимо настойчиво выработать привычку к правильному дыханию - дышать через нос, глубоко, ровно, ритмично.

#### 2. Метод массажа

Метод массажа является эффективным средством восстановления организма, снятия напряжения вследствие перенапряжения и нагрузки. С помощью массажа, дети легче переносят нагрузку при письме и на других уроках. Ребятам очень нравятся такие упражнения, как: «Массируем уши», «Весёлые пальчики», «Ровная спинка» и другие.

Здоровьесберегающие образовательные технологии можно рассматривать и как одну из самых перспективных образовательных систем XXI века, и как совокупность приёмов, форм и методов организации обучения школьников, без ущерба для их здоровья, и как качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию её воздействия на здоровье учащихся и педагогов.

Каждому педагогу известно, что только правильная организация учебной деятельности детей будет способствовать улучшению всех аспектов здоровья подрастающего организма.

В мощном потоке комплексной информатизации образовательного процесса просто преступно забывать об «оазисах здоровья» для школьников в виде физических упражнений, физкультминуток и физкультпауз, подвижных игр, которые обеспечивают в работе с младшими школьниками профилактику утомления нервной системы, создают у детей жизнерадостное настроение и оптимальную работоспособность.

Мы должны меняться, развиваться и расти. Необходимо искать качественные решения в организации учебного процесса, не наносящего вреда здоровью, в поиске перспективных образовательных систем.

### **Список используемых источников**

1. Ротенберг В.С., Бондаренко С.М. Мозг. Обучение. Здоровье. – М., 2001.
2. Коваленко В.И. Здоровьесберегающие технологии. – М., 2004.
3. Мильман И.И. Охрана здоровья. – М., 1995.

**О.И. Богучарская**

### **СОВРЕМЕННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

Ещё в древности мудрецы говорили: «Ни богатство, ни слава ещё не делают человека счастливым. Здоровый нищий счастливее богатого короля» и «Здоровье не купишь, им можно только расплачиваться».

Самое ценное у человека - это здоровье, именно оно обеспечит ему долгую жизнь и благополучие. Поэтому очень важным является сохранение и укрепление здоровья, привитие навыков здорового образа жизни с раннего детства.

Здоровьесберегающие технологии являются частью и отличительной особенностью всей образовательной системы.

С внедрением ФГОС одним из приоритетных направлений деятельности педагога становятся здоровьесберегающие образовательные технологии.

Здоровьесберегающие образовательные технологии – это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью обучающихся. Они основаны на принципе природосообразности и направлены на сохранение и укрепление здоровья обучающихся, потому что проблемы сохранения здоровья стали особенно актуальными на современном этапе.

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом образования должно осуществляться укрепление физического и духовного здоровья учащихся. Одно из требований, к результатам обучающихся является формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.

Задача здоровьесберегающих технологий - обеспечить выпускнику (а в широком смысле – обучающемуся) школы высокий уровень здоровья, сформировать культуру здоровья, тогда аттестат о среднем образовании будет действительной путёвкой в счастливую самостоятельную жизнь, свидетельством умения молодого человека заботиться о своём здоровье и бережно относиться к здоровью других людей.

*Основные компоненты здоровьесберегающей технологии:*

– **Аксиологический:** осознание учащимися высокой ценности своего здоровья, убеждённости в необходимости вести здоровый образ жизни;

– **Гносеологический:** приобретение необходимых для здоровьесбережения знаний и умений, познание себя, своих способностей и возможностей, ознакомление с различными методиками по оздоровлению и укреплению своего здоровья;

– **Здоровьесберегающий:** формирование гигиенических навыков и умений (уход за собой, одеждой, местом проживания, окружающей средой);

– **Эмоционально-волевой:** создание условий для переживания положительных эмоций от здорового образа жизни;

– **Экологический:** формирование умений и навыков адаптации к экологическим факторам (умение гуманно вести себя на природе, беречь школьное имущество, содержать их в чистоте и порядке);

– **Физкультурно-оздоровительный:** владение способами деятельности, направленными на повышение двигательной активности, предупреждение гиподинамии.

*Принципы и отличительные особенности здоровьесберегающих технологий:*

– Сотрудничество с учащимися в противовес авторитаризму;

– Антропоцентрическая ориентация учебно-воспитательного процесса в противовес дидактоцентрической;

– Индивидуализация воздействий;

– Творческий характер образовательного процесса;

- Активные методы и формы обучения;
- Направленность на предупреждение утомляемости;
- Гибкое и согласованное использование учителем визуального и слухового каналов донесения информации до ученика;

*Требования к уроку с позиций здоровьесбережения:*

- Обстановка и гигиенические условия в классе (кабинете): температура и свежесть воздуха, рациональность освещения класса и доски, наличие/отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей и т.д.

- Количество видов учебной деятельности. Норма: 4 - 7 видов за урок.

- Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности. Ориентировочная норма - 7-10 минут.

- Количество видов материала: словесный, наглядный, аудиовизуальный, самостоятельная работа и т.д. Норма: не менее трех.

- Чередование видов преподавания. Норма: не позже чем через 10-15 минут.

- Наличие и выбор места на уроке методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения самих учащихся, когда они действительно превращаются из «потребителей знаний» в субъектов действия по их получению и созиданию. Это такие методы как метод свободного выбора (свободная беседа, выбор действия, выбор способа действия, выбор способа взаимодействия, свобода творчества и т.д.); активные методы (ученики в роли учителя, обучения действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар, ученик как исследователь); методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки).

- Место и длительность применения ТСО, умение учителя использовать их как возможности инициирования дискуссии, обсуждения.

- Поза учащихся, чередование позы (наблюдает ли учитель реально за посадкой учащихся; чередуются ли позы в соответствии с видом работы).

За последние годы накоплен достаточно обширный теоретический и практический материал по обеспечению здоровья школьников в образовательном процессе на уроке. Правильная организация обучения даёт возможность предотвратить перегрузки и усталость у школьников, а также помогает детям осознать важность сохранения здоровья.

Эффективность использования здоровьесберегающих технологий в рамках реализации ФГОС прослеживается в возросшем уровне компетентности учащихся в вопросах здоровьесбережения, в развитии их физических навыков, двигательной активности и, в целом, на общем состоянии здоровья детей.

В заключение, вслед за великим гуманистом и педагогом Ж.-Ж. Руссо, хочется сказать: «Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым».

## Список используемых источников

1. Борисова И.П. Обеспечение здоровьесберегающих технологий в школе//Справочник руководителя образовательного учреждения.-2005.-№10.
2. Ильющенков В. В., Берсенева Т. А. Здоровье и образование. СПб, 1993.
3. Ковалько В. И. Здоровьесберегающие технологии, 1-4 классы М.: ВАКО, 2004 г.
4. Колесникова М.Г. Здоровьесберегающая деятельность учителя // Естествознание в школе.-2005.-№5.
5. Науменко Ю.В. Здоровьесберегающая деятельность школы // Педагогика.-2005.-№6.-С.37-44.
6. Петров К. Здоровьесберегающая деятельность в школе // Воспитание школьников.– 2005.-№2.-С.19-22.
7. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии. М., 1998.
8. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе/ Н.К.Смирнов. - М, 2003.-270с.
9. Тихомирова Л.Ф. Экспертный подход – основа здоровьесберегающей технологии / Ярославский педагогический вестник. – 2002. - №4.
10. Халемский Г.А. Школа – территория здоровья // Педагогика.–2005.-№3.-С.42-46.
11. Чупаха И.В. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе: научно-практический сб. инновац. опыта/ И.В. Чупаха, Е.З. Пужаева, И.Ю. Соколова. - М.; Ставрополь, 2001.- 400с.
12. Стефаненко Н.А. Здоровьесберегающие технологии как фактор сохранения здоровья школьников. (интернет-источник издательства «Просвещение»).

Л.Г. Бурдынова

## ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ И ИХ ПРИМЕНЕНИЕ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА

*Здоровье — это драгоценность, и притом единственная, ради которой стоит не только не жалеть времени, сил, трудов и всяких благ, но и жертвовать ради него частицей самой жизни, поскольку жизнь без него становится нестерпимой и унижительной.*

*Мишель Монтень*

Современные педагогические технологии сегодня рассматриваются не только как средство достижения планируемых образовательных результатов, но и как средство сохранения здоровья участников образовательного процесса. В этой связи введен специальный термин «здоровьесберегающие образо-

вательные технологии», который употребляется и в федеральных документах.

Налицо противоречие между увеличивающимися нагрузками на ученика и учителя, возрастанием влияния на них различных стрессогенных факторов, с одной стороны, и ограниченными биологическими ресурсами человеческого организма, с другой. Один из путей разрешения этого противоречия и в контексте нормативных документов, и с позиций здравого смысла - использование учителем в своей работе здоровьесберегающих технологий. А иначе как сохранить здоровье ученика и свое собственное?

Понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии» (ЗОТ) появилось в педагогическом лексиконе в последние несколько лет, но до сих пор воспринимается многими педагогами, как аналог санитарно-гигиенических мероприятий.

Некоторые педагоги считают, что ЗОТ - это одна или несколько новых педагогических технологий, альтернативных всем другим, и поэтому можно выбирать: работать ли, например, по технологиям Френе, Зайцева, Монтессори и т.д. или по технологии здоровьесбережения. Другие педагоги понимают здоровьесберегающие технологии как нечто ранее в школах невиданное и обладающее чудодейственной эффективностью. Ни то, ни другое не соответствует сущности ЗОТ.

Под здоровьесберегающими образовательными технологиями понимают систему мер по охране и укреплению здоровья, формированию культуры здоровья учащихся в учебно-воспитательном процессе, учитывающую специфику данного процесса, важнейшие характеристики образовательной среды и особенности школьников.

Известно, что педагогические технологии отвечают на вопрос «как учить?». С позиций здоровьесбережения ответ на вопрос «как учить?» будет таким: чтобы не наносить вред здоровью учащихся и педагогов.

Здоровьесберегающие образовательные технологии можно рассматривать в двух ипостасях:

1. как качественную характеристику любой образовательной технологии;
2. как совокупность тех принципов, приемов, методов педагогической работы, которые дополняют традиционные образовательные технологии задачами здоровьесбережения.

Важно, что при любом аспекте рассмотрения ЗОТ важнейшим их элементом оказывается диагностический блок, позволяющий оценить, достигнут ли запланированный результат, поскольку только в этом случае можно говорить о «технологии».

Таким образом, нет какой-то одной единственной уникальной технологии здоровья. Здоровьесбережение может выступать, как одна из задач образовательного процесса.

Целевые установки ЗОТ:

- стимулировать у детей желание жить, быть здоровыми;

- учить их ощущать радость от каждого прожитого дня;
- показывать им, что жизнь - это прекрасно,
- вызывать у них позитивную самооценку.

Здоровьесберегающие образовательные технологии имеют ряд отличительных особенностей. Это:

1. отсутствие назидательности и авторитарности со стороны учителя;
2. приоритет воспитания, а не изучения культуры здоровья;
3. индивидуализация обучения;
4. наличие мотивации на здоровый образ жизни у учителя и учеников;
5. наличие у учащихся интереса к учебе, желания идти в школу;
6. «физкультминутки» на уроках;
7. осуществление гигиенического контроля.

Как показано выше, понятие «здоровьесберегающая» относится к качественной характеристике любой образовательной технологии, показывающей, насколько при реализации данной технологии решается задача сохранения здоровья учащихся. При этом аксиомой является соблюдение учителем следующего:

1. обеспечить/добиться обеспечения санитарно-гигиенического состояния учебного помещения (освещение, проветривание, температурный режим и пр.);
2. следить за правильной позой учащегося во время занятий;
3. проводить гимнастику («зарядку», «физкультминутки», «физкультпаузы») во время учебных занятий.

Проведение гимнастики во время урока, включающей упражнения для глаз и различных групп мышц, является обязательным во всех классах (с 1 по 11-ый). Проведение таких «физкультминуток» не требует от учителя дополнительных усилий и подготовительной работы, тем не менее, приводит к существенным результатам: помимо благотворного влияния на здоровье школьников, это способствует усилению внимания учащихся, более продуктивному ходу урока.

В комплексы упражнений «физкультминуток» обычно включают упражнения для глаз и для скелетных мышц. Общие рекомендации:

- физкультминутки проводятся на 20-й и 35-й минуте урока (в период снижения работоспособности) по 1 минуте и включают обычно 3 легких упражнения с 3-4 повторениями каждого;
- комплексы упражнений должны меняться.

Помимо известных упражнений для глаз и для различных групп скелетных мышц, в «физкультминутки» целесообразно включать дыхательные упражнения и элементы самомассажа. Это не только внесет разнообразие в физкультпаузы, но и обучит школьников приемам саморегуляции. Упражнения простые и каждому педагогу целесообразно ими овладеть.

1. Произношение гласных звуков. Доказано, что протяжное произношение гласных звуков активизирует работу щитовидной железы, мозга, сердца и других органов.

Сядьте удобно. Расслабьтесь, успокойтесь. Ровно, протяжно, на одной высоте произносите звук [а]. Это массирует щитовидную железу.

Произношение звука [и] в таких же условиях активизирует работу мозга, нормализует функцию почек.

Проговаривание звука [о] приводит в порядок среднюю часть грудной клетки.

Чередование звуков [о], [и] стимулирует работу сердца.

2. Гигиенический массаж. Улучшает крово- и лимфообращение, нормализует обмен веществ, помогает снимать мышечное напряжение на лице, шее, в руках. Такой массаж способствует профилактике простудных заболеваний, ангины. Подушечками указательных пальцев обеих рук проводим под глазами, слегка надавливая, от переносицы до ушей. Повторяем 5 раз.

Тыльными сторонами правой и левой ладоней проведем 7 раз от подбородка в стороны.

Откройте рот, сильно натяните на зубы одновременно верхнюю и нижнюю губу, а затем слегка их прикусите. Повторяем 5 раз.

3. Двигательные упражнения для нормализации дыхания. Эти упражнения имеют названия «Задуть свечу», «Словить комара», «Огонь и лед», «Кулачки» и др.

Упражнение «Задуть свечу». Исходное положение – сидя за партой. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Делайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями воздуха.

Упражнение «Словить комара». Разведите руки в стороны. Представьте, что ловите комара. Медленно сводите руки, чтоб его не испугать, при этом беспрерывно произносите звук [з]. Прихлопните комара и быстро разведите руки – получится автоматический вдох.

Упражнение «Огонь и лед». По команде «огонь» – интенсивные движения телом, по команде «лед» – замереть, сильно напрягая мышцы. Выполнить 6-8 раз.

Упражнение «Кулачки». Сжать пальцы в кулак с загнутыми внутрь большими пальцами. Сделать вдох, не торопясь сжать кулак с усилием. Затем, ослабляя усилие, сделать выдох. Повторить 5 раз с закрытыми глазами.

4. Упражнения, снимающие напряжение и успокаивающие нервную систему.

При выполнении этих упражнений особенно важными являются голос учителя и его внутреннее спокойствие. При этом учителю необходимо уделить внимание эмоциональной окраске своего голоса и темпу произношения слов. Приведем примеры таких упражнений.

Упражнение «После грозы». Закройте глаза. Вы - в лесу. Отгремела гроза. Прошёл дождь, блестит мокрая листва на берёзах. На траве - серебряные капли. Как хорошо пахнет в лесу! Как легко дышится! Вот ландыши - вдохните их чудный запах. Вдыхайте медленно, ровно, глубоко.



Упражнение «На берегу моря». Закройте глаза, представьте, что вы находитесь на берегу моря, расположившись в шезлонге. Слышится равномерный шум набегающих волн. Вы с наслаждением вдыхаете свежий морской воздух. Дышите ровно, глубоко.

Отрицательное воздействие на здоровье учащихся может оказывать специфика организации учебного процесса в школе: это многопредметность в расписании (по пять-семь предметов ежедневно); большой объем и сложность учебного материала, неадекватные методы обучения; стрессовые ситуации контроля (боязнь ошибки, боязнь отметок).

Известно, что самые продуктивные уроки - со второго по четвертый. Но в расписании не может не быть 1-го, 6-го и даже 7 -го уроков.

С целью сохранения здоровья учащихся учитель должен видеть систему уроков класса в данный день, помнить и учитывать не только очередность своего урока, но, что очень важно, какой он по счету в учебном процессе класса.

Если в расписании урок стоит за пределами продуктивных часов, то и планирование урока необходимо осуществлять с учетом этих обстоятельств.

Например, в понедельник в каком-то классе последний урок - математика. Как же учителю добиться внимания и сосредоточенности учащихся на уроке? В практической работе педагоги решают эту задачу, например, путем использования элементов технологии Шаталова, которая служит здоровьесбережению:

1) работа в парах или малых группах, «вертушка» (то есть активное передвижение учащихся из одной группы или пары в другую);

2) использование двух досок, когда учащиеся поневоле совершают повороты от одной доски к другой, достаточно двигаются, тем самым сохраняя интерес к уроку и активность участия в нем.

Здоровьесберегающими можно считать игровые технологии, помогающие решать и проблемы мотивации учащихся, и их социализации. В игре у растущего человека проявляется и формируется мировоззрение, потребность воздействовать на мир, адекватно воспринимать происходящее. В игре работают различные группы мышц, что благотворно влияет на здоровье.

Элементы игры можно использовать на каждом уроке, особенно в младших классах. Например, в качестве обратной связи и оценки ответов одноклассников: хлопанье в ладоши, топанье ногами, поднятие руки или сигнальных карточек различного цвета, обозначающего «да», «нет», «прошу слова». Во время фронтального опроса многие педагоги практикуют игру с мячом или воздушным шариком: ученик ловит мяч на правильный ответ, не ловит - на неправильный или ловит шарик и дает свой вариант ответа.

Нередко учителя используют на уроках элементы театрализации с появлением литературных или театральных героев. Многие педагоги проводят так называемые «уроки-праздники», на которых каждый ребенок вовлечен в активную сменяемую деятельность: то он артист, то художник, то зритель, то технический исполнитель. Ощущение значимости каждого в подготовке и участии в уроке решает целый комплекс педагогических задач, в том числе и здоровьесбережения.

Важным в здоровьесбережении учащихся является домашнее задание, его объем и уровень сложности. Не секрет, что некоторые педагоги «грешат» использованием домашнего задания для своеобразного наказания школьников: увеличивают его объем или повышают сложность. Это недопустимо. Чаще всего, если ребенок не справился с домашним заданием два-три раза, он теряет интерес к нему. Поэтому к дозировке домашнего задания и мере сложности учитель должен относиться ответственно: соизмерять объем и сложность с возможностями ученика. В педагогической практике широко распространены так называемые «многоуровневые» домашние задания, когда педагог предлагает учащимся задания нескольких уровней (чаще трех), а ученик самостоятельно выбирает объем задания по своим силам. Такие задания способствуют и повышению учебной мотивации ученика, и сохранению его здоровья.

Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но если мы не научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье. Если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически. Если раньше говорили: "В здоровом теле - здоровый дух", то не ошибется тот, кто скажет, что без духовного не может быть здорового. Наблюдения показывают, что использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности, а учителю эффективно проводить профилактику асоциального поведения.

**А.С. Бурлакова**

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ**

***Аннотация.** В статье раскрывается понятие «здоровье сберегающие технологии». Автор приводит принципы и классификацию существующих здоровьесберегающих технологий. Также в статье описаны главные компоненты здоровьесберегающих технологий, исходя из которых, при организации педагогического процесса учитываются определенна специфика формирования культуры здоровья детей и молодёжи.*

Одной из главной ценности жизни человека является здоровье. Хорошее здоровье способствует выполнению планов. Преодолению трудностей, предоставляет возможность решать жизненные задачи и обеспечивает долгую и активную жизнь

Здоровье является первой и важнейшей потребностью человека, которая определяет способность его к труду и обеспечивает гармоничное развитие личности. Здоровье - это главная предпосылка к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека. Главный фактор здоровья представлен

поведением, направленным на его сбережение, укрепление, улучшение, ведение здорового образа жизни.

Как известно, современные проблемы здоровья молодежи находятся в сфере первостепенных интересов государства. Политика государства в данном направлении предполагает формирование физически здоровой, образованной, всесторонне развитой, социально активной личности.

Сегодня проблема сохранения и целенаправленного формирования культуры здоровья детей и молодёжи достаточно актуальна, ведь от состояния здоровья напрямую зависит будущее государства, уровень его развития, качество жизни людей и национальная безопасность в целом.

Конкретные детали применения здоровьесберегающих технологий определены федеральными государственными образовательными стандартами (ФГОС). Главная установка ФГОС относительно данных технологий состоит в осознании здоровья как высшей ценности и привитии бережного отношения к нему

Здоровьесберегающие технологии опираются на следующие принципы:

Забота о здоровье является первостепенной задачей. Любые используемые методики и приёмы необходимо оценивать с точки зрения их воздействия на психофизическое самочувствие ученика и педагога. Приёмы, применяющиеся в рамках программы здоровьесбережения, должны быть аргументированными и не наносить вред жизнедеятельности объекта и субъекта учебно-воспитательного процесса;

Непрерывность-принцип, обозначающий проведение работы на каждом учебном занятии;

Соответствие содержательных компонентов работы по сохранению здоровья возрасту и уровню развития учеников;

Междисциплинарный подход, иными словами взаимодействие педагогических кадров, социальных работников, психологов, врачей в работе по сохранению здоровья детей;

Ответственность за своё здоровье—одна из первостепенных задач их воспитания. Здоровье необходимо для реализации знаний, умений и навыков, получаемых учениками, в жизни

Существует множество классификаций здоровьесберегающих технологий. Здоровьесберегающие технологии классифицируются по характеру деятельности (здоровьесберегающие технологии могут быть как частные (узкоспециализированные), так и комплексные(интегрированные)).

Отметим главные компоненты здоровьесберегающих технологий:

1.Акселогический компонент—осознание учащимися высшей ценности здоровья, убеждённости в необходимости вести здоровый образ жизни.

2.Гносеологический компонент— приобретение нужных для здоровьесбережения знаний и умений, связанных с интересом к вопросам собственного здоровья.

3.Собственно здоровьесберегающий компонент—важная роль принадлежит физкультурно-оздоровительной деятельности, соблюдению режима дня,

качеству питания, чередованию труда и отдыха, что предупреждает возникновение вредных привычек и разных заболеваний.

4. Эмоционально-волевой компонент представлен проявлением эмоциональных и волевых психологических механизмов, закрепляющих желание вести здоровый образ жизни.

### **Список используемых источников**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 30.04.2021) (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.06.2021) «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] // СПС «Консультант Плюс». – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_140174/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/).

2. Береснева, Л.Н. Компоненты здоровьесберегающих образовательных технологий как источник формирования культуры здоровья детей и молодёжи // Л.Н. Береснева // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 17. – С. 554–558.

3. Сократов, Н.В. Сохранение и укрепление здоровья обучающихся в образовательных организациях и деятельности педагога. / Н.В. Сократов, Н.Н. Апрелева, Л.А. Акимова. – Оренбург: ОГПУ, 2016. – 287 с.

4. Спирин В.К. Реализация здоровьесформирующей функции школы на основе актуализации педагогического потенциала образовательной среды / В.К. Спирин, Л.В. Смирнова, О.А. Чупехина // Теория и практика физической культуры,

**В.Н. Васильев**

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ИНФОРМАТИКИ**

В последнее десятилетие в среде преподавателей широко обсуждаются здоровьесберегающие технологии обучения. Между тем этот термин имеет давние исторические корни. Идеи здоровьесбережения возникли еще в V–II века до нашей эры. Именно в те времена в Древнем Риме появились валеотугенарии, которые отвечали за здоровье и работоспособность рабов. К этому же историческому периоду относятся исследования ученых Древней Греции о значении закалывания, физических упражнений и здорового образа жизни.

Здоровьесбережения в педагогике впервые коснулся Платон, а Аристотель для этих целей использовал понятие «природосообразность». Последнее было использовано Я.А. Коменским. Его принцип природосообразности заключается в том, что человек, будучи частью природы, подчиняется как частица природы ее универсальным законам. Жан Жак Руссо рассматривал природосообразность как следование природе самого ребенка, как помощь его природе.

Период конца XIX - начала XX века положил начало использования понятия "педагогизации среды" (П.П.Блонский, С.Т.Шацкий, П.Ф.Лесгафт, М.М.Пистрак), в которой ребенку предоставлялась бы возможность свободного физического и умственного развития. Л.С. Выготский считал, что главной задачей обучения является «обеспечение условий для развития внутренних сил и возможностей ребенка».

Одно из ключевых направлений здоровьесберегающей концепции - это организация процесса сохранения и формирования здоровья, который включает в себя социальные, медицинские, педагогические и целый ряд других аспектов.

В данной статье рассматривается педагогический аспект проблемы здоровьесбережения.

Уже стало общим местом тот факт, что уровень заболеваемости детей и подростков в последние годы постоянно растет. И речь идет не только о физических отклонениях у детей, но и о неадекватных психологических реакциях. Такие явления не могут не беспокоить. Учитывая, что более половины своего активного времени дети и подростки проводят в учебных заведениях, становится очевидной необходимость системы образования принятия на себя части ответственности за сохранение здоровья подрастающего поколения.

Вместе с тем нужно понимать, что школа – это не больница и не санаторий, на учителя или воспитателя нельзя возлагать обязанность диагностировать либо лечить имеющиеся у ребенка заболевания. Этим должны заниматься врачи и медицинский персонал школы и поликлиники. Задача педагога состоит в другом:

- создать для учащихся такие условия обучения, которые не будут травмировать его психику и организм в целом, дать знания о ценности здоровья и способах его сохранения.

Подчеркнем, что речь идет не только (и не столько) о физическом здоровье, сколько о комфортной среде, о комплексном показателе благополучия, включающем также психическую адекватность, социальную адаптированность и должный уровень морального развития учащегося.

Далее о здоровьесберегающих технологиях.

Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ) подразделяются на 3 подгруппы:

- организационно-педагогические технологии (ОПТ), определяющие структуру учебного процесса, частично регламентированную в СанПиНах, способствующих предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезадапционных состояний;

- психолого-педагогические технологии (ППТ), связанные с непосредственной работой учителя на уроке, воздействием, которое он оказывает все 45 минут на своих учеников. Сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса;

- учебно-воспитательные технологии (УВТ), которые включают программы по обучению грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся, мотивации их к ведению здорового образа жизни, преду-

преждению вредных привычек, предусматривающие также проведение организационно-воспитательной работы со школьниками после уроков, просвещение их родителей.

Как правило, реализация первой составляющей здоровьесберегающей технологии в большинстве школ проходит вполне успешно. Последняя составляющая больше касается родителей. А вот центральная часть (психолого-педагогические технологии) требует от учителя максимальной отдачи во время урока. Нужно суметь построить урок таким образом, чтобы минимизировать нагрузку на организм и психику ребенка, и при этом добиться эффективного усвоения знаний.

Здесь я выскажу такое личное мнение:

- слишком широкое применение компьютеров в учебном процессе, в плане замены учебников электронными пособиями, не способствуют укреплению физического и психического здоровья учащихся. Вес портфеля при таком походе значительно уменьшится, но и нагрузка на зрение, при этом, увеличится весьма значительно.

Известно, что от просмотра текста на экране компьютера зрение страдает гораздо сильнее, чем от чтения с бумажной страницы. Поэтому при проведении уроков информатики и спецдисциплин, которые провожу я стенах колледжа, остро встает вопрос сохранения зрения учащихся и здоровья в целом.

На своих занятиях я пользуюсь самыми простыми и важными педагогическими приемами:

- частая смена видов деятельности на занятии;
- рациональное распределение нагрузки по времени занятия (самая напряженная работа должна приходиться на его середину);
- использование игровых и ролевых форм работы (кроме всего прочего, это побуждает учащихся двигаться);
- создание атмосферы сотрудничества (учащиеся имеют право на вопросы, на свое мнение при обсуждении вопросов);
- создание благоприятной эмоциональной атмосферы.

Что касается частой смены видов деятельности, то здесь всё традиционно. Опрос, новый материал, проверка работы соседа и умение оценить его знания, практическая работа, выступление с небольшим сообщением или дополнением по теме позволяет переключить внимание, а также разрядить обстановку, особенно это важно на последних (4-5-х) парах, когда концентрация внимания сильно снижена.

О перемещении учащихся во время урока. Первоначально это вызывало небольшую дезорганизацию, но со временем учащиеся приучились к самоорганизации и порядку. На занятии перемещения по компьютерному кабинету происходят постоянно: за партой - за компьютером - опять за партой для подведения итогов занятия. На занятиях учащиеся имеют право подойти друг к другу и обсудить трудные вопросы практической работы. А иногда специально ставится задача - дополнить или исправить работу соседа, а возможно, и что-то новое

почерпнуть для себя из работы соседа, потому что практическое задание предполагает творческий самостоятельный момент

«Ролевые игры» – одна из любимых форм проведения занятия у учащихся. Часто такая форма реализуется в виде назначения одного из учащихся «учителем». Это может быть ученик, который быстро выполнил задание, тогда ученик выполняет роль «проверяющего учителя». Но иногда это может быть любой выбранный наугад ученик из списка – уровень ответственности многих заставляет не только внимательно слушать материал, стимулирует самостоятельно разбирать и выполнять практические задания.

Если говорить об эмоциональной атмосфере на занятии, то я разрешаю слушать музыку через наушники во время выполнения практической работы на компьютере. В благотворном влиянии музыки лично смог убедиться на региональном чемпионате WorldSkills в номинации «Программные решения для бизнеса», где участники слушавшие музыку, в среднем, показали более высокие результаты.

Эмоциональная разрядка особенно необходима на последних занятиях, когда снижена концентрация внимания, учащиеся устали и восприятие информации происходит с трудом.

Подводя итог вышесказанному, хотел бы обратиться ко всем педагогам, чтобы они не забывали о здоровье своих учащихся изучали опыт других и делились собственным опытом применения здоровьесберегающих технологий на занятиях.

### **Список используемых источников**

1. Абаскалова Н.П., Зверкова А. Ю. Научный обзор: системный подход в педагогике здоровья // Научное обозрение. Педагогические науки. 2016. № 2. С. 5–24. URL: <https://science-pedagogy.ru/ru/article/view?id=1480>
2. Ирхин В.Н. Педагогическая система школы здоровья: генезис, принципы и закономерности развития : дис. ... д-ра пед. наук. Барнаул, 2002. 374 с.
3. Побединская И.В. Здоровьесберегающая деятельность педагога: тезаурус исследования // Известия ВГПУ. 2017. № 1 (274). С. 32–41.
4. Тихомирова, Л. Ф. Анализ урока с точки зрения его воздействия на здоровье учащихся [Текст] / Л. Ф. Тихомирова // Здоровье наших детей. – 2002. – № 1. – С. 18–19.
5. Историографический анализ развития проблем здоровьесберегающих технологий в отечественной педагогической теории и практике. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/istoriograficheskiy-analiz-razvitiya-problem-zdoroviesberegayuschih-tehnologiy-v-otchestvennoy-pedagogicheskoy-teorii-i-praktike/viewer>

## ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

При рассмотрении видов современных образовательных технологий преподаватели ПЦК ФК остановили свой выбор на здоровьесберегающих технологиях, так как мы рассматриваем данную технологию, как одну из самых перспективных образовательных систем, и как совокупность приемов, форм и методов организации обучения студентов.

Цель работы преподавателей достигается решением образовательных, воспитательных и оздоровительных задач, направленных на:

- формирование устойчивого интереса и потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- повышение уровня физической подготовленности студентов.

Практическая реализация здоровьесберегающих технологий обучения на уроках физической культуры осуществляется на следующих принципах:

- учёт индивидуальных особенностей каждой возрастной группы студентов;
- структурирование урока физической культуры с учётом изменений работоспособности;
- использование на уроках здоровьесберегающих действий (оптимальная плотность урока, чередование видов учебной деятельности, уважительный стиль общения, эмоциональная разрядка, физкультурная пауза).

В учебном процессе применяем две группы здоровьесберегающих технологий, в которых используем разные методы и формы работы.

Первая группа: *физкультурно-оздоровительные технологии*, которые направлены на физическое развитие занимающихся: закаливание, тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств. В основном, данные технологии реализуются на уроках физкультуры и в оздоровительной работе. Принцип оздоровительной направленности физического воспитания конкретизируется в физкультурно-оздоровительных технологиях, которые в настоящее время интенсивно развивается.

Вторая группа: *технология обеспечения БЖ и ОБЖ*, которую реализуют специалисты по охране труда, защите в чрезвычайных ситуациях и т.д.

Практическая реализация здоровьесберегающей технологии обучения в нашем колледже осуществляется основываясь на *следующих принципах*:

1. Учет особенностей данной возрастной группы учащихся;
2. Учет состояния здоровья учащихся и его индивидуальных психофизиологических особенностей;
3. Структурирование урока с учетом изменений работоспособности;
4. Использование на уроках здоровьесберегающих действий (оптимальная плотность уроков, чередование видов учебной деятельности).



Разработанная преподавателями рабочая программа по физической культуре состоит из следующих модулей: легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр (волейбол и баскетбол), современных оздоровительных систем.

Физическая культура – это не только «учение двигаться», но и соблюдение принципа «двигаться – с целью учиться».

На уроках физической культуры преподавателями используются различные методы, средства организации урока, дифференцированный подход, медицинские показатели.

Уровень физической подготовленности студентов мы проверяем тестированием на контрольных уроках по каждому модулю: в начале учебного года – входящий контроль, и в конце учебного года – итоговый контроль. Это необходимо как педагогам, так и студентам.

Входящий контроль дает знания по уровню развития физических способностей занимающихся, и формам работы по итогам входящего контроля.

Итоговый контроль. Осуществляется во время зачетов. Именно на этом этапе дидактического процесса систематизируется и обобщается учебный (практический) материал.

Студентам надо: ориентироваться на совершенствование своего физического развития и анализировать свои слабые стороны.

В уроки легкой атлетики включаем упражнения аэробики, приближенные к технике бега, прыжков, метании.

На уроках с игровой направленностью, в зависимости от задач урока, применяем классическую аэробику с различными перемещениями, скрестными шагами, с внезапными остановками, прыжками, упражнения степ-аэробики на гимнастических скамейках, упражнения с жонглированием мяча в движении.

При проведении уроков гимнастики с использованием элементов оздоровительных систем, которые обеспечивают студентам повышенную двигательную активность, мы используем фитнес – аэробику.

Фитнес – аэробика – это вид спорта, зародившийся в фитнесе и впитавший в себя самые популярные и современные направления: классической аэробики, степ - аэробики, фитбол - аэробика.

Студенты с большим удовольствием занимаются этими видами аэробики на уроках. А, освобожденные от практических занятий студенты готовят сообщения по современным и нетрадиционным оздоровительным системам и выступают на уроках под рубрикой « Это интересно и полезно».

Преподаватели применяют на уроках атлетическую гимнастику, круговую тренировку с использованием тренажеров. Работа по данной технологии, дала толчок к участию во Всероссийском конкурсе «Урок физической культуры XXI- века».

Формируя у студентов интересы и потребности к систематическим занятиям физической культурой, стремление к укреплению здоровья, можно сложить цепочку.

Результат: увеличивая двигательную активность студентов, мы способствуем улучшению здоровья, а здоровье студентов показывает высокий уровень успеваемости по физической культуре.

Продолжение здоровьесберегающей технологии: физкультурно-оздоровительная работа.

С целью повышения эффективности физического воспитания, его влияние на здоровье студентов и реализации проекта «Совершенствование системы воспитательной работы по формированию личности будущего специалиста» преподаватели ПЦК проводят большую спортивно-оздоровительную работу на своих отделениях. Организация и проведение соревнований проходит в 2 этапа: предварительный и соревновательный этап.

**А.О. Елатонец**

## **ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ МИНУТКИ И ОФТАЛЬМОЛОГИЧЕСКИЕ ПАУЗЫ КАК СРЕДСТВО АКТИВИЗАЦИИ ИНТЕРЕСА УЧАЩИХСЯ К ПРЕДМЕТУ НА УРОКАХ ФИЗИКИ**

*Забота о человеческом здоровье, тем более здоровье ребенка – это, прежде всего, забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества*  
*В.А. Сухомлинский*

**Цель** – повышение мотивации педагогов в применении физкультурных минуток и офтальмологических пауз в образовательном процессе.

### **Актуальность исследования темы.**

Эффективность обучения детей и подростков зависит от здоровья. Здоровье – важный фактор работоспособности и гармонического развития детского организма. Многое зависит от исходного состояния здоровья ученика в начале школьного обучения, но важна и правильная организация учебной деятельности.

Поэтому большое внимание на уроках физики необходимо уделять здоровью сберегающим технологиям такие как: физкультурные минутки и офтальмологические паузы.

### **Введение**

В последние годы пристальное внимание уделяется системе мер, направленных на снижение учебной нагрузки. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках проводятся физкультурные минутки и гимнастика для глаз согласно санитарно-эпидемическим правилам и нормам СанПиН. Особенно важно выполнять комплексы физкультминуток с детьми с ОВЗ, которые очень быстро утомляются.

Применение кратковременных физических упражнений и гимнастики для глаз способствуют снижению утомления и повышению умственной работоспо-

способности учащихся. Комплексы упражнений, подобранные для этой цели, при учебной работе, необходимы для усиления двигательной активности организма и вовлечения в работу группу мышц, несущих статистическую нагрузку, такие как: глаза, кисти рук, опорно-двигательный аппарат и другие.

Важно предупредить возникновение утомления, 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.

Признаки утомления у учащихся могут выражаться по-разному: зевотой, рассеянным вниманием, отвлекаемостью, раздражительностью, появлением автоматических, непроизвольных побочных движений (почесывание, постукивание, раскачивание на стуле, сосание пальцев и т. д., нарушением осанки и координации движений).

В комплекс физкультурных минут и офтальмологических пауз могут включаться 4-5 упражнений. Продолжительность выполнения комплекса 1,5-2 минуты. Смену комплексов следует проводить не реже одного раза в две недели».

### **Основная часть**

Физкультурные минутки и офтальмологические паузы проводятся ежедневно, по 2-3 раза, на каждом уроке, примерно на десятой и двадцатой минутах.

Комплекс физкультурных минуток и офтальмологических пауз стоит подбирать в зависимости от вида урока, его содержания. Упражнения выбираю разнообразные, чтобы поддержать интерес учащихся к изучению предмета физики, способствующие развитию творческих способностей, повышающие эмоциональный настрой.

Физкультурные минутки, проводимые с учащимися класса на уроках физики и технологии, включают в себя:

- Физминутки для снятия общего утомления.
- Физминутки для кистей рук и мелкой моторики.
- Физминутки для снятия зрительного утомления.

Так же слежу за правильной посадкой учащихся, так как смена видов деятельности требует смены позы.

В начале учебного дня, на первом уроке, можно провести точечный массаж биологически активных точек лица и головы, чтобы окончательно «разбудить» детей и задать соответствующий рабочий настрой на целый учебный день. При массаже активизируется кровообращение в кончиках пальчиков, что предотвращает застой крови не только в руках, но и во всем теле, так как кончики пальцев непосредственно связаны с мозгом. Массаж проводится в следующей последовательности:

- 1) точка на лбу между бровями («третий глаз»);
- 2) парные точки по краям крыльев носа (помогает восстановить обоняние);
- 3) точка посередине верхнего края подбородка;

- 4) парные точки в височных ямках;
- 5) три точки на затылке в углублениях;
- 6) парные точки в области козелка уха.

Очень хорошо, если предлагаемые упражнения для физкультминутки органически вплетаются в канву урока.

Для примера рассмотрим упражнение, оно служит для развития мышц кисти. Дети соединяют большой и средний палец, а сверху кладут указательный, словно держат ручку. Во время выполнения упражнения работает только кисть. Дети движениями кисти вверх-вниз, влево-вправо отвечают на вопросы.

-Птичка хочет есть?

Движением кисти вверх-вниз дети отвечают: «Да».

-Птичка хочет пить?

Движением кисти вверх-вниз дети отвечают: «Да».

- Птичка хочет спать?

Движением кисти влево-вправо дети отвечают: «Нет»

- Птичка хочет играть?

Движением кисти влево-вправо дети отвечают: «Нет».

На уроке физики используются так называемые тематические физкультурные минутки, например:

Учитель, передает шар, задает ученику вопрос, отдавая шар обратно, ученик отвечает. Тема игры подбирается в соответствии с темой урока – величина+единица измерения+прибор для измерения.

При изучении темы «Способы изменения давления» в 7 классе можно провести физкультминутку-эксперимент: предложить детям встать на одну ногу, на обе ноги, встать на цыпочки, взять в руки книгу, положить книгу на место, при этом каждый раз выясняя, что происходит с давлением, которое каждый из них оказывает на пол.

При изучении темы «Инерция». Учащиеся становятся пассажирами в автобусе, а учитель-водитель. Учитель демонстрирует резкие повороты в сторону, учащиеся показывают с помощью наклонов туловища, в какую сторону по инерции они отклоняются.

### **Гимнастика для глаз.**

Так же является не мало важным инструментом при снятии напряжении зрения у детей с ОВЗ является гимнастика для глаз или офтальмологическая пауза.

Данная гимнастика способствует оздоровительному эффекту в процессе использования предлагаемых упражнений; предупреждает зрительно-психогенное и зрительно-вегетативное утомление у школьников. Можно использовать на уроках физики следующую гимнастику для глаз по методу Геннадия Андреевича Шичко.

#### **1. Пальминг.**

Центр ладони должен быть над центром глазного яблока.

Основание мизинца (И правой, и левой руки.) — на переносице, как мостик очков. Ладони на глазах должны лежать так, чтобы ни единой дырочки

не было, чтобы глаза находились в кромешной тьме. Локти поставить на стол, сесть поудобнее. Спина прямая, голову не наклонять. Под ладошками темно. Можно представить себе приятную картину. В какое-то мгновение начнет казаться, что кто-то вас раскачивает, значит, пальминг можно заканчивать.

### **2. Верх-вниз, влево-вправо.**

Двигать глазами вверх-вниз, влево-вправо. Зажмурившись, снять напряжение, считая до десяти.

### **3. Круг.**

Представить себе большой круг. Обводить его глазами сначала по часовой стрелке, потом против часовой стрелки.

### **Заключение**

В заключение своего доклада хотелось сказать, что систематическое и целенаправленное использование физкультурных минуток и физкультурных пауз в режим учебных занятий показывает их результативность. Дети становятся более активными, их внимание активизируется, формируется мотивация к изучаемому предмету, улучшается психоэмоциональное состояние, изменяется отношение к себе и своему здоровью.

«Дайте ребенку немного подвигаться, и он одарит вас опять 10 минутами внимания, а 10 минут живого внимания, если вы сумели ими воспользоваться дадут вам в результате больше целой недели полусонных занятий»- убеждал педагогов К.Д. Ушинский.

**С.В. Железнякова**

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДОУ**

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Очень важно именно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. В соответствии с Законом “Об образовании” здоровье детей относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. Вопрос об укреплении и сохранении здоровья на сегодняшний день стоит очень остро. Медики отмечают тенденцию к увеличению числа дошкольников, имеющих различные функциональные отклонения, хронические заболевания.

Поэтому перед каждым педагогом возникают вопросы: как организовать деятельность дошкольников на занятии, чтобы дать каждому ребенку оптимальную нагрузку с учётом его подготовленности, группы здоровья? Как развивать интерес к занятиям физкультуры, потребность в здоровом образе жизни?

Дошкольное образовательное учреждение должно постоянно осваивать комплекс мер, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития. Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии».

Главное назначение таких новых технологий – объединить педагогов, психологов, медиков, родителей и самое главное – самих детей на сохранение, укрепление и развитие здоровья. Так что же такое «здоровьесберегающая технология»? Здоровьесберегающая технология – это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и доктора. Цель здоровьесберегающих образовательных технологий- обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

В нашем детском саду должны быть созданы все условия для обучения, воспитания и развития ребенка и конечно же здоровьесберегающие технологии являются неотъемлемой частью педагогического процесса.

Итак, рассмотрим

#### **Технологии сохранения и стимулирования здоровья:**

- **Динамические паузы** проводятся во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой гимнастики и других в зависимости от вида занятия.
- **Подвижные и спортивные игры** проводятся ежедневно как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате- малой, со средней степенью подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения.
- **Релаксация.** Для психического здоровья детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения.
- **Пальчиковая гимнастика** проводится индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.
- **Гимнастика для глаз** проводится ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Во время её проведения используется наглядный материал, показ педагога.
- **Дыхательная гимнастика** проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. У детей активизируется кислородный об-

мен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

#### **Технологии обучения здоровому образу жизни:**

- **Утренняя гимнастика** проводится ежедневно 6-8 мин. с музыкальным сопровождением. Музыка сопровождает каждое упражнение. У детей при этом формируются ритмические умения и навыки.

- **Физкультурные занятия** проводятся 3 раза в неделю по 20-25 мин. в соответствии программой, по которой работает ДОУ (традиционные, сюжетно-игровые, интегрированные оздоровительные). Они направлены на обучение двигательным умениям и навыкам. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета. А присутствие музыки на занятиях способствует улучшению психологического и физиологического состояния организма ребёнка.

- **Самомассаж.** Это массаж, выполняемый самим ребёнком. Он улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов, улучшить осанку. Он способствует не только физическому укреплению человека, но и оздоровлению его психики. Для детей самомассаж - это профилактика сколиозов, простудных заболеваний, вегетативных дистоний. Он благоприятствует психоэмоциональной устойчивости к физическому здоровью, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм. самомассаж проводится в игровой форме ежедневно в виде пятиминутного занятия или в виде динамической паузы на занятиях. Весёлые стихи, яркие образы, обыгрывающие массажные движения, их простота, доступность, возможность использования в различной обстановке и в любое время способствуют изменению позиции ребенка из объекта в субъект педагогического воздействия, а это гарантия успеха реабилитационной, коррекционной и развивающей работы.

#### **Коррекционные технологии:**

- **Артикуляционная гимнастика** - упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти), необходимые для правильного звукопроизношения, помогают быстрее «поставить» правильное звукопроизношение, преодолеть уже сложившиеся нарушения звукопроизношения. С детьми, имеющих дефекты звукопроизношения, занимается логопед.

- **Технология музыкального воздействия.** Музыка обладает сильным психологическим воздействием на детей. Она влияет на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет или, наоборот, будоражит, возбуждает), вызывает различные эмоциональные состояния (от умиротворенности), покоя и гармонии до беспокойства, подавленности или агрессии). В связи с этим важно обратить внимание на то, какую музыку слушаем мы и наши дети.

- **Сказкотерапия** – используется для психотерапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание. В своей работе чаще использую авторские сказки, т.к. в них есть много поучительного. Сказки не только читаю, но и обсуждаем с детьми. Дети очень любят «олицетворять» их, обыгрывать. Для этого использу-

ем кукольный театр, ролевые игры, в которых дети перевоплощаются в разных сказочных героев. Дети также сами сочиняют сказки, ведь придуманная сказка ребёнком, открывающая суть проблемы - основа сказкотерапии. Через сказку можно узнать о таких переживаниях детей, которые они сами толком не осознают, или стесняются обсуждать их со взрослыми..

е беседы с родителями - общие и групповые родительские собрания; консультации; занятия с участием родителей; выставки детских работ, изготовленных вместе с родителями; Дни открытых дверей; участие родителей в подготовке и проведении праздников, физкультурных досугов; совместное создание предметно – развивающей среды; работа с родительским комитетом , анкетирование.

Наглядные стенды знакомят родителей с жизнью каждой группы, с возрастными физиологическими особенностями детей. Широко используется информация в родительских уголках, в папках-передвижках («Развитие ребёнка и его здоровье», «Игры с движениями» «Движение - основа здоровья» , «Формирование правильной осанки и профилактика её нарушений», «Зимние игры с ребёнком» и т.д.).

Поставленные задачи будут успешно решаться только при использовании открытых педагогических принципов и методов обучения, а именно:

**Принцип доступности и индивидуальности** - предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка. Одним из основных условий доступности является преемственность и постепенность усложнения заданий – это достигается правильным распределением материала на занятии. Индивидуальность – это учет индивидуальных особенностей. Каждый ребенок имеет свои функциональные возможности, поэтому материал усваивается по-разному

**Принцип постепенного повышения требований** заключается в постановке перед ребенком все более трудных заданий и их выполнения. Для этого целесообразно чередовать нагрузки с отдыхом.

**Принцип систематичности** – непрерывность и регулярность занятий. Систематические занятия дисциплинируют ребенка, приучают его к методичной и регулярной работе.

**Принцип наглядности** является основным в обучении движению. Занятия обеспечиваются рядом методических приемов, которые вызывают у ребенка желание заниматься. Педагог для каждого задания, выбирает наиболее эффективный путь объяснения данного задания – это такие методы как показ, словесный, игровой, иллюстративно-наглядный.

Таким образом, для создания условий мотивации к занятиям физической культурой считаю, что необходимо создать такие условия, чтобы у ребенка «*появился аппетит*» заниматься физической культурой и спортом, чтобы он понял полезность движений для своего здоровья

Применение в работе здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохра-



нение и укрепление здоровья воспитанников, а у ребёнка - стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

В заключение хотелось бы вспомнить слова В.А. Сухомлинского: «Забота о здоровье - это важный труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

**О.В. Кулябкина**

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДИКИ КТД В ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В МОУ СШ №14 «ЗЕЛЕНый ШУМ» Г. ВОЛЖСКОГО ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ**

Одной из приоритетных задач школы №14 «Зеленый шум» г. Волжского является воспитание здорового поколения. В рамках реализации данного аспекта возникает необходимость в организации образовательного процесса таким образом, чтобы обеспечить системную работу по сохранению здоровья обучающихся начальных классов.

Одной из важнейших задач общеобразовательного учреждения является научить детей самим заботиться о своем здоровье, сформировать установки на поддержание здорового образа жизни. Следовательно, введение здоровьесберегающих основ в учебно-воспитательный процесс в начальной школе - является сегодня актуальным и обуславливает выбор темы.

Коллективное творческое дело выступает как поиск наилучшего решения какой-либо жизненно важной задачи и осуществляется, задумывается, планируется и оценивается сообща. Коллективные творческие дела (КТД) уже на протяжении десятилетий занимают своё особое место в сфере воспитания младших школьников. Эта технология, учитывает возрастные особенности детей, способствует развитию творческого потенциала, вызывает положительные эмоции к своим одноклассникам.

Методика КТД была разработана С.Т. Шацким в 1908-1911 годах в летней коммуне «Бодрая жизнь». В 1920-1930-х годах она получила своё развитие в практике А.С. Макаренко. В 1950-е годы в научной школе, руководимой И.П. Ивановым, она была детализирована до уровня технологии. Со времени разработки этой технологии авторским коллективом, руководимым И.П. Ивановым, прошло уже более 50 лет и естественно, что возникла необходимость переосмысления накопленного опыта. Целесообразно дополнить её новыми элементами, которые за последние десятилетия возникли в науке, прошли апробацию в школьной воспитательной практике и являются не только результативными, но и педагогически необходимыми компонентами современных воспитательных технологий. Сейчас коллективная творческая деятельность переживает свое второе рождение.

*Коллективное творческое дело* – КТД - коллективный поиск, планирование и творческая реализация поставленной цели.

*Коллективное* – потому, что это товарищеское, межличностное общение воспитателей и воспитанников.

*Творческое* – потому, что его надо делать не по шаблону, а по-новому, лучше, чем было.

*Дело* – потому, что его результат - общая польза и радость. (Иванов И.П., 2006).

О.С. Газман подмечает диалектику связи воспитания и поддержки, которая обусловлена возрастом детей. «Чем младше дети, тем больше воспитания. Чем старше, тем больше поддержки. Младшим нужны образцы, чтобы знать, что культивировать в себе. Подросткам нужна помощь, поддержка в том, чтобы понять себя, выбрать свой путь и добиваться успеха».

Следовательно, чтобы отвечать современным потребностям общества в профессионально грамотной реализации воспитательной функции, педагог-воспитатель должен в совершенстве владеть не только традиционной методикой КТД, но и учитывать разнообразие и нестандартные варианты этой технологии.

Существуют три основных типа КТД:

- представление;
- малое творческое дело (МТД);
- большое творческое дело (БТД) .

БТД требует предварительной подготовки, как от организаторов данного дела, так и от его участников. Как правило, организаторы дают задание участникам.

МТД не требует предварительной подготовки от участников – все задания, которые дают им организаторы, должны быть выполнимы непосредственно при проведении дела.

Представление вообще не подразумевает выдачи участникам заданий. Участников представления правильно называть зрителями.

Наиболее приемлемы игровые формы КТД: игры-путешествия, ролевые игры, игры-эстафеты и т.п.

Наиболее непросто осуществить с ребятами младшего школьного возраста коллективное целеполагание. Но и здесь возможно в той или иной мере привлечение их к обсуждению, выбору целей, деятельности, правил и норм коллективной жизни.

У детей младшего школьного возраста существует своеобразная система потребностей. Она включает в себя и те потребности, которые присущи всем людям (витальные, духовные, коммуникативные), и те, что свойственны детству (быть защищенным, успешным, получать разнообразные впечатления, играть).

В нашей школе КТД планируется и проводится в течение месяца, меняя названия и содержание каждый год. За последние три года в школе №14 «Зеленый шум» прошли КТД: «Первые шаги к здоровью», «Школа правильного питания», «Путешествие на планету Здоровья». Их разнообразие и периодичность позволяют учащимся реализовывать свои интересы и потребно-

сти, развивать интеллектуальные и творческие способности, социальное творчество. Данная система предполагает широкое участие каждого в выборе, разработке, проведении и анализе коллективных дел.

Каждому предоставляется возможность определить для себя долю, характер своего участия и ответственности. КТД позволяют создать в школе широкое игровое творческое поле, которое заключается в том, что каждый участник дела находится в ситуации придумывания, сочинительства, фантазии, т.е. создания чего-то нового. Выставки, организуемые почти всегда во время проведения коллективных творческих дел, демонстрируют широкий спектр творческих работ прикладного характера, начиная с рисунков, плакатов, газет, заканчивая поделками из различных материалов, макетами.

Что в себя включают коллективные творческие дела по здоровьесбережению?

1. Работа в тетради (рисование, наклеивание, работа с раздаточным материалом).

2. Работа с природным материалом.

3. Практическое занятие.

4. Дегустация по теме «Фруктовая копилка здоровья».

При организации работы в группах, в парах полюбились детям «рассуждалки», «объяснялки», «обсуждалки».

Для работ в парах использовала такие задания:

- расскажи товарищу, как ты выполняешь советы Доктора Природы;

- придумай загадку о цветке, ягоде и т.д.;

- игры в парах: один читает вопросы, другой - отвечает.

Очень заинтересовали меня и ребят такие методики, как «Обучение сверстников», «Мозаика», «Обучение практикой действия».

Суть методики «Обучение сверстников» заключается в том, что класс делится на группы. Каждая группа готовит ответ на свой вопрос, после десятиминутной подготовки группы отчитываются перед классом. Используются серии рисунков, практические действия.

Когда темы несложные и ребята могут получить знания самостоятельно, с минимальной помощью учителя, целесообразно использовать методику «Мозаика».

Так на занятии по теме «Домашний доктор на окошке» класс делится на 4 группы.

1 группа готовит рассказы о растениях по карточкам и иллюстрациям;

2 группа отвечает на вопросы о пользе комнатных растений;

3 группа выполняет практические действия (вытереть пыль, полить конкретное растение);

4 группа заучивает советы Доктора Природы.

Методику «Обучение практикой действия» применяю при изучении темы «Ну, простуда, берегись!». Ребята разыгрывают ситуацию, а затем обсуждают её (такие ситуации, игры с юмором увлекают ребят, заставляют думать, смеяться, реагировать).

Полюбили мои ученики коллективные игры «Да-нет», «Можно-нельзя». Увлёк ребят урок-суд по теме «Ядовитые растения». Одна группа - адвокаты - защищала растения, вторая - объясняла, третья - судьи - выносила приговор.

Завершал изучение темы конкурс или выставка рисунков.

Таким образом, ребята познакомились с различным поведением сказочных персонажей, разбирали и анализировали жизненные ситуации, на примере которых учились отличать поведение полезное для здоровья.

В результате, у детей воспитывалась ответственность за свои мысли, чувства, поступки, вырабатывались поведенческие навыки здорового образа жизни, причём не только накапливались сведения о здоровье, но и формировались умения применять свои знания в жизни:

- предупреждать простудные заболевания,
- правильно вести себя в природе,
- знать лекарственные и ядовитые растения,
- организовывать свой распорядок дня,
- одеваться в соответствии с погодой.

Дети подводились к мысли, что самое важное в жизни – здоровье, что именно они ответственны за состояние своего организма, и никто другой не позаботится о них лучше, чем они сами.

Главная цель КТД - создать условия для самореализации каждого ребёнка, для проявления и развития всех его способностей и возможностей.

Можно сказать, что коллективное творческое дело было и остаётся важнейшей формой работы в общеобразовательной школе, т.к. позволяет сделать процесс обучения и воспитания интересным, необычным; ведь именно КТД в наибольшей степени позволяет ребёнку раскрыть свою творческую индивидуальность, обрести друзей, уверенность в себе, приобрести организаторские навыки.

Формируя у младших школьников навыки здорового образа жизни, я пришла к выводу, что школа может и должна быть местом укрепления здоровья учащихся. А главная цель педагогической деятельности учителя-воспитание мотиваций, которые обеспечат активное и сознательное привлечение каждого ученика к процессу сохранения и укрепления здоровья физического, психического и духовного.

**М.Л. Кустова**

## **РЕАЛИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В КОНТЕКСТЕ КОМПЕТЕНТНОСТНОГО ПОДХОДА К ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТА**

Профессиональное образование XXI века в качестве приоритетов развития определяет переход от предметного обучения к межпредметно-модульному на компетентностной основе, обеспечивающему освоение профессиональных компетенций.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных способностей и умения осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей, организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

В связи с этим появилась необходимость в уточнении содержательных аспектов работы студентов в области здоровьесбережения, выявлении эффективных форм, методов, средств и технологий в образовательном процессе с целью развития профессиональных компетенций, т.к. выпускник должен быть готов к реализации здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе.

Данные основания обусловили выбор темы для обобщения педагогического опыта: «Реализация здоровьесберегающих технологий в контексте компетентностного подхода к подготовке специалиста».

Целью моей работы стало создание системы организации работы студентов направленной на достижение положительного результата в развитии профессиональных компетенций.

Для достижения данной цели мной были поставлены ряд задач:

1. Уточнить особенности формирования у студентов умения осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей в условиях компетентностного подхода к подготовке специалиста.
2. Разработать модель реализации здоровьесберегающих технологий в условиях колледжа.
3. Реализовать разработанную модель на практике.
4. Провести мониторинг эффективности реализации данной модели.

Компетентностная парадигма образования предполагает принципиально иную модель организации учебно-воспитательного процесса, связанную с постановкой студентом собственных образовательных задач, созданием им собственного образовательного продукта, с достижением студентом образовательного результата, имеющего практическое воплощение. Еще одной особенностью организации работы студентов на современном этапе является широкое использование информационно-коммуникационных технологий и современных технических средств. Всем известно, что интерактивная среда это привычная среда для студентов, а значит, она обладает большим потенциалом для развития познавательной и активности деятельности студентов. С учетом этого была разработана модель реализации здоровьесберегающих технологий в условиях колледжа.

Модель предусматривает различные уровни, виды, способы организации деятельности студентов, методы, приемы и инструменты осуществляющие такую работу.

Формирование знаний и умений в области сохранения здоровья предусматривается непосредственно в процессе аудиторных занятий по дисциплинам естественнонаучного цикла – на лекциях, семинарских занятиях, при выполне-

нии лабораторных работ, так и вне рамок расписания - на консультациях по учебным вопросам, при выполнении студентом учебных и творческих задач, при подготовке научно-исследовательских работ в рамках внеучебной работы студентов. Их выполнение осуществляется через различные методы и приемы, выбор которых зависит от дисциплины и этапа изучения курса.

Формирование у студентов потребности в пропаганде здорового образа жизни является важнейшим компонентом для реализации представленной модели. Однако, необходимо помнить, что она только тогда дает положительные результаты, когда определенным образом организована, т.е. представляет собой систему.

Как система, работа студентов должна удовлетворять определенным принципам:

- доступности;
- научности;
- творческой активности;
- индивидуальному подходу (время, темп работы);
- связи теории с практикой

Примерами организации такого рода деятельности является обмен опытом на студенческих научно-практических конференциях, открытых классных часах, реализация индивидуальных проектов при изучении дисциплин естественнонаучного цикла, участие в «Уроках здоровья» на базах практик, участие в волонтерском и тьюторском движении по направлению пропаганды здорового образа жизни у молодёжи .

Применение информационно коммуникационных технологий при реализации проектной деятельности в рамках реализации модели начинается с использования Интернет ресурсов, позволяющих студентам младших курсов не только получить необходимую информацию, но и научиться проектировать нестандартные уроки валеологического содержания. Так например, на одном их этапов открытого урока, при проведении первичного закрепления с проговариванием во внешней речи, я использовала видеовикторину, которая в сочетании с традиционной практической работой позволила более эффективно сформировать ключевые знания и умения на уроке.

Согласно представленной модели формирование умения здоровьесбережения студентов может быть организовано на репродуктивном, продуктивном, эвристическом и творческом уровнях.

Более высоким уровнем является творческий и моя модель позволяет провести студента от начального уровня до творческого.

Если на начальном этапе обучения реализации студентам предлагались задания репродуктивного характера (вспомнить определение, перечислить факторы, выбрать из текста и т.д.), то на конечном этапе задания носят исследовательский и творческий характер.

1. для продуктивного уровня:

- Изучить материалы лекции по дисциплине «Химия» «Белки, жиры и углеводы» и раскрыть вопрос содержания этих веществ в пище человека;

2. для эвристического уровня:

- Студентам предлагается спроектировать и провести динамическую паузу на уроке, используя технологии ИКТ.

3. для творческого уровня:

- Студентам предлагается проанализировать содержание статьи учебника образовательного компонента «Окружающий мир» для 2 класса по программе «Перспектива» «Будь здоров!» и спроектировать технологическую карту урока, указать особенности реализации этого занятия на практике, отметить важнейшие знания и умения в области здоровьесбережения, которые реализуются на этом уроке. Привести примеры ее возможного применения. Где данные умения могут пригодиться в жизни?

Эффективность результатов выстроенной и апробированной модели подтверждается следующими показателями:

– наличием интереса к познавательной деятельности по направлению здоровьесбережения;

– уровнем сформированности умений и навыков выполнения разных видов деятельности;

– степенью самостоятельности студентов в постановке и реализации целей мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни.

Анализ результатов деятельности студентов доказывает эффективность созданной модели, видна тенденция роста качества знаний студентов. Если на входном контроле, в начале учебного года качество знаний и умений в области сохранения здоровья составляло 41-48%, то по результатам итоговой диагностики оно составляло 62-66%.

Наиболее значимым показателем является тот факт, что к концу учебного года число студентов, выразивших желание заниматься творческой работой, выполнять исследовательские и проектные задания, возросло примерно в 1,7 раза по сравнению с количеством желающих на начало учебного года.

Доказательством эффективности данной модели являются и результаты участия моих студентов во Всероссийских и Региональных конкурсах.

Опыт реализации здоровьесберегающих технологий был представлен на II всероссийской конференции «Наша будущая школа. Модернизация образования: технологии, практики, опыт ведущих школ», на педагогическом Совете колледжа, на региональной научно-практической педагогической конференции «Актуальные проблемы здоровьесберегающего пространства: пути решения», и на региональной научно-практической конференции "Модернизация образования на компетентностной основе: опыт и результаты внедрения образовательных стандартов нового поколения" где получил положительную оценку. Основные теоретические положения и практические наработки нашли отражение в публикациях статей.

### **Список используемых источников**

1. Антропова М.В. Основы гигиены учащихся: Просвещение, 1971.

2. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе /авт.-сост. С.А. Цабыбин.-Волгоград: Учитель. 2009.

3. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии. М.: Просвещение, 1998. 4.Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей: Учеб. пособие / Под общ. ред. Н.В. Сократова.- М.: ТЦ Сфера, 2005

**Е.С. Лобова**

## **ЭЛЕМЕНТЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ**

Доктор Базарный создал систему педагогических технологий, позволяющих обучать детей, при этом сохраняя и укрепляя их здоровье. Уже сегодня в России и за ее пределами около 1000 образовательных учреждений работают по технологии Базарного. Особенность технологий доктора Базарного в их общей доступности, их внедрение не требует дополнительных материально - финансовых затрат. Все необходимое оборудование можно сделать своими руками.

Вместо традиционной сгорбленной сидячей позы - режим меняющихся поз, когда можно стоя и сидя работать в течение занятия, урока. Вместо сухих страниц учебника – экологические буквари. Вместо близорукого обучения, когда взгляд прокован к столу, поиск необходимой информации на большом расстоянии. Внедряем разработанные системы коллективных и индивидуальных тренажеров, повышающих активность различных органов чувств ребят, заставляющих их быть всё время в действии.

Владимир Федорович считает, что через физические усилия, активность чувств формируется человек, его здоровье, нравственное и физическое: «Ребёнок нормально растёт, когда он на ногах. Глаза его будут зоркими только в условиях постоянного зрительного поиска на просторе. Вот поэтому мы возвращаем детям весь диапазон запахов, звуков, цвета...детей поддерживаем на волне эмоциональной активности и естественного интереса...».

**Положительное влияние в использовании сенсорно-универсальных средств по методике Базарного В.Ф.:**

- на занятии учащиеся практически всё время находятся в движении;
- снимается зрительная утомляемость на уроках;
- снижается психическая утомляемость;
- снижается избыточная нервная возбудимость снижается агрессия.

**К основным методам и приемам, используемым в здоровьесберегающей технологии В. Ф. Базарного относят:**

А) Режим динамической смены поз (конторки, коврики для ног).

Б) Упражнения для расширения зрительных горизонтов (настенные картины).

В) Упражнения на зрительную координацию («сенсорные кресты»).

Г) Зрительно-координаторные тренажи, с помощью опорных зрительно-двигательных траекторий (офтальмотренажеры).



Д) Упражнения на мышечно-телесную координацию.

Обязательным элементом здоровьесберегающей организации урока, предотвращающим утомление учащихся является физкультминутка.

Физкультминутки положительно влияют на аналитико-синтетическую деятельность мозга, активизируют сердечно-сосудистую и дыхательные системы, улучшают кровоснабжение внутренних органов и работоспособность нервной системы.

**Виды методик, которые были проведены с учащимися (демонстрация видео)**

Зрительно-координаторные тренажи, с помощью опорных зрительно-двигательных траекторий (офтальмотренажеры - физминутка бабочка)

Упражнения на зрительную координацию (игра жмурки)

Упражнения на мышечно-телесную координацию: (физминутка, пальчиковая гимнастика)

**Вывод:**

Благодаря данной технологии достигается:

- Гарантированный, фиксируемый результат улучшения здоровья учащихся.

- Повышение уровня успеваемости и эффективности учебного процесса.

- Психологический комфорт в образовательном учреждении.

- Является самым эффективным способом профилактики нарушений в развитии позвоночника, близорукости, нервно-психических и сердечно-сосудистых стрессов, раннего остеохондроза и атеросклероза и другой сугубо школьной патологии.

- Повышает рейтинг и конкурентоспособность образовательного учреждения.

- Позволяет привлечь дополнительные средства родителей и спонсоров, путем включения родителей в общую задачу улучшение здоровья детей в стенах школы.

Работа по внедрению здоровьесберегающей технологии позволила нам, как учителям:

- увеличить плотность урока;

- повысить двигательную активность учащихся;

- улучшить физическое, нравственное состояние и их здоровье;

- обучить детей искусству сохранения и укрепления здоровья;

- повысить работоспособность, внимание, активность;

- оказывать стимулирующее влияние на психомоторную и умственную деятельность;

- у ребят отмечается устойчивый интерес к знаниям и успешно формируются навыки самоконтроля.

## ИГРА КАК ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ НА УРОКАХ РУССКОГО ЯЗЫКА

Проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения в последнее время стала объектом внимания медиков, педагогов, родителей, общественности.

Здоровье – это самое ценное, что есть у человека. Это бесценный дар, который нужно беречь и сохранять. Чтобы общество развивалось, процветало, ему нужны люди, здоровые духовно и физически. Думая о будущем, мы должны поддерживать здоровый образ жизни, воспитывать у детей правильное, ответственное отношение к своему здоровью.

Здоровье ребенка определяется той средой, в которой он находится. Современный школьник в возрасте от 6 до 17 лет большую часть времени бодрствования проводит в школе. Поэтому важнейшей задачей каждого педагога является изучение здоровьесберегающих технологий и использование их в своей деятельности.

Цель здоровьесберегающих технологий обучения – обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Урок – главная составная часть учебной деятельности. А русский язык – серьёзный и сложный предмет. На этом уроке учащимся приходится много писать, а потому учитель должен уделять особое внимание здоровьесбережению учеников.

Современный здоровьесберегающий урок русского языка должен воспитывать у учащихся желание вести здоровый образ жизни, учить чувствовать радость от каждого дня, настраивать школьников на положительные эмоции и позитивную самооценку.

Для создания благоприятного психологического климата и снятия эмоционального напряжения на уроках русского языка использую различные методы и приёмы.

**Имитативные**, или подражательные, игры, где имитация – это простое подражание произношению учителем звуков, слогов или слов. Основным приемом для закрепления произношения в ходе таких игр является чтение и заучивание скороговорок, пословиц, отрывков из стихотворений:

*Волки рыщут, пищу ищут.*

*Тащу, не дотащу, боюсь, что выпущу.*

**Мегаграммы** (из загаданного слова, заменяя одну букву другой надо получить новое):

*С глухим согласным мы его читаем,*

*Со звонким — в нем мы обитаем (том-дом)*

**Анаграммы** (путем перестановки букв в слове нужно образовать новые слова: *топот-ропот*).

**Урок-игра** проводится для обобщения и систематизации изученного материала (это могут быть викторины, КВНы, «Что? Где? Когда?», путешествия в страну знаний...)

**Игра «Кто больше?»**. Например, учащиеся должны подобрать как можно больше определений к имени существительному (*солнце, небо, земля...*). Данную игру можно использовать при изучении многих тем на уроках русского языка.

**Игра «Третье (четвёртое) лишнее»**. Слова в группы можно объединить в зависимости от морфемного состава, морфологических признаков, лексического значения, особенностей написания и прочего. Например, найдите «третье лишнее»:

*Неизменный, соломенный, доменный.*

*Кухонный, сезонный, революционный.*

*Лебединый, синий, воробьиный.*

**Ролевые игры**. При изучении существительных особую трудность при запоминании у учащихся вызывают варианты окончаний формы родительного падежа множественного числа (носков, сапог, чулок, апельсинов, мандаринов, помидоров и т. д.).

Предлагаем ученикам поиграть в «Магазин». Это игра-диалог, где один – продавец, другой – покупатель. Задача – использовать как можно больше слов данной группы.

Таким образом, если научить детей с раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, то можно надеяться на то, что будущее поколение будет более здоровым, развитым не только личностно, духовно, но и физически. Есть такая поговорка: «Деньги потерял – ничего не потерял, время потерял – многое потерял, здоровье потерял – всё потерял».

### Список используемых источников

1. Наш выбор – здоровье: досуговая программа, разработки мероприятий, рекомендации/авт.-сост. Н.Н. Шапцева. Волгоград: Учитель, 2009. – 184 с.
2. Новые здоровьесберегающие технологии в образовании и воспитании детей: [гендер. подход в обучении и воспитании: психол. аспект]/ С.Чубарова, Г. Козловская, В. Еремеева // Развитие личности.-№2.-С.171-187.
3. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2002. – с. 62.
4. Тверская Н.В. Здоровьесберегающий подход в развитии успешности ученика//Образование в современной школе.-2005.-№2.-С.40-44.
5. Универсальные дидактические материалы по русскому языку: Пособие для учащихся 5-6 классов Изд. 2-е, испр., доп. Пахнова Т. М., Дейкина А. Д. Издательство «Аркти», 2000 год

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ НА УРОКАХ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА

Для организации благоприятного климата на уроках английского языка, для более эффективного достижения практических, общеобразовательных и развивающих целей, поддержания мотивации обучаемых я использую на своих уроках элементы здоровьесберегающих технологий.

Прежде всего, стараюсь учитывать физиологические и психологические особенности детей и находить такие виды работы, которые снимают бы напряжение и усталость. Для этого включаю в урок зарядки-релаксации, в общей сложности отводя на них 3-5 минут урока.

### **Релаксация**

Релаксация - это расслабление после напряженной умственной деятельности.

Цель её - снять напряжение, дать детям небольшой отдых, вызвать положительные эмоции, хорошее настроение, что ведет к улучшению усвоения материала. Для релаксации могут быть использованы различного рода движения, игры, пение, танцы. При ее проведении не надо ставить перед учениками цель запомнить языковой материал. Релаксация должна освобождать ученика на какое-то время от умственного напряжения.

Вот некоторые элементы релаксации, которые я применяю на начальном этапе обучения.

### **I. Зарядка с использованием движения, песен, танца**

Эта форма релаксации основана на том, что мышечное движение снимает умственное напряжение, а музыка и слово, выступая в единстве, воздействуют на чувства и сознание ребят. Кроме того, у детей нередко наблюдаются нарушение чувства ритма и темпа, скорость движений, общая моторная неловкость. Ниже приводится пример такой зарядки.

Teacher: Stand up, please.

Hands up, hands down,

Hands on hips, sit down,

Hands to the sides,

Bend left, bend right.

Hands on hips,

One, two, three, hop, hop, hop,

One, two, three, stop!

Первое время такую зарядку я провожу сама, далее это делают ученики, но необходимо следить за тем, чтобы движение выполнялись четко, красиво. Подобные упражнения прекрасно развивают эстетический и музыкальный вкус.

Использование физкультминуток мотивирует предстоящую деятельность учащихся, формирует положительный настрой на восприятие и усвоение учебного материала, создает атмосферу, в которой каждый ученик класса

чувствует себя комфортно и раскованно, не боясь и не стесняясь говорить по-английски, снимает напряжение и восстанавливает работоспособность не только учеников, но и учителя.

## **II. Игра**

Одной из важнейших форм релаксации является игра. Но не игра на личное или командное первенство, не конкурсы, требующие мобилизации умственных сил, а игра, способствующая отдыху, вызывающая положительные эмоции, легкость и удовольствие.

Учащиеся младшего возраста должны иметь возможность играть на уроках. Игра для них не только разрядка, но и способ познания окружающего мира. Она помогает детям быстрее и легче усваивать изучаемый материал.

### **Игра-пантомима**

а) При изучении алфавита изобразить букву (нарисовать букву в воздухе головой или движениями частей тела). Ученик у доски выполняет это задание, а учащиеся отгадывают букву алфавита.

б) При изучении темы 'My pet' изобразить животное движением, мимикой, голосом, жестами.

в) При изучении темы 'My day' изобразить действия, которые выполняются обычно в течение дня.

Подобные игры используются как способ развития координации рук и ног, других частей тела, пространственно-временных ориентировок, вызывают положительные эмоции на уроках.

## **III. Песня на уроке**

Хорошим видом релаксации является песня, которая не только предоставляет учащимся возможность отдохнуть, но и служит для формирования фонетических, лексических, грамматических навыков.

В целях релаксации можно и слушать, и различать, и исполнять песни. Пение активизирует функции голосового и дыхательного аппаратов, повышает интерес к предмету, развивает музыкальный слух и память, снижает утомляемость за счет эмоционального настроения.

Вот несколько способов, которые помогут сделать процесс разучивания песен, стихов и рифмовок более увлекательным и эффективным.

а) «Слушай и делай». Дети встают в круг. Учитель включает запись песни и демонстрирует движения. Во время второго прослушивания дети могут демонстрировать движения самостоятельно. Иногда некоторые дети выполняют движения, но не поют. Другим детям бывает трудно одновременно петь и координировать движения. Для того чтобы все дети пели и выполняли движения, необходимо прослушать песню несколько раз.

б) Инсценирование. Все песни, стихи и рифмовки имеют сюжет, и их рекомендуется инсценировать, создавая, таким образом, комфортную атмосферу на уроке. Учитель распределяет роли, и дети их исполняют. Они могут приготовить простые костюмы, маски и т.д., чтобы представление было реалистичным.

## **IV. Шутливые истории на уроке**

Необычным раздражителем, вызывающим непровольную реакцию учащихся и способствующим снятию напряжения, является смех. В УМК «Английский в фокусе» («Spotlight») в конце каждого модуля помещены комиксы, написанные современным разговорным языком.

Таким образом, использование здоровьесберегающих технологий играет большую роль в жизни каждого школьника, позволяет легче и успешнее овладеть необходимыми знаниями на уроке, преодолеть трудности, достичь цели и задач обучения иностранному языку.

И в заключение хочу заметить, что создание и организация здоровьесберегающего урока — это достаточно сложный и творческий процесс, требующий от учителя знаний психологии, физиологии, гигиены и других наук. Для снятия напряжения недостаточно проводить специальную релаксацию, необходимо, чтобы всегда весь урок проходил непринужденно, чтобы тон у учителя был бодрым и дружелюбным, а для учащихся создавалась бы приятная, располагающая к занятиям обстановка.

**Е.С. Носова,  
Л.А. Бабенко**

## **КОРРЕКЦИОННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В ДЕТСКОМ САДУ В СООТВЕТСТВИИ С ФГОС ДО**

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать нам, педагогам дошкольных учреждений. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. Исходя из принципа “здоровый ребенок – успешный ребенок”, считаю невозможным решение проблемы воспитания социально адаптированной личности без осуществления системы мероприятий по оздоровительной работе и физическому воспитанию детей. Поэтому в настоящее время в качестве одного из приоритетных направлений педагогической деятельности выделяется применение в условиях детского сада здоровьесберегающих технологий, без которых немислим педагогический процесс современного детского сада.

**Здоровьесберегающие технологии** в дошкольном образовании - технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования - задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

**Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании**

- медико-профилактические;

- физкультурно-оздоровительные;
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
- здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов дошкольного образования;
- валеологического просвещения родителей; здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

**I. Что же включают в себя понятия **здоровье** и **здоровьесберегающие технологии**?**

Выделяются три группы **здоровьесберегающих технологий**.

**1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья:** ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая.

**2. Технологии обучения здоровому образу жизни:** физкультурное занятие, проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия, коммуникативные игры, беседы из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж.

**3. Коррекционные технологии:** арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика.

#### **Направления работы по здоровьесбережению в ДОУ**

- Интеграция задач физкультурно-оздоровительной работы в различные виды совместной деятельности;
- Внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс ДОУ;
- Разнообразие форм физкультурно - досуговой деятельности с дошкольниками;
- Формирование привычки к здоровому образу жизни у дошкольников, педагогов и родителей;
- Совершенствование физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка;
- Выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительной работы;
- Обеспечение физического и психического благополучия каждого ребёнка в ДОУ.

В настоящее время анализ тематической литературы показывает о многих имеющих место здоровьесберегающих технологиях. В ДОУ чаще всего используют здоровьесберегающие технологии по следующим направлениям (далее речь пойдет о педагогических здоровьесберегающих технологиях):

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья.
2. Технологии обучения здоровому образу жизни.

### 3. Коррекционные технологии.

педагогические	здоровьесберегающие	технологии
Технологии сохранения и стимулирования здоровья	Технологии обучения здоровому образу жизни	Коррекционные технологии
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Стретчинг</li> <li>- Динамические паузы</li> <li>- Подвижные и спортивные игры</li> <li>- Релаксация</li> <li>- Гимнастика (пальчиковая, для глаз, дыхательная и др.)</li> <li>- Гимнастика динамическая, корригирующая, ортопедическая</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Физкультурные занятия</li> <li>- Проблемно-игровые: игротренинги, игротерапия</li> <li>- Коммуникативные игры</li> <li>- Серия занятий «Уроки здоровья»</li> <li>- Точечный самомассаж</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Технологии музыкального воздействия</li> <li>- Арт-терапия</li> <li>- Сказкотерапия</li> <li>- Технологии воздействия цветом</li> <li>- Психогимнастика</li> <li>- Фонетическая ритмика</li> </ul>

II. Использование **коррекционных здоровьесберегающих технологий** в группе.

У детей нашей группы обнаруживается сочетание нарушения речи, развития психических процессов (*память, внимание, мышление*) и эмоциональной сферы. В связи с этим у детей часто наблюдаются трудности в общении со сверстниками, многие из них гиперактивны или наоборот зажатые. Дети нуждаются в постоянной эмоциональной поддержке со стороны взрослых, которая необходима им для преодоления эмоциональных барьеров общения. Для этого мы используем **коррекционные здоровьесберегающие технологии**.

В нашей группе созданы условия **здоровьесберегающего** процесса воспитания и развития детей, основными из которых являются: организация разных видов деятельности детей в игровой форме, оснащение деятельности детей оборудованием, игрушками, играми, игровыми упражнениями и пособиями.

Вся эта **работа** осуществляется комплексно, в течение всего дня и с участием медицинских и педагогических **работников**: воспитателя, музыкального руководителя, логопеда.

Цель **коррекционных здоровьесберегающих технологий**: снятие психоэмоционального напряжения детей.

#### **Сказкотерапия**

Используем для психотерапевтической и развивающей **работы**. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание. В своей **работе** чаще используем авторские сказки, т. к. в них есть много поучительного. Сказки не только читаем, но и обсуждаем с **детьми**. Дети очень любят *«олицетворять»* их, обыгрывать. Для этого используем кукольный театр, ролевые игры, в которых дети перевоплощаются в разных сказочных героев.

#### **Технологии** музыкального воздействия



Широко используем музыку для сопровождения НОД детей (изодеятельность, конструирование, ознакомлению с окружающим миром, а также в качестве вспомогательного средства как часть других **технологий**, для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения.) Спокойная музыка, вызывающая ощущения радости, покоя, любви, способна гармонизировать эмоциональное состояние маленького слушателя, а также развивать концентрацию внимания. Музыка Баха, Моцарта, Бетховена оказывает антистрессовое воздействие, создаёт положительный эмоциональный фон (*снятие фактора тревожности*); стимулирует двигательные функции; развивает и **корректирует** двигательные процессы (*ощущения, восприятия, представления*) и сенсорные способности; растормаживает речевые функции.

### **Арттерапия**

Используем в **работе приёмы изотерапии**, такие как: красочная живопись с помощью пальцев, оттиск сухими листьями, рисование по мокрой бумаге, пастельными мелками (проступающий рисунок, пластилинография, рисование нитью, живопись с помощью пальцев на крупе (манка, отпечатки рук на прохладном, теплом песке (*в тёплое время года*)).

Такие упражнения помогают снять у детей нервное напряжение и подключить внутренние резервы организма.

### **Игротерапия**

Игра имеет сильное влияние на развитие личности ребенка, способствует развитию общения, коммуникации, созданию близких отношений, повышает самооценку. В игре формируется произвольное поведение ребенка, его социализация. Мы используем игры как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате – со средней степенью подвижности. Игры подбираем в соответствии с возрастом детей, местом и временем ее проведения.

### **Релаксация**

Для психического **здоровья** детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения. Наша задача состоит в том, чтобы научить детей ощущать свои эмоции, управлять своим поведением, слышать своё тело. С этой целью в своей **работе** мы используем специально подобранные упражнения и этюды на расслабление определенных частей тела и всего организма. Для этой **работы** используем спокойную, классическую музыку (Чайковский, Рахманинов, звуки природы).

### **Логоритмика.**

Систематически вводя элементы логоритмики мы убедились, что синтез слова, музыки и движения помогают воспитывать в детях активность, уверенность в себе, своих силах. Чередование различных средств логоритмики требует от детей внимания, **сообразительности**, быстроты реакции, организованности, а это совершенствует координацию движений, способствует развитию артикуляции, слухового внимания и зрительной ориентировки.

Речевые упражнения стараемся подбирать так, чтобы дети могли соотнести движения рук, ног, туловища с ритмом речи.

### **Психогимнастика.**

Чтобы научить детей сдерживать, контролировать свои эмоции, мы используем упражнения на расслабление, снятие напряжения, создание игровой ситуации. Упражняем детей в умении изображать выразительно и эмоционально отдельные эмоции, движения. Психогимнастика помогает детям преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других, снимать психическое напряжение, дает возможность самовыражения.

### **III. Вывод:**

**Использование здоровьесберегающих технологий в коррекционной работе способствуют:** снижению уровня заболеваемости; развитию общей и мелкой моторики, повышению речевой активности; улучшению внимания, памяти, восприятия; умению видеть, слышать, рассуждать; коррекции поведения и преодолению психологических трудностей; снятию эмоционального напряжения и тревожности.

**Л.В. Обьедкова**

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ МАТЕМАТИКИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ОВЗ**

Мир, в котором живёт и воспитывается человек, характеризуется постоянным обновлением информации, он динамичен и изменчив. Такие условия диктуют маленькому человеку необходимость видеть свои цели, проявлять инициативу, проектировать, выстраивать социальные связи. И, нам, взрослым необходимо помочь ему в этом, применяя в учебно-воспитательной деятельности инновационные технологии.

Однообразие уроков приводит к снижению уровня познавательной активности учащихся, нежеланием работать самостоятельно. Только творческий подход к построению урока, его неповторимость, насыщенность многообразием примеров, методов и форм могут обеспечить эффективность. В современных условиях использование инновационных технологий позволит повысить степень активности школьников и привлечь их внимание, усилить мотивацию к обучению.

Уроки с использованием инновационных технологий не только расширяют и закрепляют полученные знания, но и в значительной степени повышают творческий и интеллектуальный потенциал обучающихся.

В нашем учреждении используются следующие современные образовательные технологии:

- информационно-коммуникационные технологии;
- технологии уровневой дифференциации и индивидуализации;
- личностно-ориентированные технологии обучения;
- игровые технологии;
- тестовые технологии;
- здоровьесберегающие технологии.

Школьное образование в наши дни предъявляет большие требования к здоровью учащихся. Здоровье – это состояние полного физического, духовного и нравственного благополучия. Поэтому сейчас, как никогда, актуальны здоровьесберегающие технологии в учебно-воспитательном процессе.

В школе-интернате обучаются дети с интеллектуальными нарушениями. Это дети, для которых характерен основной общий недостаток – нарушение зрения и сложных форм познавательной деятельности. Эмоционально-волевая сфера этих учащихся тоже в ряде случаев нарушена, что проявляется в примитивности чувств и интересов, недостаточной выразительности и адекватности эмоциональных реакций, слабости побуждений их к деятельности.

Поэтому приоритетным направлением в работе учителя считается использование здоровьесберегающих технологий, что ведёт к положительному результату обучения и развития детей с ОВЗ и сохранению их здоровья.

Систематическое применение здоровьесберегающих технологий на уроках математики позволяет учащимся снимать физическую напряжённость и усталость, стимулировать умственную работоспособность школьников с особыми образовательными потребностями. Основным результатом применения здоровьесберегающих технологий является создание и развитие здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды в классе.

Использование данных технологий позволяет равномерно во время урока распределять различные виды заданий, чередовать мыслительную деятельность, определять время подачи сложного учебного материала, выделять время на проведение самостоятельных и контрольных работ, нормативно применять ТСО, что даёт положительные результаты в обучении.

Дети с нарушением интеллекта с трудом включаются в процесс урока: поверхностно воспринимают учебный материал, не всегда выполняют самостоятельные задания без специальной помощи, быстро утомляются. Они затрудняются анализировать, обобщать, систематизировать и классифицировать. Остро реагируют на неудачи, отличаются неустойчивостью эмоционально-волевой сферы, перепадами настроения. Только правильная организация урока оказывает большое влияние на функциональное состояние организма детей и их работоспособность.

Качественное усвоение математики детьми с интеллектуальными нарушениями невозможно без целенаправленной коррекционной работы. Уроки планируются так, чтобы по возможности сокращать виды работ, требующих зрительного напряжения. Необходимо привлекать детей воспринимать материал на слух, а для некоторых даже опираться на осязание, тактильную чувствительность. На уроках используются элементы здоровьесберегающей технологии В.Ф. Базарного, позволяющей обучать детей, при этом сохранять и укреплять их здоровье.

Учитывая физиологические особенности каждого ученика, применяются специальные конторки с наклонной поверхностью. Конторки позволяют ребёнку самостоятельно регулировать свою активность. Занятия проводятся в режи-

ме смены динамических поз. Происходит смена позы детей: на уроке дети за столами могут работать сидя, стоя.

Очень важно на уроке проводить профилактические упражнения для глаз. Для расслабления зрительных мышц и тренировки глазодвигательных мышц на уроках математики применяется офтальмотренажёр «восьмёрка». Данный тренажёр расслабляет, снимает психическую утомляемость, улучшает чувство гармонии и ритма, развивает зрительно-ручную координацию. Дополнением к гимнастике для глаз используются упражнения на мышечно-телесную координацию. Урок проводится в режиме движения наглядного материала, постоянного поиска и выполнения активизирующих внимание детей заданий. Всевозможные карточки могут оказаться в любой точке класса. Дети ищут их, тем самым переключают зрение с ближнего на дальнее расстояние и наоборот. Данное упражнение оказывает благоприятное влияние на развитие зрительно-моторной реакции, скорость ориентации в пространстве. У детей развивается зрительно-двигательная поисковая активность, а также зрительно-ручная телесная координация.

Для детей с ОВЗ особую важность имеет спокойное завершение урока: обучающиеся имеют возможность задать учителю вопросы, учитель может прокомментировать их работу на уроке, задание на дом, попрощаться с обучающимися.

Критериями удачного, с точки зрения здоровьесбережения, урока является:

- отсутствие усталости у учащихся и педагога;
- положительный эмоциональный настрой;
- удовлетворение от выполненной работы;
- желание продолжить работу.

Вызывая интерес и прививая любовь к математике с помощью здоровьесберегающих технологий, учитель помогает ученикам активно действовать с учебным материалом, пробуждать у них стремление совершенствовать способы вычислений и решения задач. А это очень важное условие для учащихся с ОВЗ осознано усваивать учебный материал на уроках математики.

### **Список используемых источников**

1. Севостьянова В.М. Особенности обучения математике слепых и детей с остаточным зрением // Воспитание и обучение детей с нарушением зрения. 2009. № 3. С. 34 – 36.

2. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие технологии в работе учителя и школы. М.: АПК и ПРО, 2002. С. 121.

3. Базарный В.Ф. Нервно-психическое утомление учащихся в традиционной школьной среде. Сергиев Посад, 1995. С. 41.

4. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. М.: АРКТИ, 2005. С. 320.

## МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ПРИЕМА МЯЧА С ПОДАЧИ В ВОЛЕЙБОЛЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ 6 КЛАССА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

В современной жизни все больше использование занятий физическими упражнениями направлено не на достижение высоких результатов, а на повышение их оздоровительного влияния на широкие массы населения. Для решения такой глобальной проблемы наиболее эффективными средствами являются, прежде всего, спортивные игры [1].

Занятия волейболом – весьма эффективное средство укрепления здоровья и физического развития. При правильной организации занятий волейболом способствует укреплению костно-мышечного аппарата и совершенствованию всех функций организма. Разнообразие двигательных навыков и действий, различных по координационной структуре и интенсивности, способствуют развитию всех физических качеств: силы, быстроты, ловкости, выносливости.

Волейбол как средство физического воспитания широко распространен в различных звеньях физкультурного движения. Так, школьники занимаются волейболом на классных уроках, так как он включен в содержание школьной программы по физической культуре, что подчеркивает не только его большую оздоровительную направленность, но и важное прикладное значение. Так же, школьники занимаются волейболом и в секциях школьных коллективов физической культуры и в ДЮСШ [2].

Отличительной чертой, характеризующей систему занятий на современном этапе её развития, является переход этой системы на научно-управляемую основу. Сами же занятия волейболом представляют собой сложную управляемую систему с большим количеством составляющих частей.

Одной, из наиболее важных среди них является техническая подготовка. С 5 класса начинается обучение техническим действиям в волейболе. Находясь в постоянном поиске, учителя и научные работники изыскивают пути и возможности технического совершенствования занимающихся в различных видах спорта, в том числе и в волейболе [4].

Овладение школьниками техникой игры в совершенстве имеет решающее значение в достижении высокого мастерства и результатов в ответственных соревнованиях. Это одна из центральных задач в системе подготовки на уроках волейбола. Процесс этот сложный, он требует длительной кропотливой работы еще в детском возрасте, поэтому техническая подготовка в структуре занятий занимает большое место.

В процессе обучения и совершенствования техники игроки добиваются прочного овладения приемами игры. При этом очень важно обеспечить надежность навыков выполнения технических приемов как в обычных, так и в сложных условиях игры.

Последовательное освоение технического арсенала и его совершенствование на протяжении многолетней подготовки – это прочный фундамент спор-

тивного мастерства школьника, естественно, в сочетании с другими компонентами подготовки. Упустив возможности освоить технический арсенал в период многолетней подготовки, начиная с детского возраста, устранить этот пробел нельзя [3].

Таким образом, стратегическая задача для темы «Волейбол» в VI классе включает в себя тему выпускной квалификационной работы «Методика обучения приема мяча с подачи в волейболе обучающихся 6 класса на уроках физической культуры».

**Объект исследования:** является учебно-воспитательный процесс с обучающимися 6 класса на уроках физической культуры.

**Предмет исследования:** является обучение технике приема мяча с подачи в волейболе обучающихся 6 класса на уроках физической культуры.

**Цель исследования:** разработать методику обучения технике приема мяча с подачи в волейболе обучающихся 6 класса на уроках физической культуры.

**Гипотеза исследования:** эффективность овладения технике приема мяча с подачи в волейболе, будет зависеть от использования разработанной методики обучения.

**Задачи исследования:**

1) Изучить научно-методическую литературу по проблеме обучения приему мяча в волейболе на уроках физической культуры;

2) Определить уровень освоения технике приема мяча с подачи в волейболе у обучающихся 6 класса на уроках физической культуры;

3) Экспериментально обосновать разработанную методику обучения технике приема мяча с подачи в волейболе у обучающихся 6 класса на уроках физической культуры.

**Методы исследования:**

1. Анализ научно-методической литературы.

2. Педагогическое тестирование.

3. Математико-статистический анализ.

**Организация исследования** проходила в три этапа в период с сентября 2021г по май 2022г года на базе МАОУ «СШ №2», г. Михайловка, Волгоградской области.

Исследование осуществлялись в три этапа:

**1 этап:** цель – анализ учебно-методической литературы.

Обзор учебно-методической литературы позволил собрать и проанализировать источники по данной проблеме.

**2 этап** – педагогическое тестирование и эксперимент.

Тестирование проводилось для определения уровня освоения техники приема с подачи мяча в волейболе среди учащихся 6х классов на уроках физической культуры. Второй этап предполагал проведение основного эксперимента, в ходе которого на протяжении 6 месяцев под наблюдением были 2 класса среднего школьного возраста в количестве 30 человек. В экспериментальный класс (входило 15 человек) у которых во время уроков физической культуры

использовались средства для развития техники приема мяча с подачи в волейболе. В контрольный класс (входило 15 человек) которые занимались по общепринятой программе физической культуры в общеобразовательной школе.

**На третьем этапе** статистическая обработка данных группы проводилась с помощью ручной обработки результатов тестирования. Перед проведением эксперимента мы провели тестирование с целью определения их исходного уровня развития техники приема мяча с подачи. Результаты тестирования на начала эксперимента в контрольном ба классе по каждому тесту:

- Прим подачи из зоны 5 в зону 2 на точность показал, что на «5» - 1 чел (10%), на «4» - 3 чел (30%), «3» - 6 чел (60%);

- Прием подачи из зоны 6 в зону 3 на точность показал, что на «5» - 1 чел (10%), на «4» - 1 чел (10%), на «3» - 5 чел (50%), на «2» - 3 чел (30%);

- Прием подачи из зоны 1 в зону 4 на точность показал, что на «5» - 0 чел (0%), на «4» - 1 чел (10%), «3» - 6 чел (60%), на «2» - 3 чел (30%).

В экспериментальном бб классе исходный уровень по каждому тесту:

- Прим подачи из зоны 5 в зону 2 на точность показал, что на «5» - 2 чел (20%), на «4» - 4 чел (40%), «3» - 4 чел (40%);

- Прием подачи из зоны 6 в зону 3 на точность показал, что на «5» - 3 чел (30%), на «4» - 1 чел (10%), на «3» - 4 чел (40%), на «2» - 2 чел (20%);

- Прием подачи из зоны 1 в зону 4 на точность показал, что на «5» - 1 чел (10%), на «4» - 1 чел (10%), «3» - 5 чел (50%), на «2» - 3 чел (30%).

У учащихся практически одинаковый уровень развития технической подготовленности. Достоверных различий между классами обнаружено не было.

После обработки результатов исходного тестирования, в организацию учебного процесса экспериментального класса, были включены примерные упражнения, подвижные игры и эстафеты на развитие приема мяча с подачи, смотреть приложение.

После эксперимента, провели повторное тестирование, которое показало, что в контрольном ба классе по каждому тесту:

- Прим подачи из зоны 5 в зону 2 на точность показал, что на «5» - 2 чел (20%), на «4» - 4 чел (40%), «3» - 4 чел (40%);

- Прием подачи из зоны 6 в зону 3 на точность показал, что на «5» - 2 чел (20%), на «4» - 2 чел (20%), на «3» - 6 чел (60%), на «2» - нет;

- Прием подачи из зоны 1 в зону 4 на точность показал, что на «5» - нет, на «4» - 1 чел (10%), «3» - 7 чел (70%), на «2» - 2 чел (20%)

В экспериментальном бб классе по каждому тесту:

- Прим подачи из зоны 5 в зону 2 на точность показал, что на «5» - 4 чел (40%), на «4» - 4 чел (40%), «3» - 2 чел (20%);

- Прием подачи из зоны 6 в зону 3 на точность показал, что на «5» - 3 чел (30%), на «4» - 3 чел (30%), на «3» - 4 чел (40%), на «2» - нет;

- Прием подачи из зоны 1 в зону 4 на точность показал, что на «5» - 1 чел (10%), на «4» - 2 чел (20%), «3» - 6 чел (60%), на «2» - 1 чел (10%).

В свою очередь, сравнительный анализ данных тестирования до и после эксперимента позволил сделать следующее заключение:

В контрольном ба классе результаты показывают, что по тестам:

- Прием подачи из зоны 5 в зону 2 на точность 5-ок стало > на 10%, 4-ок > на 10%, 3-ок < 20%, 2ек нет;

- Прием подачи из зоны 6 в зону 3 на точность 5-ок стало > на 10%, 4-ок > на 10%, 3-ок > на 10%, 2ек < 30% (нет);

- Прием подачи из зоны 1 в зону 4 на точность 5-ок нет, 4-ок > на том же уровне 10%, 3-ок > на 10%, 2ек < на 10%.

В экспериментальном бб классе результаты показывают, что по тестам:

- Прием подачи из зоны 5 в зону 2 на точность 5-ок стало > на 20%, 4-ок на том же уровне 40%, 3-ок < 20%, 2ек нет;

- Прием подачи из зоны 6 в зону 3 на точность 5-ок на том же уровне на 30%, 4-ок > на 20%, 3-ок > на том же уровне 40%, 2ек < 20% (нет);

- Прием подачи из зоны 1 в зону 4 на точность 5-ок на том же уровне 10%, 4-ок > на 10%, 3-ок > на 10%, 2ек < на 20%.

В ходе проведенного исследования пришли к выводу, что подобранные упражнения, подвижные игры и эстафеты способствует развитию технике приему мяча с подачи в волейболе. Тем самым экспериментально обосновали тему исследования «Методика обучения приема мяча с подачи в волейболе обучающихся б класса на уроках физической культуры».

### **Список используемых источников**

1. Колодницкий, Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол. Пособие для учителя и методистов. – М.: Просвещение, 2011. – 77 с.

2. Клещев, Ю.Н., Фурманов А.Г. Юный волейболист. – М.: Физкультура и спорт, 1979 – 229 с.

3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин, А.В. Лексаков; под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – М.: Академия, 2004 – 400с.

4. Хапко, В.Е. Волейбол – юным. / В.Е. Хапко. – Киев: Здоровья, 1987. – 120с.

**Л.М. Садкова**

## **ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА В ПРОЦЕССЕ РЕАЛИЗАЦИИ НОВЫХ ОРГАНИЗАЦИОННЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ ПРОВЕДЕНИЯ УРОКОВ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА**

Модернизация системы профессионального образования предполагает разработку и введение в педагогическую практику не только элементов нового содержания (ориентация на требования чемпионата «Молодые профессионалы» (WSR)), но и здоровьесберегающих образовательных технологий.



В нашем колледже при обновлении содержания дисциплин и междисциплинарных комплексов идет освоение и новых форм организации учебных занятий, где существенно изменяется отношения между педагогом и обучающимися с позиций здоровьесберегающего обучения.

Потенциал студента с можно научиться использовать. Во-первых, для этого потребуется внимание к потребностям студента, без реализации которых он не сможет получить нужную информацию. Во-вторых, одним из важных правил работы с учениками является принцип «опоры на сохранные звенья». Иными словами, взаимодействуя со студентом, необходимо собрать информацию не столько о том, что он не может, сколько изучить то, что ему удастся.

При проведении занятий по междисциплинарным курсам 01.06. Методика обучения продуктивным видам деятельности с практикумом (МДК. 01.06.) и МДК. 02.03. Теоретические и методические основы организации ПВД детей дошкольного возраста (МДК.02.03), МДК.02.04. Практикум по художественной обработке материалов и изобразительному искусству (МДК.02.04) преподаватель уже не транслирует знания, а становится организатором, руководителем и соучастником учебного процесса.

Таким образом, выстраивается диалог с обучающимися и создаются условия не только для формирования личности ученика, способной к дальнейшему саморазвитию, самообразованию, взаимодействию и сотрудничеству, личности творческой и активной, но и для осуществления здоровьесберегающего обучения.

К технологиям здоровьесберегающего обучения относятся организационные формы обеспечивающие педагогически эффективное познавательное общение, при которых организуется взаимодействие учителя и обучающихся на основе на учебных игр и профессиональных ситуациях, выстроенных с учетом возможностей студентов.

В настоящее время все более актуальным в образовательном процессе становится использование в обучении приемов и методов, которые позволяют обучать студентов на основе здоровьесберегающих технологий[1].

Данная задача решается на уроках изобразительного искусства в педагогическом колледже.

Учитель начальных классов и воспитатель в дошкольном образовательном учреждении должен создавать условия для развития творческих способностей младших школьников и дошкольников. Об этом идет речь и в Федеральном государственном образовательном стандарте и начального общего образования, и дошкольного образования. Уроки изобразительного искусства и занятия по продуктивным видам деятельности, необходимо проектировать так, чтобы предоставлялась возможность для развития творческих способностей каждого обучающегося и дошкольника. Этого всего можно добиться, используя на уроках изобразительного искусства различные организационные формы. Для развития творческих способностей младших школьников и дошкольников педагогу необходимо осуществлять поиск новых организационных форм и методов проведения уроков [2].

Занятия по междисциплинарному курсу 01.06. Методика обучения продуктивным видам деятельности с практикумом (МДК. 01.06.) и МДК. 02.03. Теоретические и методические основы организации ПВД детей дошкольного возраста (МДК.02.03), МДК.02.04. Практикум по художественной обработке материалов и изобразительному искусству (МДК.02.04), позволяют будущим учителям начальных классов и воспитателям дошкольных образовательных учреждений изучить различные организационные формы проведения уроков изобразительного искусства в начальной школе и занятий по продуктивным видам деятельности в ДОУ [3].

Одной из эффективных организационных форм с позиций здоровьесберегающего обучения и развития творческих способностей как дошкольников и обучающихся начальных классов, так и будущих педагогов является творческая мастерская. Творческая мастерская является технологией, предполагающей установку непосредственных отношений между преподавателем и обучающимися. Поэтому на занятиях по МДК. 01.06., МДК.02.03., МДК.02.04. важное место отводится формированию готовности будущих учителей и воспитателей работать сначала самим, а в дальнейшем в период производственной практики и профессиональной деятельности методически грамотно организовывать работу дошкольников и младших школьников в формате творческой мастерской.

Целью творческой мастерской является предоставление:

- 1) студентам с ОВЗ обучаться в психологически комфортном режиме,
- 2) каждому из студентов оптимальных возможностей в личностном становлении и самореализации.

Результатом общения на таких занятиях является создание дидактических условий для переживания обучающимися ситуации успеха в процессе учебной деятельности и взаимообогащения их мотивационной, интеллектуальной и других сфер.

При планировании интерактивных уроков по курсу изобразительного искусства учитывается то, что содержание образования по данному МДК имеет сравнительно небольшую теоретическую составляющую, что вынуждает отказаться от некоторых форм интенсификации, но представляет благоприятные условия для применения творческих заданий.

Содержание и логика деятельности по развитию творческих способностей будущих педагогов представлена тремя направлениями.

Организация занятий в форме творческой мастерской предполагает проведение взаимосвязанных этапов: проблемная беседа, деление студентов на малые группы: по 4-5 человек, знакомство с заданием, выполнение задания, самоанализ, взаимооценка, рефлексия творческой мастерской.

Первый этап организации творческой мастерской направлен на акцент целей занятия. Он должен обеспечить активность студентов в учебном процессе.

Во время проведения проблемной беседы необходимо мотивировать студентов не только на достижение высокого уровня усвоения содержания пред-

мета, но и развитие профессионально значимых качеств личности учителя начальных классов.

На втором этапе группа студентов делится на подгруппы с учетом индивидуальных особенностей обучающихся, для решения конкретных учебных задач. Состав групп непостоянен, он меняется для выполнения каждого нового задания.

На третьем этапе проходит инструктаж о последовательности практической работы и раздача дидактического материала по подгруппам. Необходимо каждой малой группе давать своё, определенное творческое задание. Задание составляется и выполняется так, чтобы можно было оценить вклад каждого участника группы.

На четвертом этапе студенты знакомятся с материалом, планируют работу в группе, выполняют творческое задание.

На пятом и шестом этапах организуется обсуждение индивидуальных результатов работы в подгруппе (самоанализ, взаимооценка).

На этапе рефлексии творческой мастерской сообщаются результаты работы в группах, проводится анализ познавательной задачи и делается общий вывод о групповой работе и достижении поставленной задачи.

Темы творческих мастерских:

1. Изучение народных художественных промыслов России (Палех, Полхов-Майдан, Жостово, Дымково, Городец, Гжель, Хохлома) [3].

2. Проектирование урока изобразительного искусства для начальной школы по вариативным программам.

Основой активного получения новых знаний в мастерской является творческая деятельность каждого студента и осознание закономерностей этой деятельности.

Для создания эмоционального настроения на выполнение практической работы часто используется народная музыка, стихотворения о художественных промыслах. Организация пространства в учебной аудитории в форме круга позволяет участникам ощутить творческую атмосферу мастерской.

Использование активных методов обучения и организация практической работы в рамках творческой мастерской способствуют развитию творческих способностей студентов.

Будущие педагоги, таким образом, приобретают полезный опыт работы в творческой мастерской, который им пригодится при проведении внеурочной деятельности в начальной школе.

В ходе работы в мастерской происходит постоянное чередование бессознательной деятельности и ее последующего осознания, что позволяет достигнуть максимального приближения к реальному опыту истинно научного или художественного постижения мира, потому что каждый ее участник движется в свободной деятельности от осознания личного опыта к опыту национальной и общечеловеческой культуры.

На занятиях по МДК. 01.06 будущие учителя начальных классов рассматривают необходимость развития творческих способностей, в качестве условия

эффективного проектирования уроков изобразительного искусства при проведении ролевого разыгрывания на тему «Проектирование уроков изобразительного искусства для начальной школы», предполагающего многопозиционные роли: учитель начальных классов, младший школьник, преподаватель-методист. Выполнение творческих заданий внеаудиторной самостоятельной работы (создание презентаций, подготовка коллажа «Профессионал будущего») позволяет будущим специалистам выразить собственное понимание миссии педагога в современном обществе.

Выполняя и презентуя исследовательские проекты при разработке курсовых и дипломных работ, проектируя и апробируя на педагогической практике уроки по изобразительному искусству в начальной школе и занятия по продуктивным видам деятельности в дошкольных образовательных учреждениях, студенты специальностей Преподавание в начальных классах и Дошкольное образование приобретают опыт эффективного развития творческих способностей.

В процессе выполнения учебно-исследовательской деятельности студенты эффективно развивают творческие способности.

Развитие творческих способностей студентами происходит в творческой мастерской, организованной как мастер-класс для родителей на учебном занятии по МДК. 02.04. «Теоретические и методические основы организации ПВД детей дошкольного возраста». На создание условий для профессионального развития личности студентов, закрепления профессиональных знаний и умений, формирования продуктивного опыта педагогической деятельности, нацелена производственная практика «Проведение пробных уроков».

При разработке конспектов уроков изобразительного искусства и выполнении образца педагогического рисунка происходит более глубокое развитие творческих способностей студентов, что актуализирует потребность будущих специалистов в личностном и профессиональном самосовершенствовании.

Эффективность осуществления инклюзивного обучения и развития творческих способностей у будущих педагогов зависит от следующих условий:

- включение обучающихся в разнообразную активную творческую деятельность;
- создание на уроках среды, обеспечивающей эмоционально-творческое, культурно-педагогическое окружение обучающихся.

Использование организационной формы «творческая мастерская» на занятиях позволяет эффективно осуществлять инклюзивное обучение и развивать творческие способности так как освоение учебного материала осуществляется в доступной, интересной, яркой и образной форме, что способствует повышению уровня мотивации учебной и творческой деятельности; лучшему усвоению знаний, вызывает интерес к познанию, формирует коммуникативную, личностную, социальную, интеллектуальную компетенции у будущих специалистов.

Творческая деятельность с использованием художественных материалов и техник дополняется творческими проектами на основе компьютерных мультимедийных технологий.

К ограничениям новой методики относится то, что организовать творческую мастерскую можно при наличии определенной материальной базы и составе группы студентов не более 15 человек.

Преимущество данной образовательной технологии в возможности эффективного развития творческих способностей, так как организация занятий в форме творческой мастерской - это оригинальный способ деятельности в составе подгруппы студентов при участии преподавателя, инициирующего поисковый, творческий характер деятельности обучающихся.

Использование творческой мастерской как образовательной технологии, позволяющей эффективно осуществлять инклюзивное обучение и развивать творческие способности будущего учителя начальных классов и воспитателя дает положительные результаты, так результаты мониторинга позволяют увидеть положительную динамику в выполнении творческих работ обучающихся и подготовке студентов к проведению уроков изобразительного искусства в школе и занятий в дошкольном образовательном учреждении.

Анализируя результаты работы по проблеме развития творческих способностей у студентов профессионально-педагогической направленности в процессе уроков и внеурочной деятельности в области изобразительного искусства, можно сделать вывод, что используемая педагогическая технология «творческая мастерская» эффективна.

Студенты регулярно участвуют в конкурсах исследовательских и творческих работ, научно-практических конференциях, студенческих форумах и фестивалях, конкурсах профессионального мастерства, демонстрируя высокий уровень развития творческих способностей.

Работа по развитию творческих способностей будущих педагогов представляет собой систему последовательных шагов, реализуемых на каждом этапе профессиональной подготовки. В условиях колледжа она позволяет, опираясь на развитое у студентов стремление к исследовательской, творческой деятельности, формировать педагогическую направленность.

### **Список используемых источников**

1. Аранова, С.В. Обучение изобразительному искусству, модернизация общего образования [Текст] / С.В. Аранова. – СПб.: Каро, 2004. – 170.
2. Буровкина, Л. А. Педагогические условия художественно-эстетического воспитания учащихся средствами декоративно-прикладного искусства [Текст] / Л.А. Буровкина // Современные тенденции развития декоративно-прикладного искусства и дизайна: периодич. науч. журнал / отв. ред. М.С. Соколова, М.В. Соколов. – Магнитогорск: МаГУ, 2010. - Вып. 6. – С. 246-250.
3. Неменский, Б.М., Горяева, Н.А., Неменская, Л.А. Изобразительное искусство и художественный труд. Программа общеобразовательных учреждений. 1-9 классы / Б.М. Неменский. - М.: Просвещение, 2014. – 357.
4. Трошина, Е. А. Психологические особенности детей младшего

школьного возраста как субъектов учебной деятельности // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. – 2012. - №3. - С.30-36.

**Д.А. Сбойчаков**

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ**

Здоровье человека — тема для разговора достаточно актуальная для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной.

Считаю, что здоровье подрастающего человека – это главная проблема современной школы и не только социальная, но и нравственная.

Здоровье ребенка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяются средой, в которой он живет. Для ребенка от 6 до 17 лет этой средой является система образования, т.к. с пребыванием в учреждениях образования связаны более 70% времени его бодрствования. По данным Института возрастной физиологии РАО, школьная образовательная среда порождает факторы риска нарушений здоровья, с действием которых связано 20-40 % негативных влияний, ухудшающих здоровье детей школьного возраста. Исследования ИВФ РАО позволяют проанализировать школьные факторы риска по убыванию значимости и силы влияния на здоровье учащихся:

- Стрессовая педагогическая тактика;
- Несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;
- Несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;
- Недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
- Провалы в существующей системе физического воспитания;
- Интенсификация учебного процесса;
- Функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья;
- Отсутствие системной работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

Таким образом, традиционная организация образовательного процесса создает у школьников постоянные стрессовые перегрузки, которые приводят к развитию острых и хронических нарушений здоровья, развития нервных, психосоматических и других заболеваний.

Анализ школьных факторов риска показывает, что большинство проблем здоровья учащихся создается и решается в ходе ежедневной практической работы учителей, т.е. связано с их профессиональной деятельностью. Поэтому учителю необходимо найти резервы собственной деятельности в сохранении и укреплении здоровья учащихся.

## Организация урока на основе принципов здоровьесбережения

От учителя в наибольшей степени зависит, какое влияние на здоровье учащихся оказывает их пребывание в школе, процесс обучения, насколько здоровьесберегающими являются образовательные технологии и вся внутришкольная среда.

В создавшейся обстановке естественным стало активное использование здоровьесберегающих технологий, нацеленных на охрану здоровья школьников. По словам профессора Н. К. Смирнова, «здоровьесберегающие образовательные технологии — это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся».

Следует отметить, что все здоровьесберегающие технологии, применяемые в учебно-воспитательном процессе, можно разделить на три 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 и во внеурочной деятельности педагогами и воспитателями.

Основной формой организации учебной работы был и остаётся урок, на котором должно использоваться всё умение учителя и другие резервы по решению данной проблемы.

Каждый новый урок – это ступенька в знаниях и развитии ученика, новый вклад в формирование его умственной и моральной культуры, поэтому важно конструирование и осуществление каждого урока.

Анализ научно-методической литературы и собственный практический опыт позволяют выделить четыре основных правила построения урока с позиции здоровьесберегающих технологий.

### *Правило 1. Правильная организация урока.*

Во-первых, это учет всех критериев здоровьесбережения на рациональном уровне. Во-вторых, главная цель учителя - научить ученика запрашивать необходимую информацию и получать требуемый ответ. А для этого необходимо сформировать у него интерес мотивацию к познанию, обучению, осознание того что он хочет узнать, готовность и умение задать (сформулировать) вопрос.

Задавание вопросов является:

- показателем включенности ученика в обсуждаемую проблему и, следовательно, хорошего уровня его работоспособности;
- проявлением и тренировкой познавательной активности;
- показателем адекватно развитых коммуникативных навыков.

Таким образом, количество и качество задаваемых учеником вопросов служат одними из индикаторов его психофизического состояния, психологического здоровья, а также тренируют его успешность в учебной деятельности.

Организация урока должна обязательно включать три этапа:

- 1-й этап: учитель сообщает информацию (одновременно стимулирует вопросы);
- 2-й этап: ученики формулируют и задают вопросы
- 3-й этап: учитель и ученики отвечают на вопросы.

Результат урока - взаимный интерес, который подавляет утомление.

*Правило 2. Использование каналов восприятия.*

Особенности восприятия определяются одним из важнейших свойств индивидуальности — функциональной асимметрией мозга: распределением психических функций между полушариями. Выделяются различные типы функциональной организации двух полушарий мозга:

- левополушарные люди — при доминировании левого полушария. Для них характерен словесно-логический стиль познавательных процессов, склонность к абстрагированию и обобщению;
- правополушарные люди — доминирование правого полушария, У данного типа развиты конкретно-образное мышление и воображение;
- равнополушарные люди — у них отсутствует ярко выраженное доминирование одного из полушарий.

На основе предпочтительных каналов восприятия информации различают:

- аудиальное восприятие;
- визуальное восприятие;
- кинестетическое восприятие.

Знание этих характеристик детей позволит педагогу излагать учебный материал на доступном для всех учащихся языке, облегчив процесс его запоминания.

*Правило 3. Учет зоны работоспособности учащихся.*

Экспериментально доказано, что биоритмологический оптимум работоспособности у школьников имеет свои пики и спады как в течение учебного дня, так и в разные дни учебной недели. Работоспособность зависит и от возрастных особенностей детей.

*Правило 4. Распределение интенсивности умственной деятельности.*

При организации урока выделяют три основных этапа с точки зрения здоровьесбережения, которые характеризуются своей продолжительностью, объемом нагрузки и характерными видами деятельности.

Эффективность усвоения знаний учащихся в течение урока такова:

- 5-25-я минута — 80%;
- 25-35-я минута — 60-40%;
- 35—40-я минута — 10%.

Практически все исследователи сходятся во мнении, что урок, организованный на основе принципов здоровьесбережения, не должен приводить к тому, чтобы учащиеся заканчивали обучение с сильными и выраженными формами утомления.

Интенсивность умственной деятельности учащихся в ходе урока:

1-й этап. Вработывание



5 мин.

Относительно невелика

Репродуктивная, переходящая в продуктивную. Повторение

2-й этап. Максимальная работоспособность

20-25мин.

Максимальное снижение на 15-й мин.

Продуктивная, творческая, знакомство с новым материалом

3-й этап. Конечный порыв

10-15 мин.

Небольшое повышение работоспособности

Репродуктивная, отработка узловых моментов пройденного.

Использование игровых технологий, игровых обучающих программ, оригинальных заданий и задач, введение в урок исторических экскурсов и отступлений позволяют снять эмоциональное напряжение. Этот прием также позволяет решить одновременно несколько различных задач: обеспечить психологическую разгрузку учащихся, дать им сведения развивающего и воспитательного плана, показать практическую значимость изучаемой темы, побудить к активизации самостоятельной познавательной деятельности и т. п.

Хороший эффект дает использование интерактивных обучающих программ, которые вызывают неизменный интерес у школьников, одновременно снимая у них элементы стресса и напряжения.

Создание благоприятного психологического климата на уроке

Пожалуй, одним из важнейших аспектов является именно психологический комфорт школьников во время урока. С одной стороны, таким образом, решается задача предупреждения утомления учащихся, с другой — появляется дополнительный стимул для раскрытия творческих возможностей каждого ребенка.

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 — вот далеко не весь арсенал, которым может располагать педагог, стремящийся к раскрытию способностей каждого ребенка.

Учащиеся входят в класс не со страхом получить плохую оценку или замечание, а с желанием продолжить беседу, продемонстрировать свои знания, получить новую информацию. В процессе такого урока не возникает эмоционального дискомфорта даже в том случае, когда ученик с чем-то не справился, что-то не смог выполнить. Более того, отсутствие страха и напряжения помогает каждому освободиться внутренне от нежелательных психологических барьеров, смелее высказываться, выражать свою точку зрения.

К тому же каждый ученик уже более спокойно реагирует на полученную оценку, если он сам понимает ее обоснованность. Оценивая свои ошибки, ученик сразу же видит и пути их исправления. Неудача на уроке, воспринимаемая как временное явление, становится дополнительным стимулом для более про-

дуктивной работы дома и в классе. Педагог поощряет стремление ученика к самоанализу, укрепляет его уверенность в собственных возможностях.

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.

По окончании урока ученики покидают класс с хорошим настроением, поскольку в течение этого времени отрицательные факторы практически отсутствовали.

В своей работе я использую здоровьесберегающую технологию «технология раскрепощённого развития детей», разработанную физиологом В. Ф. Базарным.

Отличительные особенности этой технологии, основное внимание которой обращено главным образом на учащихся начальной школы, состоят в следующем:

1. Учебные занятия в классе проводятся в режиме смены динамических поз, для чего используется специальная ростомерная мебель с наклонной поверхностью – парты и конторки. Часть урока ученик сидит за партой, а другую часть – стоит за конторкой. Тем самым сохраняется и укрепляется позвоночник, формируется осанка.

2. Для разминок и упражнений на мышечно-телесную и зрительную координацию, а также на развитие внимания и быстроты реакции на уроке используются схемы зрительных траекторий, расположенные на потолке, и специальные офтальмотренажеры, «бегущие огоньки». Упражнения сочетают в себе движения глазами, головой и туловищем, выполняются в позе свободного стояния и базируются на зрительно-поисковых стимулах, которые несут в себе мотивационно активизирующий заряд для всего организма. Результатами таких упражнений являются: развитие чувства общей и зрительной координации и их синхронизация; развитие зрительно-моторной реакции, в частности скорости ориентации в пространстве, в т. ч. реакции на экстремальные ситуации (типа дорожно-транспортных и т. п.).

3. Важная особенность уроков состоит в том, что они проводятся в режиме движения наглядного учебного материала, постоянного поиска и выполнения заданий, активизирующих детей. Для этого использую подвижные «сенсорные кресты», карточки с заданиями и возможными вариантами ответов, которые могут по воле учителя оказаться в любой точке класса и которые дети должны найти и использовать в своей работе, а также специальные «держалки», позволяющие переключать зрение детей с ближних целей на дальние.

4. Обязательным предметом в технологии является детское хоровое пение, основанное на народных песнях и классической музыке.

5. Одно из требований технологии – условие, отличающее все здоровьесберегающие технологии — регулярное проведение экспресс-диагностики состояния детей и отчёт перед родителями о полученных результатах.

При использовании технологии Базарного В.Ф. результаты внедрения обучения по его системе показывают снижение показателей заболеваемости детей, улучшение психологического климата в детских и педагогическом коллективах, активное приобщение родителей школьников к работе по укреплению их здоровья и т. п., т. е. все признаки, которые характерны для школ, в которых целенаправленно занимаются здоровьем своих воспитанников. Это позволяет рассматривать технологию В. Ф. Базарного как здоровьесберегающую.

Использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе позволяет обучающимся успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть творческие способности.

Подводя итог всему сказанному, следует отметить, что только систематическое проведение оздоровительной работы с ребёнком в школе и дома даст желаемый результат, поможет овладеть не только прочными знаниями, но и осознанными умениями по охране своего здоровья, обеспечит формирование позитивных установок на соблюдение гигиенических правил. Основная задача учителя состоит в том, чтобы создать условия для включения школьника в процесс творчества и найти методы, адекватные его психофизическим особенностям.

Здоровый образ жизни пока не занимает первое место в главных ценностях человека в нашем обществе. Но если мы научим детей ценить, беречь и укреплять свое здоровье, будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что будущее поколение будут больше здоровы и развиты, не только духовно, но и физически.

**Е.С. Семёнова**

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В ИНФОРМАЦИОННО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ СРЕДЕ КОЛЛЕДЖА**

Научный интерес представляет один из аспектов здоровьесбережения, связанный с распространением информационных технологий в нашей повседневной жизни, в том числе и в образовательной деятельности.

Современное образование, в том числе среднее профессиональное, в рамках реализации федеральной программы достаточно неплохо оснащено современными информационными технологиями сопровождения образовательного процесса. Помимо этого, большинство обучающихся, еще до поступления в колледж, имеет в своем распоряжении различные как стационарные, так и мобильные технические устройства. В этой связи, в условиях тотального сопровождения урочной и внеклассной деятельности обучающегося компьютерными технологиями, актуализируется потребность рассмотрения проблемы их влияния на здоровьесбережение обучаемых с педагогической позиции.

Для системного анализа этой проблемы, предлагаем классифицировать возможности взаимодействия учащегося с информационными технологиями. А

на основе этого взаимодействия проанализировать влияние ИТ на здоровьесбережение.

В качестве критерия классификации нами предлагается использовать включенность компьютерных технологий в структуру образовательного процесса. Но мы не будем рассматривать уроки информатики как отдельную категорию, поскольку условия и порядок работы студентов с компьютерами определены соответствующими нормами.

Исходя из выше сказанного, мы предлагаем три группы взаимодействия с информационными технологиями:

1. Информационные технологии обеспечения и сопровождения образовательной деятельности.
2. Информационные технологии обеспечения учебного процесса.
3. Информационные технологии личного пользования.

Рассмотрим более подробно каждую из этих групп и их составляющие.

В первой группе, информационные технологии для сопровождения образовательного процесса, в контексте здоровьесбережения, могут использоваться по следующим направлениям:

1. Электронный турникет, представляющий собой систему идентификации учащегося при посещении образовательного учреждения на основе индивидуальной электронной карты. Такая система, в той или иной комплектации, установлена во многих образовательных учреждениях. Подобный мониторинг позволяет осуществлять педагогический контроль за передвижениями обучающихся.

2. Групповое взаимодействие на основе коммуникативных систем мобильных технических средств.

В настоящее время практически каждая учебная группа имеет свою группу общения в различных мессенджерах или социальных сетях. Такая группа позволяет оперативно решать образовательные задачи, обсуждать организационные, учебные и педагогические проблемы, как всей группы, так и отдельных обучающихся в режиме индивидуального обмена сообщениями. Подобная практика, за счет своевременного информирования и принятия обдуманных коллегиальных решений, положительно сказывается на эмоциональном климате группы, оказывая психологическое здоровьесберегающее влияние на обучающихся и на их родителей.

Следующая группа, информационные технологии обеспечения учебного процесса, также состоит из трех компонентов:

1. Учительский персональный компьютер или ноутбук в совокупности с мультимедийной доской или проектором. Их назначение – демонстрационное сопровождение учебной деятельности. Здоровьесбережение в этом случае проявляется в сохранении умственных и физических сил учащихся за счет потрясающей мультимедийной реализации педагогических принципов наглядности и доступности изложения учебного материала.

2. Электронный журнал как современное средство мобильного мониторинга успеваемости обучающихся. Ежедневное заполнение электронно-

го журнала преподавателями, позволяет родителям и студентам постоянно быть в курсе учебных успехов и создает положительную атмосферу в семье, или же оперативно реагировать на появляющиеся отклонения. Подобная инновация не только оберегает психическое состояние родителей от эмоциональных перегрузок в случае уведомления о запущенности успеваемости от классного руководителя, но и сберегает самого обучающегося от возможных негативных последствий.

3. Электронное (дистанционное) обучение, которое хотя и не имеет массового характера применения, тем не менее, при своей должной реализации позволяет в значительной степени снизить нагрузку на ученика.

Здоровьесберегающие возможности такого обучения особенно актуальны при ухудшении погодных, эпидемиологических и других условий, а также для обучающихся с физическими недостатками, ослабленным здоровьем и в период продолжительного заболевания.

И, третья группа, информационные технологии личного пользования, может включать следующие компоненты:

1. Стационарные и мобильные технологии – представлены домашними персональными компьютерами и ноутбуками, а также личными планшетами и смартфонами. С помощью стационарной техники, особенно имеющей выход в Internet, студенты с меньшей затратой физических усилий могут готовиться к учебным занятиям, практикам, выполнять тренажерные и имитационные задания, вести научную работу, а также участвовать в различных on-line семинарах и вебинарах, конференциях, олимпиадах. А с помощью личных мобильных средств осуществлять учебную коммуникацию, готовить и сопровождать выступления, иметь оперативный доступ к требуемой учебной информации.

2. Социальные сети – как средство внутригруппового взаимодействия, используемое как способ быстрого уведомления по образовательным вопросам, обсуждения учебных задач и мероприятий. Главным аспектом сетевого взаимодействия является мониторинг внутригруппового общения со стороны классного руководителя и родителей с целью грамотной корректировки возможных поведенческих отклонений.

Таким образом, представленные нами здоровьесберегающие возможности современных информационных технологий, позволяют продемонстрировать их влияние на обучающихся с положительной стороны. А предложенная классификация дает возможность, в дальнейшем, системно рассматривать перспективно создаваемые технологические решения в аспекте их включенности в педагогический процесс.

### **Список используемых источников**

1. Черкезов С.Е. Проектирование контента для системы электронного образования / С.Е. Черкезов // Вестник Государственного университета управления. 2010.

2. Черкезов С.Е. Технологии виртуального университета / С.Е. Черкезов // Известия Южного федерального университета. Педагогические науки. 2009. №12.

3. Черкезов С.Е. Основные модели развития электронного образования как инновационной системы / С.Е. Черкезов // Известия Южного федерального университета. Педагогические науки. 2009. № 3.

**И.В. Скуратов,  
В.В. Антонова**

### **ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ВО ВНЕУРОЧНОЕ ВРЕМЯ**

В условиях современной природной и социально-экологической ситуации проблема здоровья детей приобретает глобальный характер. В настоящее время она является первой по актуальности среди множества других проблем обучения и воспитания школьников. Все большее количество детей приходит в школу, уже имея те или иные заболевания. За период обучения ребенка в школе, его здоровье ухудшается еще больше. По статистическим данным, в России 30-35 % детей, поступающих в школу, уже имеют хронические заболевания. За годы обучения в школе в 5 раз возрастает число больных с нарушениями зрения, опорно-двигательного аппарата, в 4 раза увеличивается количество детей с нарушениями психического здоровья, в 3 раза - с заболеваниями органов желудочно-кишечного тракта [1].

Сбережение здоровья детей - одна из острых проблем современной жизни. Она многогранна и требует усилий со стороны многих специалистов, в том числе и учителей начальных классов через внедрение системы знаний о человеке, о его здоровье, способах его формирования и сохранения. Сложившаяся ситуация в области психического, физического, социального, интеллектуального, нравственного здоровья говорит о необходимости принять меры на государственном уровне - принятии государственной программы, определяющей направления в области здоровьесбережения, педагогической и управленческой деятельности работников образования [4,9,10].

Состояние здоровья подрастающего поколения – один из самых важных показателей благополучия общества и государства, и отражает не только настоящую ситуацию, но и даёт точный прогноз на будущее. Идея сохранения здоровья учащихся занимает особое место в национальном проекте «Образование», президентской инициативе «Наша новая школа», Федеральных государственных образовательных стандартах. Формирование здорового образа жизни должно происходить непрерывно и целенаправленно. Особенное внимание уделяется этой проблеме в начальной школе, так как коренным образом меня-

ется привычный уклад жизни ребенка, осваивается новая социальная роль «ученик».

За последние 20 лет, говоря о здоровьесбережении в образовании, во главу угла ставили именно физическое состояние здоровья ребенка, то на данном этапе в поставлено общее здоровье: физическое, психическое, эмоциональное, нравственное, социальное. Важнее создавать благоприятную психологическую и эмоциональную атмосферу в школе, формирующую личность учащегося. Подход к сохранению здоровья ребенка и обеспечения его безопасности стал всеобъемлющим, многогранным, затрагивающим множество аспектов [3].

Обучать без вреда для здоровья является обязательным условием работы школы. Как же построить учебный процесс, чтобы сохранить здоровье ребёнка?

Одной из целей своей работы мы определили охрану жизни и укрепление физического и психического здоровья учащихся. Только ребёнок с хорошим здоровьем сможет успешно учиться и добиться высоких результатов. Для решения этой цели при подготовке к внеурочной деятельности нами планировалось решение ряда задач:

- формировать у учащихся осмысленное отношение к своему здоровью и физической культуре;
- использовать во внеурочное время наиболее рациональные формы и методы, способствующие становлению физически, психически и эмоционально здоровой личности;
- формировать навыки здорового образа жизни, гигиены, правил личной безопасности;
- вести разъяснительную работу с родителями о ценности здорового образа жизни.

Ученика можно считать здоровым, если он: физически умеет справляться с усталостью, его здоровье позволяет ему действовать в оптимальном режиме; в интеллектуальном плане — проявляет хорошие умственные способности, воображение, быть любознательным, заниматься самообразованием; в нравственном плане — быть справедливым, честным, самокритичным; в социальном плане — уравновешенным, доброжелательным, способным удивляться и восхищаться.

На основе литературных данных нами выработаны и сформулированы принципы воспитания здорового образа жизни. Среди них особенно выделяется ряд подходов.

*Системный подход.* Человек — это единство телесного и духовного. Сохранить тело здоровым можно, если совершенствовать эмоционально-волевою сферу, работать с душой и нравственностью ребенка. Для успешного решения задач валеологического воспитания необходимо объединить воспитательные усилия школы и родителей.

*Деятельностный подход.* Валеологическая культура осваивается детьми в совместной деятельности с родителями. Самый эффективный способ, не направлять обучающихся на путь здоровья, а вести их за собой по этому пути.

*Принцип «Не навреди!».* Необходимо использовать в работе только безопасные приемы оздоровления, апробированные тысячелетним опытом человечества и официально признанные.

*Принцип гуманизма.* В обучении и воспитании необходимо ценить, прежде всего, личность ребенка. Нравственными ориентирами воспитания являются общечеловеческие ценности [2,4].

*Принцип альтруизма.* Данный принцип заключается в потребности делиться освоенными ценностями валеологической культуры: «научился сам — научи друга!».

*Принцип меры.* По данному принципу для здоровья хорошо то, что в меру. Неправильная организация труда учащихся может принести вред здоровью. Большое значение имеет формирование рационального образа жизни. Человек, умеющий со школьной скамьи правильно организовать свой режим труда и отдыха, в дальнейшем надолго сохранит бодрость и творческую активность. От того насколько успешно будут сформированы и закреплены в сознании принципы и навыки здорового образа жизни у учащихся, зависит в последующем вся деятельность, способствующая раскрытию потенциала личности [5].

Одним из видов работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни является совместная работа с родителями (законными представителями) учащихся, привлечение родителей их к разработке программы формирования ценности здоровья и здорового образа жизни.

Работа по формированию здорового образа жизни реализуется через:

- проведение динамических пауз после длительной статичной и умственной деятельности;
- внеклассную работу;
- работу с родителями.

Внеурочные мероприятия в современной школе, на которых реализуются не только обучающие, развивающие и воспитательные цели, но и здоровьесберегающие. При построении учебного процесса, необходимо так выстроить работу, чтобы предупредить соматические и эмоциональные перегрузки учащихся.

Учащийся будет здоров, при соблюдении основных факторов укрепления здоровья детей в школе:

- оптимальное распределение учебной нагрузки;
- сбалансированное питание;
- рациональный режим обучения;
- рациональный двигательный режим;
- использование во внеурочной деятельности технологий обучения, содействующих укреплению здоровью;
- своевременное оказание психологической и социальной поддержки учащимся;
- своевременные медицинские услуги;
- охрана психического здоровья [8].

Учащихся надо научить различным приёмам и методам сохранения и



укрепления здоровья, чтобы, перейдя в среднюю школу и далее, обучающиеся могли самостоятельно их применять.

Нами выработаны приемы здоровьесбережения с распределением воздействий на весь учебный день. Каждый день учебные занятия должны начинаться с веселой утренней зарядки, которая способствует преодолению сонливости учеников, которая наблюдается на первом уроке, активному включению в работу, активизации внимания.

При подготовке к учебно-воспитательной деятельности важно продумывать разные виды деятельности. Подача нового материала организуется через обеспечение активной аналитико-синтетической деятельности. Новая информация преподносится так, чтобы она вызывала у ребят последовательную цепь положительных эмоций: удивление, интерес, радость. Учебный материал связываем с уже известными данными, с прошлым опытом.

При подготовке внеурочных мероприятий продумывать все упражнения для того, чтобы не допустить перенапряжения мышц туловища и глазодвигательных мышц. Материал необходимо распределять в соответствии с динамикой текущей работоспособности учащихся, осуществляем дифференцированный подход.

Создание благоприятной эмоционально-психологической атмосферы на внеклассных мероприятиях также играет важную роль. Необходимо, работу построить так, чтобы каждый ученик мог поверить в себя, в свои силы и возможности, чтобы испытал радость познания, общения, творчества. Необходимо создавать благоприятный климат, доброжелательную обстановку, чтобы дети могли раскрыть свои эмоциональные и интеллектуальные возможности.

Для этого применяем различные приемы.

Создание у ребенка субъективного переживания успеха:

- снятие страха («Ничего страшного»);
- авансирование («У тебя обязательно получится»);
- внушение («Приступай же»);
- высокая оценка детали («Вот это у тебя получилось очень хорошо»);
- усиление мотива («Нам это необходимо для...»)

Создание возможности почувствовать свою интеллектуальную состоятельность ошибки — это нормальное и нужное явление «не ошибается только тот, кто ничего не делает»;

- формирование веры в успех;
- отметка достижений;
- концентрация внимания на уже достигнутых успехах.

Наблюдения показывают, что использование здоровьесберегающих технологий в учебном-воспитательном процессе позволяет учащимся более успешно приспособляться в образовательном и социальном пространстве [6].

Здоровый образ жизни не занимает пока первое место среди ценностей человека в нашей стране. Но если мы не будем учить детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, если мы будем личным примером

показывать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущее поколение будет более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.

### Список используемых источников

1. Высоцкая Т. А. Методологические основы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни
2. Здоровье: сущность, понятие, компоненты. // Лекция. URL: <http://lektsia.com/1x3cb3.html> (дата обращения 23.10.2022)
3. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе по ФГОС. Пятнадцать здоровьесберегающих приемов для проведения уроков // Pedsovet.su. URL: [http://pedsovet.su/metodika/5993\\_zdoroviesberegayuschie\\_tehnologii\\_v\\_shkole](http://pedsovet.su/metodika/5993_zdoroviesberegayuschie_tehnologii_v_shkole) (дата обращения: 12.10.2022).
4. Менчинская Е. А. Основы здоровьесберегающего обучения в начальной школе: Методические рекомендации по преодолению перегрузки учащихся / Е. А. Менчинская. — М.: Вентана–Граф, 2018. — 124 с.
5. Общие представления о здоровье // Grandars.ru. URL: <http://www.grandars.ru/college/medicina/zdorove.html> (дата обращения: 02.09.2022)
6. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. / Н. К. Смирнов — М.: АПК и ПРО, 2022. — с. 62-74.
7. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие технологии в современной школе. — М.: АПК и ПРО, 2002. — с. 62.
8. участников образовательного процесса / Т. А. Высоцкая — <https://www.monographies.ru/en/book/section?Id=6347> (дата обращения 20.10.2022)
9. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования // Министерство образования и науки российской федерации. URL: <http://xn-80abucjiibhv9a.xn-p1ai/%D0%B4%D0%BE%D0%BA%D1%83%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82%D1%8B/922> (дата обращения: 12.10.2022).
10. Шапцева Н. Н. Наш выбор — здоровье: досуговая программа, разработки мероприятий, рекомендации/ Н. Н. Шапцева – Волгоград: Учитель, 2009. — 184 с.

**Н.В. Сукочева**

### **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В НАЧАЛЬНЫХ КЛАССАХ**

В современном мире мы добились новых достижений в науке и технике, начавшийся технологический переворот ведет нас к новой, научно-

технологической цивилизации. Но, помимо положительных результатов, такая революция приводит и к отрицательным явлениям. Повсеместно наблюдается ослабление здоровья человека. И, конечно, самыми уязвимыми, становятся дети.

В последние годы вопросы охраны здоровья детей стали очень актуальными. Укрепление здоровья, формирование здорового образа жизни подрастающего поколения являются неотъемлемой частью всего учебного процесса школы. Одним из действенных средств в этом вопросе я считаю физическую культуру.

Низкий уровень психического и физического здоровья предопределяет внедрение в учебный процесс здоровьесберегающих технологий, под которыми понимается система мер по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывающих важнейшие характеристики образовательной среды с точки зрения ее воздействия на учащихся.

В результате учебной перегрузки на младшего школьника у детей резко снизились основные показатели здоровья: ухудшилось зрение, осанка, появились заболевания желудочно-кишечного тракта. Поэтому в начальной школе введён третий час физической культуры, т.к. двигательная активность – это биологическая потребность. Третий урок физической культуры введён в объём недельной учебной нагрузки общеобразовательных учреждений всех типов и видов Приказом Министерства образования и науки России от 30 августа 2010 г. Это требование нового Федерального государственного образовательного стандарта, поэтапное введение которого начинается с 2011/12 учебного года.

Учебный предмет «физическая культура» – это единственный учебный предмет, который формирует у учащихся грамотное отношение к себе, к состоянию своего здоровья, содействует воспитанию физических и моральных качеств, укрепляет здоровье и способствует самосовершенствованию. Известно, что здоровье – это состояние физического, душевного и социального благополучия.

В соответствии с социально-экономическими потребностями общества я считаю, что цель учебного предмета «физическая культура» состоит в том, чтобы содействовать формированию разносторонне развитой личности. Средством достижения этой цели для меня является - овладение учащимися основ физической культуры. В целом это означает совокупность потребностей, мотивов, знаний, оптимальный уровень здоровья и нормальное физическое развитие.

В программе «Планета знаний», по которой я работаю, в курсе «Физическая культура» выделяется три раздела:

- «Основы знаний о физической культуре», который включает материал, посвященный истории физической культуры и спорта, строению человека, личной гигиене, физическим способностям человека.

- «Способы физкультурной деятельности», знакомит учеников с возможными движениями человека, а также содержит учебный материал, направленный на освоение основных жизненно важных умений и навыков.

- «Физическое совершенствование», направлено на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья.

В своей работе я применяю современные психолого-педагогические теории обучения, воспитания и развития личности, использую активные методы обучения и воспитания с учётом личностных особенностей каждого обучающегося.

Моя работа направлена на:

- формирование и развитие физической культуры личности,
- сохранение здоровья учащегося,
- привитию учащимся знаний по здоровому образу жизни.

Исходя из вышеизложенного, обучающийся должен:

- знать основы физической культуры, историю развития физической культуры и спорта в России, вести здоровый образ жизни;
- уметь технически правильно осуществлять двигательные действия, проводить самостоятельные занятия по физической культуре, соблюдать правила безопасности при занятиях, оказывать первую помощь себе и пострадавшим.

Для решения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач урока:

- развиваю и совершенствую у учащихся жизненно важные навыки и умения в ходьбе, беге, прыжках и метаниях;
- обучаю подвижным играм и упражнениям базовых видов спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры);
- обучаю технике двигательных действий в базовых видах спорта;
- развиваю физические качества учащихся;
- использую оптимальную нагрузку,
- провожу инструктажи по охране труда,
- осуществляю контроль за физическим состоянием учеников,
- на теоретических занятиях рассматриваю вопросы здорового образа жизни;
- воспитываю чувства товарищества на занятиях в группах, командах, помощи и взаимопомощи в работе в парах;

Для реализации учебной программы я использую:

Методы:

- словесные (рассказ, беседа, объяснение);
- наглядные (демонстрация правильного выполнения упражнений);
- практические (выполнение двигательного действия), самостоятельная, индивидуальная работа.

Приёмы:

- работа в парах, командах;
- самостоятельная работа;
- дифференцированный выбор заданий;
- объяснение;

- показ;
- контроль за состоянием здоровья учащихся.

Способы организации учебной деятельности:

- фронтальный (упражнения выполняются всеми учениками одновременно);
- групповой (упражнения выполняются одновременно несколькими группами);
- индивидуальный (отдельные ученики получают задания и самостоятельно выполняют их);
- поточный (ученики выполняют упражнения друг за другом).

Это позволяет мне, начиная с 1-го класса, постепенно вовлекать учащихся в процесс совершенствования собственных физических возможностей.

Главная цель всей моей работы – сохранение здоровья учащихся, и в том числе через повышение двигательной активности учащихся и развитие мотивации к занятиям физической культурой.

Для решения поставленной цели я применяю:

- дифференцированный и индивидуальный подход (задания подбираются в соответствии с уровнем физической подготовки учащихся);
- вовлекаю учащихся в соревновательную деятельность (включение элементов соревнований при проведении уроков);
- развиваю самостоятельность (через привлечение учащихся к подбору упражнений и проведению разминки);
- провожу нестандартные уроки (урок-соревнование, урок-турнир, урок-конкурс).

В структуре уроков физической культуры применяются следующие элементы здоровьесберегающих технологий:

- Эмоционально-положительный настрой, который дает возможность обеспечить успешную деятельность, повысить работоспособность и снизить утомляемость.

- Гимнастика с элементами акробатики, которая благотворно воздействует на различные звенья двигательного аппарата, на все мышечные группы человека. Гимнастика – не только хорошее развитие мускулатуры, это слаженная деятельность органов сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной и иных систем человеческого организма.

- Лёгкая атлетика. Развитие основных движений — одно из главных условий всестороннего физического развития растущего человека, которое не только обуславливает развитие координации движений, силы, пространственной ориентировки, но и способствует развитию у детей ловкости, быстроты, выносливости, облегчает прохождение школьной программы по физической культуре.

- Лыжная подготовка
- Подвижные и спортивные игры.

- Гигиенические условия для занятий. Немаловажное значение для решения оздоровительных задач приобретает соблюдение гигиенических условий проведения занятий и мер предупреждения травматизма.

Использование здоровьесберегающих технологий на уроках физической культуры, совершенствование физического состояния учащихся через двигательную активность помогают учащимся стать добрее, сильнее духом, поднимают их над своими слабостями, формирует гармонично развитую личность, что является первостепенной задачей любого педагога.

Главная задача учителя физической культуры – сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения. Своими действиями учитель физической культуры может разрушить молодой, растущий организм, а может и превратить из слабого, болезненного человечка в полноценного, здорового гражданина своей страны.

А.С. Сучкова

## **ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ВНЕУРОЧНОЙ РАБОТЫ СРЕДИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРОГРАММАМ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ, КАК УСЛОВИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС НОО**

*Чтобы сделать ребёнка умным  
и рассудительным, сделайте его  
крепким и здоровым  
Ж.Ж. Руссо*

В современной школе чаще всего условия сохранения здоровья понимают и соблюдают лишь в отношении «физического благополучия» участников образовательного процесса, то есть связываются с созданием внешних условий, соответствующих санитарным правилам и нормам, с организацией обучения здоровому образу жизни.

Проблема создания благоприятных условий обучения приобрела в настоящее время особую **актуальность**. Это связано, во-первых, с устойчивыми негативными тенденциями в состоянии здоровья детей, во-вторых, - с изменениями, произошедшими в школе за последнее десятилетие.

В настоящее время проблема здоровья детей является одной из наиболее актуальных проблем в нашем государстве, о чем свидетельствует официальная статистика. Современные исследования показывают, что за период обучения в школе число здоровых детей уменьшается.

Школа является особым образовательным пространством, в рамках которого происходит не только формирование социально адаптированной личности, ее профессиональное, социальное и гражданское самоопределение, но и формируется самая важная, базовая характеристика, обеспечивающая реализацию всех остальных, - здоровье. Поэтому среди требований к результатам освоения общеобразовательных программ одно из самых важных – сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий является приоритетным направлением в деятельности педагога, работающего с детьми младшего школьного возраста на этапе введения и реализации ФГОС.

Основная **цель** здоровьесберегающих технологий - сохранение и укрепление здоровья учащихся. Отсюда возникают **основные задачи**:

- обеспечение школьнику возможности сохранения здоровья на период обучения в школе;
- снижение уровня заболеваемости учащихся;
- сохранение работоспособности на уроках;
- формирование у учащихся знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни;
- формирование системы спортивно-оздоровительной работы.

Состояние здоровья учащихся образовательных учреждений во многом зависит от организации специализированной системы условий школьной среды, способствующих формированию, сохранению и укреплению здоровья учащихся, реализация которых возможна при тесном взаимодействии специалистов всех уровней образовательного и воспитательного процессов, внедряющих в учебный процесс здоровьесберегающие технологии.

Одной из наиболее актуальных задач в условиях внедрения ФГОС является разработка и внедрение познавательно-развивающих педагогических технологий оздоровительной направленности на основе интеграции трех ключевых направлений: педагогического, физиологического и психологического.

Стратегия **реализации здоровьесберегающих образовательных технологий** как составляющей внедрения ФГОС – это такая организация образовательного процесса на всех его уровнях, при которой качественное обучение, развитие и воспитание учащихся происходит без нанесения ущерба их здоровью.

Использование психолого-педагогических технологий: статистический анализ пропусков уроков; индивидуальная работа с учениками и родителями; организация и контроль питания детей в школьной столовой; система классных часов, проведение внеурочных и внешкольных мероприятий, праздников, конкурсов, соревнований по формированию здорового образа жизни; организация отдыха учащихся во время каникул.

Организационно-педагогические условия проведения образовательного процесса, как и технология работы учителя на уроке, составляют сердцевину здоровьесберегающих образовательных технологий. Большинство времени своего пребывания в школе ученик проводит на уроке. Поэтому главной задачей остается организация урока.

Начало школьного обучения связано не только с изменениями уклада жизни детей, но и резким увеличением нагрузок на отдельные органы ребенка. Физиологическим возможностям организма для учеников первых классов более всего соответствует 30-ти минутная продолжительность урока. Для начальной школы рекомендую комбинированные уроки с использованием 5 – 10 минут

для снятия утомления с включением таких видов деятельности, как динамическая пауза, разучивание физических упражнений и другое. Несомненно, лучшими методами сохранения работоспособности на уроках является смена форм работы ученика.

Из всех нагрузок, с которыми ребенок встречается в школе, наиболее утомительной является нагрузка, связанная с необходимостью поддержания рабочей позы. Поэтому стараемся не требовать от учащихся сохранения неподвижного положения тела в течение всего урока. Переключение в течение урока с одного вида деятельности на другой должно неизбежно сопровождаться с изменением позы ребенка.

На разных этапах урока для тренировки и разминки определенных частей тела и органов широко используются веселые физкультминутки, динамические паузы в стихотворной форме, когда двигательные упражнения сопровождается выразительным хоровым произношением четверостиший, музыкальным сопровождением, элементами самомассажа и другими средствами, помогающими восстановить оперативную работоспособность. Большинство учащихся начальных классов не умеют правильно дышать во время выполнения мышечной нагрузки, ходьбы, бега, а также в условиях относительного мышечного покоя. Неправильное дыхание приводит к нарушению деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, снижению насыщения крови кислородом, нарушению обмена веществ. Поэтому вводились упражнения для выработки глубокого дыхания.

**Психологический климат** урока во многом зависит от эмоциональной составляющей педагогического общения. О том, что «хороший смех дарит здоровье» сказано немало. Учитель без чувства юмора и умения проявить его в необходимом момент и в подходящей форме лишается большей части своей педагогической и личностной привлекательности. Не случайно чувство юмора – один из приоритетов, который всегда указывают в перечне качеств желательного собеседника. Задача учителя – попытаться помочь ребенку правильно использовать колоссальные ресурсы юмора для обретения радости и здоровья.

**Взаимодействие семьи и школы** – традиционная проблема педагогики. Если обучить ребенка школа может и без помощи его родителей, то эффективно осуществить процесс воспитания без поддержки (а иногда и при противодействии) со стороны семьи крайне трудно. То же касается и вопросов здоровья. Здесь надо учитывать две особенности. Первая: здоровый образ жизни, которому учат школьника дома, может или находить каждодневную реализацию – и тогда закрепляться, наполняться практическим содержанием, или игнорироваться, оставаясь для школьника отвлеченной информацией.

Вторая: здоровье своего ребенка важно для любого родителя (в отличие от познаний этого ребенка по какому-то предмету), и поэтому организация сотрудничества школы и родителей на этой основе гораздо более вероятна и продуктивна.

Реализация проводится через уроки, классные часы и собрания, индивидуальные занятия, тренинги, беседы и т.д., что позволяет сформировать у детей



и родителей представление о здоровом образе жизни и сформировать навыки заботы о собственном здоровье.

Нельзя не упомянуть, что в работе с родителями большое место занимают совместные классные мероприятия. Среди них особенно можно выделить спортивно-оздоровительные конкурсы и эстафеты: «Папа, мама, я- спортивная семья», «Встреча с родителями: шуточные веселые старты между мальчиками и папами» и другие.

Одной из основных составляющих образования младших школьников в рамках реализации ФГОС является организация **внеурочной деятельности**, которая включает занятия сценических студий, секций, музыкально-хоровых кружков, клубов и т.п. При этом не только повышается эффективность образовательного и воспитательного процесса, но и достигается позитивный результат для здоровья учащихся.

Работая над задачей создания здоровьесберегающей среды, пришла к необходимости увеличения двигательной активности детей во внеурочной деятельности. Для выполнения этой задачи были разработаны и успешно реализуются программы: «Смелые, ловкие, быстрые», «Хоровод забытых игр», «Ступеньки здоровья». В рамках внеурочной и внешкольной деятельности проводятся следующие спортивно-оздоровительные мероприятия.

Одна из тенденций современного образования носит характер системной обработки информации.

Комплекс мероприятий можно объединить в проект, соответствующий одной теме и своим трединым задачам обучения и воспитания. Проект может быть организован в рамках одного предмета (монопроект), а может объединять несколько предметов (межпредметный проект).

При осуществлении таких проектов может проводиться исследовательская, поисковая, творческая, прикладная (практико-ориентированная) и ознакомлено-ориентированная деятельность. Проект можно осуществлять в рамках класса, школы.

В итоге внеурочная проектная деятельность организуется как двухкомпонентная. Первый компонент – работа над темой – это познавательная деятельность, инициируемая детьми, координируемая учителем и реализуемая в проектах. Второй компонент – работа над проектами – это специально организованный учителем или воспитателем и самостоятельно выполняемый детьми комплекс действий, завершающихся созданием творческих работ (т.е. продукта).

Таким образом, проектная деятельность в начальной школе выводит ученика за границы урока, учебника, представляет проблему объемно, с позицией разных дисциплин, развивает творческое мышление, пробуждает интерес к изучению приемов и методов поиска оригинальных решений в любой области человеческой деятельности.

Можно сделать конкретные выводы: сложилась определенная система использования здоровьесберегающих технологий в работе, которая приносит положительные **результаты**:

- улучшилось состояние здоровья учащихся;

- успешно проходит реализация программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся начальной школы;

- повышение мотивации детей к обучению, сокращение пропусков уроков, улучшение дисциплины в коллективе младших школьников;

- увеличение количества детей, посещающих спортивные секции и кружки;

- открытие учителями новых тем, которые могут послужить основой для новых педагогических проектов;

- повышение профессионального уровня учителей.

Сравнительный анализ динамики количества пропущенных уроков наших классов показал, что к третьему году обучения резко снизилось.

Нельзя не отметить и изменения на протяжении трёх лет в физической подготовленности детей. Стабильными оставались группы которые в значительной степени определяются общей учебной нагрузкой учащихся в урочное и внеурочное время. Отрадно то, что показатели нарушения осанки уменьшились.

Наблюдения показывают, что использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе и внеурочной деятельности в рамках реализации ФГОС позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, повысить уровень компетентности в вопросах здоровьесбережения, в развитии физических навыков, двигательной активности и, в целом, общего состояния здоровья.

Здоровый образ жизни не занимает пока первое место среди ценностей человека в нашей стране. Если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущее поколение будет более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.

Обобщая вышесказанное, с уверенностью можем сказать, что здоровьесберегающие технологии в школе - это не миф, а реальность. На собственном опыте убедилась: в первую очередь нужно желание по внедрению этих технологий в процесс обучения.

### **Список используемых источников**

1. Антипова, Л.П. Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе/Л.П. Антипова //Начальная школа.-2011.-№8.

2. 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. Будаева, Н.А. Здоровьесберегающий подход к организации обучения в начальной школе /Н.А. Будаева //Начальная школа плюс до и после.- 2011

4. Гурьев, А.В. Особенности планирования основных направлений работы по сохранению здоровья субъектов учебно-воспитательного процесса в общеобразовательной школе /А.В. Гурьев //Стандарты и мониторинг.- 2011

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В УРОЧНОЙ И НЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КАК УСЛОВИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС НОО**

В настоящее время проблема здоровья детей является одной из наиболее актуальных проблем в нашем государстве, о чем свидетельствует официальная статистика. Современные исследования показывают, что за период обучения в школе число здоровых детей уменьшается в 4 раза, число близоруких детей увеличивается с 1 класса к выпускным с 3,9% до 12,3%, с нервно-психическими расстройствами – с 5,6% до 16,4%, нарушениями осанки с 1,9% до 16,8%.

Школа является особым образовательным пространством, в рамках которого происходит не только формирование социально адаптированной личности, ее профессиональное, социальное и гражданское самоопределение, но и формируется самая важная, базовая характеристика, обеспечивающая реализацию всех остальных, - здоровье. Поэтому среди требований к результатам освоения общеобразовательных программ одно из самых важных – сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий является приоритетным направлением в деятельности педагога, работающего с детьми младшего школьного возраста на этапе введения и реализации ФГОС. Основная цель здоровьесберегающих технологий - сохранение и укрепление здоровья учащихся.

Стратегия реализации здоровьесберегающих образовательных технологий как составляющей внедрения ФГОС – это такая организация образовательного процесса, при которой качественное обучение, развитие и воспитание учащихся происходит без нанесения ущерба их здоровью. Использование психолого-педагогических технологий: статистический анализ пропусков уроков; индивидуальная работа с учениками и родителями; организация и контроль питания детей в школьной столовой; система классных часов, проведение внеурочных и внешкольных мероприятий, праздников, конкурсов, соревнований по формированию здорового образа жизни; организация отдыха учащихся во время каникул.

Организационно-педагогические условия проведения образовательного процесса, как и технология работы учителя на уроке, составляют сердцевину здоровьесберегающих образовательных технологий. Большинство времени своего пребывания в школе ученик проводит на уроке. Поэтому главной задачей остается организация урока.

Начало школьного обучения связано не только с изменениями уклада жизни детей, но и резким увеличением нагрузок на отдельные органы ребенка. Физиологическим возможностям организма для учеников первых классов более всего соответствует 30-ти минутная продолжительность урока. Для учащихся 2 – 4 классов рекомендуется комбинированный урок с использованием 5 – 10 ми-

нут для снятия утомления с включением таких видов деятельности, как динамическая пауза, разучивание физических упражнений и другое. Несомненно, лучшими методами сохранения работоспособности на уроках является смена форм работы ученика. Но учитывая, что динамичность активного внимания младших школьников не превышает 20 минут, часть времени урока следует использовать на проведение физкультурных минуток. Из всех нагрузок, с которыми ребенок встречается в школе, наиболее утомительной является нагрузка, связанная с необходимостью поддержания рабочей позы. Поэтому стараемся не требовать от учащихся сохранения неподвижного положения тела в течение всего урока. Переключение в течение урока с одного вида деятельности на другой должно неизбежно сопровождаться с изменением позы ребенка.

Например, на уроках математики, русского языка, литературного чтения использую игровые моменты, ситуации, ведь игра – это самый эффективный вид деятельности в цепи ученик – учитель, позволяющий как можно дольше сохранять продуктивную работоспособность ребенка. В играх дети вступают в различные соотношения: сотрудничества, соподчинения, взаимного контроля и т.д. Ведь ни для кого не секрет, что используя игру, учитель раскрывает большой потенциал, подчиняя правила игры своим образовательным и воспитательным задачам.

Уроки окружающего мира проходят в форме уроков – наблюдений: например, «Явления природы», уроков – практикумов: «Здоровая пища», уроков здоровья: «Если хочешь быть здоров, закаляйся!», уроков-исследований: «Какой бывает вода?», уроков – поисков: «Зимующие птицы» .

В состав упражнений для физкультминуток и физкультурных пауз включаются: упражнения по формированию осанки; - укреплению зрения; укреплению мышц рук; отдых позвоночника; упражнения для ног; упражнения на ковре; релаксационные упражнения для мимики лица; потягивание; массаж области груди, лица, рук, ног; упражнения, направленные на выработку рационального дыхания.

Психологический климат урока во многом зависит от эмоциональной составляющей педагогического общения. О том, что «хороший смех дарит здоровье» сказано немало. Учитель без чувства юмора и умения проявить его в необходимый момент и в подходящей форме лишается большей части своей педагогической и личностной привлекательности. Не случайно чувство юмора – один из приоритетов, который всегда указывают в перечне качеств желательного собеседника.

Необходимо определить, что ФГОС позволяет организовать дифференцированный подход к обучению и воспитанию детей с ограниченными возможностями здоровья, гиперактивными учащимися с учётом их особых образовательных потребностей, заданных характером нарушения их психического развития и оценить результаты. Для данной категории детей в школе успешно применяется инклюзивная форма обучения, при которой согласно учебного плана часть предметов предлагается как для обучения на дому, так и с посещением ребёнком школы.

При работе с такими детьми эффективно используется интерактивное оборудование, которое позволяет формировать у них ориентировочные навыки, активный поиск цели, которая подкреплена различными аудиальными, визуальными и тактильными ощущениями.

Только удовлетворяя особые образовательные потребности детей с ограниченными возможностями здоровья, можно открыть им путь к общему образованию.

Взаимодействие семьи и школы – традиционная проблема педагогики. Если обучить ребенка школа может и без помощи его родителей, то эффективно осуществить процесс воспитания без поддержки (а иногда и при противодействии) со стороны семьи крайне трудно. То же касается и вопросов здоровья. Здесь надо учитывать две особенности. Первая: здоровый образ жизни, которому учат школьника дома, может или находить каждодневную реализацию – и тогда закрепляться, наполняться практическим содержанием, или игнорироваться, оставаясь для школьника отвлеченной информацией.

Вторая: здоровье своего ребенка важно для любого родителя (в отличие от познаний этого ребенка по какому-то предмету), и поэтому организация сотрудничества школы и родителей на этой основе гораздо более вероятна и продуктивна.

Реализация проводится через уроки, классные часы и собрания, индивидуальные занятия, тренинги, беседы и т.д., что позволяет сформировать у детей и родителей представление о здоровом образе жизни и сформировать навыки заботы о собственном здоровье. Нельзя не упомянуть, что в работе с родителями большое место занимают совместные классные мероприятия. Среди них особенно можно выделить спортивно-оздоровительные конкурсы и эстафеты: «Папа, мама, я - спортивная семья», «Встреча с родителями: шуточные веселые старты между мальчиками и папами» и другие.

Одной из основных составляющих образования младших школьников в рамках реализации ФГОС является организация внеурочной деятельности, которая включает занятия сценических студий, секций, музыкально-хоровых кружков, клубов и т.п. При этом не только повышается эффективность образовательного и воспитательного процесса, но и достигается позитивный результат для здоровья учащихся.

Работая над задачей создания здоровьесберегающей среды, пришла к необходимости увеличения двигательной активности детей во внеурочной деятельности. Для выполнения этой задачи были разработаны и успешно реализуются программы: «Смелые, ловкие, быстрые», «Хоровод забытых игр», «Подвижные игры и антистрессовая пластическая гимнастика», «Ступеньки здоровья». В рамках внеурочной и внешкольной деятельности проводятся следующие спортивно-оздоровительные мероприятия: утренняя зарядка; игровые перемены; дни здоровья; проектная деятельность.

Проектная деятельность в начальной школе выводит ученика за границы урока, учебника, представляет проблему объемно, с позицией разных дисциплин, развивает творческое мышление, пробуждает интерес к изучению прие-

мов и методов поиска оригинальных решений в любой области человеческой деятельности. В течение учебного года дети работали над проблемой сохранения здоровья и вместе с родителями подготовили и защитили проекты: «Сохранение зрения», «Режим дня и здоровья», «Уход за зубами», «О правильном питании», «Ты и твоё здоровье» «Чипсы, кола и жвачка: польза или вред» и т. д.

Таким образом, использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе и внеурочной деятельности в рамках реализации ФГОС позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, повысить уровень компетентности в вопросах здоровьесбережения, в развитии физических навыков, двигательной активности и, в целом, общего состояния здоровья.

### **Список используемых источников**

1. Антипова, Л.П. Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе/Л.П. Антипова // Начальная школа.-2016.-№8.
2. Будаева, Н.А. Здоровьесберегающий подход к организации обучения в начальной школе /Н.А. Будаева // Начальная школа плюс до и после.-2018.-№3.
3. Гурьев, А.В. Особенности планирования основных направлений работы по сохранению здоровья субъектов учебно-воспитательного процесса в общеобразовательной школе /А.В. Гурьев // Стандарты и мониторинг.- 2011.-№3.

**Н.С. Тытлюк**

### **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ**

*Когда нет здоровья, молчит мудрость,  
не может расцвести искусство, не играют силы,  
бесполезно богатство и бессилён разум  
Геродот*

Не подлежит сомнению тот факт, что здоровье человека - одна из актуальнейших на сегодняшний день тем для разговора. Особенно это касается подрастающего поколения, ведь воспитание здорового образа жизни и ответственного отношения к своему организму начинается с самого детства. Некоторые исследования утверждают, что около семидесяти пяти процентов заболеваний закладывается уже в детском возрасте. На сегодняшний день медицинскими статистическими данными отмечается резкое ухудшение состояния здоровья детей. У каждого третьего первоклассника имеется какое-либо заболевание или отклонение. Школьное обучение должно способствовать сохранению здоровья,

однако вместо этого количество здоровых детей становится меньше в четыре раза. Всё чаще и громче звучат слова о том, что школьное образование опасно для здоровья, а «свет просвещения» приносит ученикам целый букет хронических заболеваний. Проблема здоровья сегодня как никогда актуальна, можно с уверенностью утверждать, что именно учитель в состоянии сделать для здоровья современного ученика больше чем врач. Поэтому педагог должен строить свою работу так, чтобы процесс обучения не только не наносил ущерба здоровью детей, но и учил детей с раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье.

Актуальность рассматриваемой темы отмечена и в государственных законах, которые регламентируют сегодня образовательную деятельность. В первую очередь это закон «Об образовании РФ» 273-ФЗ, который отмечает, что включает в себя охрана здоровья обучающихся, какие условия должна создать образовательная организация в своей деятельности, а также условия для образования детей-инвалидов и обучающихся, которым необходимо длительное лечение.

Здоровьесберегающие технологии в современной начальной школе определяются как система мер по укреплению и сохранению здоровья детей, в которой учтены главнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, влияющие на состояние здоровья. Отмечена важность их применения и во втором документе, на который опирается современная система образования – в федеральном государственном образовательном стандарте. Для учителя является ориентиром в деятельности так называемый «портрет выпускника начальной школы», в котором среди прочих личностных характеристик отмечено, что это человек, «выполняющий правила здорового и безопасного для себя и окружающих образа жизни». Для того чтобы сформировать данное качество у детей, и применяются здоровьесберегающие технологии в начальной школе. По ФГОС осознание здоровья как ценности и привитие навыков бережного к нему отношения является одной из ведущих установок.

Формирование здорового образа жизни должно происходить непрерывно и целенаправленно. Особенно актуальна эта проблема для начальной школы, что связано с изменениями в жизни ребенка, освоение им новой социальной роли «ученик». Высокий процент первоклассников приходит в школу с врожденными, приобретенными заболеваниями.

Наиболее распространённая проблема – нарушения зрения. Статистика показывает, что количество детей, имеющих близорукость, возрастает от первоклассников до выпускников с 3,9% до 12,3%. Такая тенденция просто обязывает учителя к применению здоровьесберегающих технологий в начальной школе, направленных на предупреждение нарушений зрения и сохранения имеющихся показателей. Имеются и множество других показателей здоровья, значения которых снижаются в школьные годы. Стандарт второго поколения обеспечивает формирование знаний, установок, ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение, укрепление здоровья, заинтересованного отношения к собственному здоровью, знание негативных факторов риска здоровья.

Современные технологии воспитания ориентированные на укрепление здоровья должны строиться на стимулировании положительных чувств успеха, оптимизма и веры в свои силы и способности.

Основные вопросы по здоровьесберегающим направлениям:

- организация урока в условиях здоровьесберегающей технологии;
- выполнение требований СанПиН;
- игровые оздоровительные технологии;
- веселые физминутки на уроках в начальной школе;
- работа по предупреждению утомляемости глаз на уроках;
- дыхательная гимнастика;
- игровой массаж;
- формирование навыков здорового образа жизни;
- роль семьи в формировании у младших школьников здорового образа жизни.

Хорошо дидактически проработанный урок – самый здоровьесориентированный для всех его участников. Здоровый ученик с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами.

Стиль общения учителя с обучающимися также влияет на состояние здоровья. Учителям должен быть свойственен демократичекый стиль общения, который создает условия для развития психической активности ребенка, дает свободу познавательной деятельности, школьник не боится ошибиться при решении поставленной задачи. Ученик, находясь в состоянии душевного комфорта и защищенности, с удовольствием работает на уроке.

Работа по укреплению и сохранению здоровья обучающихся невозможна без привлечения родителей, так как хорошая связь между школой и родителями является фундаментальным условием в личностно-ориентированном образовании. Родители становятся участниками классных часов, проводят тематические беседы по здоровому образу жизни. Одна из важнейших задач, возложенная на родителей, - контроль за соблюдением режима дня школьника и сбалансированного питания. Там, где эти задачи решаются успешно, в семье растет здоровый, физически крепкий ребенок с хорошей эмоционально-волевой сферой, социально защищенный.

Здоровый ученик - успешный ученик. Овладевать знаниями и усваивать новый материал способен только здоровый человек. Учителю необходимо научить ребёнка сохранять и укреплять своё здоровье, привить навыки безопасного поведения, предотвратить излишние психологические и физические нагрузки на детский организм. Рассмотрим, что необходимо для реализации здоровьесберегающих технологий в начальной школе.

Понятие «здоровьесберегающие технологии» в начальной школе может быть отнесено к любой из применяемых учителем образовательных технологий, если в процессе решается задача сохранения и укрепления здоровья учителя и обучающихся. При этом возможны соблюдаться следующие принципы, выделенные профессором Николаем Константиновичем Смирновым:



*«Не навреди!»* — каждый приём, метод или средство, которое применяется на уроке, не должно наносить вред здоровью детей, поэтому стоит использовать только обоснованные, проверенные на практике элементы работы.

*Непрерывность и преемственность* — этот показатель говорит о том, что здоровьесберегающие образовательные технологии в начальной школе применяются в работе регулярно, ежедневно и на каждом уроке. Ребёнок – субъект применяемых технологий и их непосредственный участник.

*Учёт возрастных особенностей* при подборе содержания обучения. Все материалы и их объём должны быть посильны и доступны для ребёнка.

*Создание ситуации успеха* очень важно для развития психологического здоровья ребёнка. Любой результат, полученный ребёнком, оценивается сначала с акцентом на положительное, после чего отмечаются ошибки или проблемы.

*Формирование ответственности за свое здоровье* у каждого ребенка - важная задача учителя.

Разнообразные виды здоровьесберегающих технологий в начальной школе можно объединить в три блока: направленные на соблюдение гигиенических требований; организующие рациональную физическую активность; другие психолого-педагогические технологии.

Первый блок: обеспечиваем гигиенически оптимальные условия. Требования содержатся в нормах СанПиН. Дети должны удобно сидеть, сохраняя правильную осанку, и периодически менять позу, снимая статическое напряжение. Для этого педагоги обычно используют физминутки, пальчиковую, дыхательную, суставную и глазную гимнастику, а также элементы самомассажа. Такие оздоровительные моменты, регулярно включаемые в урок, дают хороший эффект.

Второй блок: организуем обучение и физическую активность. Современные исследования в области педагогики и психологии отмечают четыре важных момента в построении урока, включающего здоровьесберегающие технологии в начальной школе.

Момент первый: интересно - значит неустойчиво! Формируя у школьников коммуникативные навыки, заинтересованность в новых знаниях, познавательную мотивацию и умение не только отвечать на вопросы, но и задавать их, педагог предотвращает у детей усталость от образовательного процесса.

Момент второй: вижу, слышу, пробую! У каждого человека имеются индивидуальные особенности восприятия. Учитель должен знать особенности обучающихся и использовать в работе разные варианты подачи материала, чтобы облегчить обучение для всех детей.

Момент третий: учет зоны работоспособности. В активности человека наблюдаются регулярные пики и спады, образующие особый ритм. Такое чередование имеет свои особенности и в течение одного дня, и в разные дни учебной недели.

Момент четвёртый: распределение интенсивности умственной нагрузки. Педагог в процессе обучения старается снизить утомление, поддерживает оп-

тимальную работоспособность учащихся, следит за её изменением в ходе урока и тем самым способствует здоровьесбережению.

Третий блок: психолого-педагогические технологии здоровьесбережения. Создание благоприятного психологического климата на уроке: доброжелательный стиль общения; увлекательная беседа; интерес к каждому мнению; тактичное замечание и спокойная реакция на ошибки; стимулирование к самостоятельной деятельности; тонкий юмор. Американский психолог Дон Пауэлл советует «Каждый день находить повод, чтобы хоть немного посмеяться».

Здоровьесберегающие технологии в начальной школе - мощная система, которая поможет сохранить детское здоровье.

Классификация здоровьесберегающих технологий: специалисты, разрабатывающие данное направление в методологии, предлагают несколько классификаций здоровьесберегающих технологий, учитывающих разные аспекты. Наиболее общая классификация выглядит так.

Технологии, которые обеспечивают гигиенически оптимальные условия:

- технологии обучения здоровому образу жизни.
- психолого-педагогические технологии, используемые учителями в урочной и
- коррекционные технологии.

Целесообразно использование на уроках упражнения-звукоподражание. Психологи рекомендуют пропевать гласные звуки, и оказывается, что «Ее-ее-ее» – тренирует горло.

Звук «м-м-м» снимает стресс и дает полностью расслабиться.

Звук «а-а-а» немедленно вызывает расслабление.

Звук «и-и-и» — самый стимулирующий звук, звуковой кофеин. 3-5 минут произнесения этого звука стимулирует мозг, повышает активность организма, повышает настроение, чувства благополучия.

Звук «о-о-о» — горло лечит, средство мгновенной настройки организма.

Звук «ы-ы-ы» — лечит уши, улучшает дыхание; звук «э-э-э» — улучшает работу головного мозга.

Помогают сохранить здоровье ребёнка в школе цветные круги, выставленные на классной доске (диаметром – 30 см). Каково же их значение? Жёлтый круг уменьшает чувство страха у детей во время проведения диктантов по:

- русскому языку. Синий круг тонизирует умственную активность при проведении контрольных работ
- по математике. Красный круг активизирует умственные способности детей, для всех видов контроля.
- зелёный круг – для успокоения, если дети расшумелись.
- оранжевый круг - цвет творчества, будит фантазию.
- здоровьесберегающие технологии во внеурочной деятельности

Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни - одна из главных задач, обозначенных в нормах ФГОС. Если раньше, говоря о здоровьесберегающих технологиях, делали упор именно на физическом состоянии здоровья ребенка, то теперь во главу угла поставлено общее здоровье: физиче-

ское, психическое, эмоциональное, нравственное, социальное. И теперь задача учителя — не просто вести уроки в чистом кабинете, следить за осанкой и проводить физкультминутки.

Важнее создавать психологически и эмоционально благоприятную атмосферу в школе, формирующую Личность. То есть, по ФГОС подход к сохранению здоровья ребенка и обеспечения его безопасности стал всеобъемлющим, многогранным, затрагивающим множество аспектов.

**Н.Н. Филина,  
Н.В. Меркулова**

### **ПРИМЕНЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ СТРУКТУРНОГО ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ «ОКТЯБРЕНОК» (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ)**

Весь режим структурного подразделения «Октябренок» муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад «Лукоморье» городского округа город Михайловка Волгоградской области, способствует укреплению здоровья и позволяет обеспечить необходимую двигательную активность детей в течение всего дня, формирует осознанное отношение ребенка к своему здоровью.

Использую разнообразные формы двигательной активности, такие, как: утренняя гимнастика, индивидуальная работа, физкультминутки, подвижные и спортивные игры, оздоровительный бег, гимнастика после сна и прохождение по «тропе здоровья», спортивные досуги и праздники, музыкальные и физкультурные занятия.

Каждое утро начинаю с радостных приветствий с детьми. Доброжелательное отношение к каждому пришедшему ребенку, атмосфера дружеского участия позволяет положительно настроить детей на предстоящий день, снять тревожность, замкнутость. Игры на общение и игры, повышающие настроение детей использую в утренние часы приема детей. Данные игры, по своему замыслу, предполагают рукопожатие, поглаживание, теплые, ободряющие слова, заинтересованное отношение к настроению, самочувствию друг друга, юмор, улыбки и смех детей. Они развивают умение лучше понимать себя и других, умение соблюдать определенные правила, развивают способность к самовыражению, умение регулировать свое поведение, создают здоровое эмоциональное возбуждение, бодрое настроение. Эти игры провожу не только в утренние часы, но и во второй половине дня и в минуты свободного общения.

Утренняя гимнастика является одним из важнейших компонентов укрепления и оздоровления детского организма, а также организации двигательного режима ребёнка, направленного на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей. Ежедневно выполняя физические упражнения, под руководством воспитателя, у детей вырабатывается полезная привычка начинать день с утренней гимнастики, которая постепенно вовлекает весь организм ребёнка в

деятельное состояние, укрепляет дыхание, усиливает кровообращение, содействует обмену веществ, вызывает потребность в кислороде, помогает развитию правильной осанки. Чтобы предупредить возникновение плоскостопия, предлагаю упражнения для укрепления свода стопы – поднимание на носки, на пятки. Детям нравится выполнять упражнения под музыку. Музыка создаёт бодрое настроение, оказывает положительное влияние на нервную систему ребёнка.

В зависимости от погодных условий, утреннюю гимнастику провожу на воздухе или в помещении, в течение 10–12 минут. Если утренняя гимнастика проводится в помещении, то открываются форточки, дети занимаются в физкультурной форме и босиком.

Содержание утренней гимнастики составляют упражнения, рекомендованные программой для средней группы, разученные предварительно на физкультурном занятии и хорошо знакомые детям.

С целью предупреждения утомления во время НОД, связанных с длительным нахождением в однообразной позе, требующих сосредоточенного внимания и поддержания умственной работоспособности детей на хорошем уровне, провожу физкультминутки или динамические паузы, которые повышают общий тонус, моторику, способствуют тренировке подвижности нервных процессов, развивают внимание и память, создают положительный эмоциональный настрой и снимают психоэмоциональное напряжение. Физкультминутки провожу в разнообразных формах, в виде упражнений общеразвивающего воздействия (движения головы, рук, туловища, ног), подвижной игры, дидактической игры с разными движениями, танцевальных движений и игровых упражнений. Часто подбираю физкультминутку связанную по содержанию с темой НОД. Использую паузы, представляющие собой гимнастику для стимуляции деятельности речевых центров, куда входят упражнения для коррекции речи: логоритмика, пальчиковая гимнастика, артикуляционная гимнастика, зрительная гимнастика. Иногда непосредственно в образовательную деятельность включаю релаксационные упражнения. Релаксационные упражнения позволяют успокоить детей и снять мышечное и эмоциональное напряжение. Выполнение упражнений под тихую, спокойную, плавную музыку или под звуки природы «Шум леса», «Море» повышает эффективность релаксационных упражнений, помогает более полному расслаблению.

Провожу психогимнастику - это такие игры, на создание образов знакомых животных, передавая их характерные особенности и повадки. («Веселый гусь», «Грустный щенок», «Злой волк» и т. д.). Психогимнастические упражнения помогают детям в восстановлении и сохранении эмоционального благополучия и предупреждают психические расстройства, способствуют снижению эмоционального напряжения.

НОД имеют огромное значение в воспитании у ребёнка потребности в здоровом образе жизни. Использую здоровьесберегающие технологии и при проведении непосредственно образовательной деятельности в серии «Здоровье», которые включены в сетку НОД в качестве познавательного развития. В ходе такой непосредственно образовательной деятельности дети получают

представление о строении собственного тела, назначении органов, о том, что полезно и вредно для человеческого организма, а также прививаются элементарные навыки по уходу за собой и оказанию первой помощи.

Без сомнения, большое значение в воспитании здорового ребёнка имеют закаливающие мероприятия. Используемая мной система закаливаний предусматривает разнообразные формы и методы, а также изменения в связи с временами года, возрастом и индивидуальными особенностями состояния здоровья детей.

Для эффективности закаливания обеспечиваю:

1. чёткую организацию теплового и воздушного режима в помещении («температурная» гигиена);
2. слежу, за тем, чтобы на детях была рациональная, не перегревающая одежда;
3. соблюдаю режима прогулок во все времена года;
4. сон при открытых форточках; гигиенические процедуры (умывание и обливание рук до локтя прохладной водой, полоскание рта кипяченой водой комнатной температуры);
5. хождение босиком в группе и летом на прогулке, занятия босиком утренней гимнастикой и физкультурой.

Прогулка – один из важнейших режимных моментов, во время которой дети могут в полной мере реализовать свои двигательные потребности. Для того чтобы прогулка давала здоровьесберегающий эффект, меняю последовательность видов деятельности детей, в зависимости от характера предыдущей НОД и погодных условий. Например, в холодное время года и после непосредственно образовательной деятельности, на которой дети сидели, прогулка начинается с пробежки, подвижной игры, а в тёплое время года или после физкультурных и музыкальных занятий – с наблюдения, малоподвижных игр. Кроме подвижных игр, широко использую разнообразные упражнения в основных видах движений: бег и ходьба, прыжки, метание, бросание и ловля мяча, упражнения на полосе препятствий.

Проводимые на свежем воздухе физические упражнения способствуют функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, развитию защитных сил по отношению к неблагоприятным факторам внешней среды. Каждые две недели меняю комплекс физических упражнений на воздухе.

Большое значение уделяю организации полноценного дневного сна. Для засыпания детей используются различные методические приемы: колыбельные песенки, слушание классической музыки и сказок.

Оздоровительные мероприятия после дневного сна предназначены для постепенного перехода детей от спокойного состояния к бодрствованию. Корректирующая гимнастика проводится при открытых форточках в течение 7-15 минут. Использую различные варианты гимнастики. Начинается гимнастика с разминки в постели. Дети постепенно просыпаются под звуки приятной музыки и, лёжа в постели на спине поверх одеяла, выполняют 5-6 упражнений обще-

развивающего воздействия. Упражнения выполняются из разных положений: лёжа на боку, на животе, сидя. После выполнения упражнений дети встают и выполняют в разном темпе несколько движений (ходьба на месте, ходьба по массажным коврикам, постепенно переходящая в бег). Затем все переходят из спальни в хорошо проветренную групповую комнату и под музыку выполняют произвольные танцевальные, музыкально–ритмические движения.

Пробежки по массажным дорожкам сочетаю с контрастными воздушными ваннами и провожу их 2 раза в неделю по 5-7 минут. Дети занимаются босиком, идут в быстром темпе по дорожке и плавно переходят на бег (1-1,5мин.) и снова переходят на спокойную ходьбу с дыхательными упражнениями. Это способствует развитию выносливости, координации движений, формированию стопы и укреплению организма детей.

Провожу дыхательную гимнастику. К гимнастическим упражнениям, формирующим правильное дыхание, относятся упражнения для постановки правильного дыхания через нос, развития мышц грудной клетки для увеличения ее эластичности, на активное вытягивание позвоночника.

Владею сама и учу детей выполнять точечный массаж – элементарный приём самопомощи своему организму.

Упражнения точечного массажа учат детей сознательно заботиться о своём здоровье, прививают им уверенность в том, что они сами могут помочь себе улучшить своё самочувствие, наряду с этим точечный массаж является профилактикой простудных заболеваний. Под действием массажа организм начинает вырабатывать свои собственные лекарства (например, интерферон), которые очень часто намного эффективнее и безопаснее таблеток.

Самым ярким событием в спортивной жизни детей является активный отдых: физкультурные праздники, спортивные досуги, «Дни здоровья». Активный отдых оказывает благотворное воздействие на организм ребенка, закрепляет двигательные умения и навыки, развивает двигательные качества (быстроту, ловкость), способствует воспитанию чувства коллективизма, дружбы.

Работа по здоровьесбережению в структурном подразделении «Октябренок» муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад «Лукоморье» г.о.г Михайловка Волгоградской области ведется систематически, носит комплексный характер, что позитивно сказывается на уровне заболеваемости в учреждении (снижается) и посещаемости детьми детского сада (93%).

**О.В. Фурсова**

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В РАБОТЕ УЧИТЕЛЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ В ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ ГРАМОТЕ В КЛАССЕ СЛЕПЫХ ДЕТЕЙ**

В связи с резким ухудшением состояния здоровья школьников в последние годы остро стоит вопрос об организации здоровьесберегающего обучения.

С учетом новых подходов к выстраиванию стратегии образования и ее ориентации на воспитание нормального ребенка проблема здоровья рассматривается с различных точек зрения. Процесс организации здоровьесберегающего обучения должен носить комплексный характер, поскольку, согласно данному Всемирной организацией здравоохранения определению, здоровье представляет собой состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Все вышеперечисленное имеет отношение и к воспитанию и обучению детей с нарушением зрения.

Учет возрастных особенностей и индивидуальных возможностей младших школьников с нарушением зрения - залог успешного взаимодействия с ним в процессе обучения. Первый год обучения в школе - чрезвычайно сложный, переломный период в жизни любого ребенка. На смену беззаботным играм приходят ежедневные учебные занятия. Они требуют от ребенка напряженного умственного труда, активизации внимания, сосредоточенной работы на уроках. Поэтому очень важно организовать процесс обучения с учетом психофизиологических особенностей ребенка, которые, в свою очередь, определяют его функциональные возможности.

Нарушения зрения накладывают дополнительный отпечаток на развития младшего школьника. Они изменяют характер, внимание, речь, память ребенка.

Обучение грамоте является одним из наиболее важных разделов программы 1 класса в общеобразовательной школе и в школе для слепых и слабовидящих детей. В нем присутствует четкая практическая направленность, и он нацелен на то, чтобы научить детей осмысленно читать, говорить, писать, дать младшим школьникам доступные их возрасту и пониманию первоначальные знания о языке, литературе, обогатить, речь учащихся, развить их внимание и интерес к речи вообще, привить любовь к чтению книг.

Одновременно с развитием основных видов речевой деятельности в начальной школе для детей с нарушением зрения, как и в массовой школе, предполагается решение таких важных вопросов, как

- формирование важных нравственных и эстетических представлений;
- развитие логического и образного мышления;
- освоение нового вида деятельности – учебной;
- развитие интереса к учебным занятиям, к книге.

Всю программу обучения необходимо строить на принципе дифференцированного подхода, направлять на коррекцию вторичных отклонений в развитии, обусловленных нарушением зрения.

В работе с детьми с нарушениями зрения в период обучения грамоте необходимо:

1. Выявить уровень подготовленности детей к обучению грамоте.
2. Восполнить недостатки развития, всех сторон познавательной деятельности.
3. Развивать деятельность сохранных анализаторов, речь, мышление.

4. Расширять чувственный опыт на основе ознакомления с окружающим миром.

5. Осуществлять подготовку руки и глаза к чтению и письму: развитие глазомера и ориентировка в пространстве. Выбатывать правильные и координированные движения пальцев и кисти руки, познакомить с письменными принадлежностями и научить пользоваться ими.

6. Обучить письму букв.

Основываясь на данных личных наблюдений и вышеперечисленных особенностях можно говорить о необходимости активного применения здоровьесберегающих технологий в работе с детьми с нарушениями зрения, так как наша основная задача не только вооружение ребенка качественными знаниями, но и сохранение того хрупкого здоровья, которым обладает ученик.

Здоровьесберегающее обучение направлено на обеспечение психического здоровья учащихся. Достигается через учет особенностей класса (изучение и понимание человека); создание благоприятного психологического фона на уроках; использование приемов, способствующих появлению и сохранению интереса к учебному материалу, создание условий для самовыражения учащихся, инициацию разнообразных видов деятельности, предупреждение гиподинамии.

Учебная деятельность, связанная с высокими умственными, физическими нагрузками, должна быть строго регламентированной и рационально построенной.

Учебная нагрузка разделяется на:

- физическую (соответствует требованиям СанПиН 2.4.2.117802)
- интеллектуальную (зависит от содержания программ, степени развития психики ребенка – внимания, восприятия, воображения, памяти, мышления).
- эмоциональную (складывается из эмоциональных переживаний за успехи и неудачи, из общения со сверстниками, самоутверждения и др.)

Нельзя ожидать от всех школьников одинакового уровня развития и темпа обучаемости, поэтому их следует определять в процессе обучения и учитывать, выстраивать индивидуальную программу доразвития отдельных черт.

В предложенной системе занятий реализуется основные принципы специального образования - принцип коррекционной направленности и дифференцированного подхода к каждому учащемуся. По типу организации и управления познавательной деятельностью ребенка в учебном процессе в контексте задач здоровьесбережения используются лично ориентированные технологии. В том числе и в контролирующей и оценочной деятельности, главная цель которой – определить уровень достижений каждого ученика, педагог не только исправляет ошибки, но и привлекает ребенка к поиску ошибок, их оценке.

В работе с детьми с нарушениями зрения необходимо обращать внимание на:

1. Темп работы. При работе с медлительными детьми необходимо:

- снижать темп опроса, не торопить ученика, давать время на обдумывание, подготовку, предупреждать о необходимости отвечать.



- при изложении нового материала широко использовать опережающее обучение.

- особое внимание уделяется развитию мелкой моторики, так как это неразрывно связано с развитием головного мозга ребенка.

2. Сложность и объем заданий. При организации самостоятельной работы подбираются задания одинаковые по уровню сложности, но разные по объему. В некоторых случаях нужно подбирать для отдельных учеников и более легкие задания.

3. Использование технологий снижающих эмоциональную нагрузку и стимулирующих интерес к уроку.

а) Релаксационные и психофизические упражнения, психогимнастику.

Применяются как в начале урока, так и вместо или после активной физкультминутки для расслабления, настроя на работу.

б) Мимические, голосовые, дыхательные упражнения.

Проводятся особенно активно в начале года для формирования навыка правильного дыхания, отработки сильного, плавного и длительного выдохов, необходимых в работе над звукопроизношением.

в) Работа над усвоением лексико-грамматического строя речи. Любой урок должен расширять объем словаря, уточнение значений слов, активизировать словарный запас ребенка.

г) Физпаузы и физминутки, несущие дополнительную речевую нагрузку.

д) Задания на целенаправленное восприятие предметов и явлений окружающего мира. Проведение предметных уроков, на которых обследуется определенный объект и формируются алгоритм и способы обследования предметов (см. приложение).

Коррекционное развитие по основным направлениям:

- развитие психики ребенка (коррекция внимания, мыслительных операций)

- развитие сенсорных и моторных функций;

- формирование кинестетической основы артикуляторных движений;

- развитие мимической мускулатуры;

- развитие эмоционально-волевой сферы и игровой деятельности,

- формирование черт гармоничной личности (дружбы, любви, уважения и самоуважения, критичности и самокритичности, оценки и самооценки).

Таким образом, каждый урок должен носить не только коррекционную, но и здоровьесберегающую направленность, так как в первом классе важно помочь ребенку адаптироваться к обучению в школе, учебной нагрузке, научить работать на уроках и справляться с эмоциональным напряжением. Это может быть достигнуто снижением темпа работы на уроках, уменьшением объема задания и использованием релаксационных пауз, приемов психогимнастики.

### **Список используемых источников**

1. Ермаков, В.П., Якунин, Г.А. Основы тифлопедагогики: Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения: учебное пособие для студ. выс. пед. учебн. заведений.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000.-240 с.
2. Жиренко О.Е., Обухова Л.А. Поурочные разработки по обучению грамоте-М., ВАКО, 2005.- 304с.
3. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. – М.; ВАКО, 2004.- 295с.
4. Обучение письму и чтению по системе Брайля: Учебное пособие/ Под ред. Г.В. Никулиной, СПб., КАРО, 2006.- 576с.

## *Приложение*

### **Психогимнастика**

«Заводные игрушки» Представьте, что вы игрушка, которую можно завести. Какая это игрушка? (кукла, мишка, лягушка, или кто-то еще). Вот вставляют ключик, поворачивают, и вы просыпаетесь, начинаете двигаться.

«Солнышко припекает» Мы лежим на травке, денек солнечный, солнышко хорошо пригревает, повернем один бочек к солнышку, другой, потянемся, повернемся спинкой, животиком, еще раз потянемся.

### **Дыхательная гимнастика**

Упражнения выполняются сидя или стоя.

1. «Крылышки»: руки вдоль туловища. Отводим руки ребенка назад за голову - вдох. Возвращаем руки в исходное положение - выдох. Читаем стихи:

Крыльями руки на вдохе взлетают -

Плавно на выдохе вниз опадают.

1. «Поймаем бабочку»: разводим руки ребенка в стороны – вдох. Затем производим легкий поворот туловища ребенка, его руки «встречаются», и ладони сводятся вместе – выдох. Затем новый вдох и выдох с поворотом в другую сторону. Движения сопровождаются стихами:

Крылья мои раскрываются,

Выдох – и слева встречаются.

Вдох – и опять раскрываются,

Выдох – и справа встречаются.

### **Игры с гласными звуками**

Пропевание гласных звуков с движениями.

1. Цветок распускается - [а]

2. Рубим дрова - [у]

3. Пускаем облачко - [о]

4. Держим большой мяч - [э]

5. Маятник - [ы]

6. Поймаем лучик - [и]

7. Пропевание гласных с различной высотой звучания.

### **Кинезиологические упражнения**

1. «Кулак – ладонь»

Обе руки лежат на столе или на коленях ладонями вниз, одна сжата в кулак. Одновременно кулак разжать, а другую ладонь сжать в кулак. И так повторять смену позиций. Движение по мере усвоения можно ускорять, но при этом следите за тем, чтобы сжатия - разжатия производились попеременно.

Вот – ладошка, вот – кулак!

Все быстрее делай так.

2. «Оладушки».

Правая рука лежит на колене ладонью вниз, левая – на другом колене ладонью вверх. Одновременная смена позиций: теперь правая – ладонью вверх, а левая ладонью вниз. По мере усвоения темп движений можно увеличить.

Мы играли в ладушки –

Так пожарим, повернём

Жарили оладушки.

И опять играть начнём.

**А.В. Шилина**

## **СОВРЕМЕННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА**

Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют всё новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. Здоровье населения - высшая национальная ценность и возрождение наций должно начаться именно со здоровья, в первую очередь, детей. Изучение проблем детского здоровья в наше время приобретает особую актуальность. По данным Министерства образования Российской Федерации 87 % учащихся нуждаются в специальной поддержке. До 60-70 % учащихся к выпускному классу имеют нарушенную структуру зрения, 30 % - хронические заболевания, 60 % - нарушенную осанку. Исходя из этого, становится ясно, что проблемы детского здоровья нуждаются в новых подходах.

Одним из важных условий рациональной организации обучения является обеспечение оптимального двигательного режима, который позволяет удовлетворить физиологическую потребность в движении, способствует развитию основных двигательных качеств и поддержанию работоспособности на высоком уровне в течение учебного дня, недели и года. Современная школа преодолевает инертность традиционных методов обучения иностранному языку, ориентированных исключительно на формирование речевой деятельности.

Обучение иностранному языку детей – один из наиболее заинтересованных разговоров педагогов, психологов и родителей. При обучении языку одной из проблем является проблема заинтересовать учащихся во время учебного процесса, формировать их познавательную активность, поддержать интерес к изучению иностранного языка.

Не так давно, в школьную практику был введен термин «здоровьесберегающие технологии», которые рекомендовано широко использовать в учебном процессе. Чрезмерные нагрузки на школьников, связанные с большим объемом овладеваемого иноязычного материала, не всегда положительным образом дей-

ствуют на физическое и психическое здоровье учащихся. Актуальность использования элементов здоровьесберегающих технологий в процессе обучения иностранному языку мало изучено на данный момент и является одним из приоритетных направлений в практике школьного обучения.

1) **Динамическая пауза** рассматривается как вид здоровьесберегающих технологий. Многообразие упражнений делает динамическую паузу доступной и полезной детям всех возрастных групп. При проведении динамических пауз можно использовать различные предметы и подручные средства, например, ластик, книгу, карандаш, газету, комочки ваты и т.д. Можно использовать сюжетные двигательные разминки. Это способствует проявлению интереса учащихся к выполнению упражнений, формирует наблюдательность учащихся, их интерес к окружающей жизни. Динамические паузы способствуют не только сохранению физического, но и психического здоровья. Осуществляя организацию динамических пауз, наблюдая за деятельностью учащихся в ходе их проведения можно выделить следующие преимущества динамических пауз:

- в них принимают участие все учащиеся класса, вне зависимости от какого бы то ни было заболевания;
- благодаря игровым двигательным разминкам учащиеся получают возможность расслабиться психически и физически после длительного сидения и интенсивной учебной деятельности;
- постоянство в проведении динамических пауз и игровых двигательных перемен вырабатывает у учащихся потребность и привычку двигаться, не вызывает негативного отношения к двигательным упражнениям, способствует формированию культуры движения;
- совместная игровая деятельность в ходе динамических пауз сближает учащихся, раскрепощает, помогает преодолеть комплексы в их непосредственной учебной деятельности и физическом состоянии, почувствовать радость пребывания в классе, школе;
- способствуют повышению работоспособности, активности учащихся на последующих уроках, помогают преодолеть усталость и сонливость; для проведения можно использовать тот материал, который находится вокруг нас, те предметы, которые находятся ежедневно в портфеле ученика: ластик, учебник, карандаш;
- упражнения можно сочетать с интеллектуальными, что позволит развивать одновременно как интеллектуальную сферу ребёнка, так и его двигательную активность.

Таким образом, движение, физические упражнения, используемые в ходе проведения динамических пауз, обеспечивают эффективное решение задач повышения двигательной активности, если выступают в форме целостного двигательного режима, отвечающего возрастным и индивидуальным особенностям двигательной активности каждого ребёнка.

Существует алгоритм работы с физической минуткой на уроках английского языка.

I. Прослушивание детьми физической минутки (если нет фонозаписи, то учитель читает сам). После прослушивания дети отвечают на вопрос: «Какие слова вам известны?»

Сначала это задание вызывает большие трудности у детей, но со временем, при условии систематического его выполнения, дети привыкают быть внимательными (развивается слуховая память и внимание) и, как показывает практика, с успехом справляются с ним.

II. После прослушивания физической минутки (с опорой на ее печатный вариант) необходимо перевести ее на родной язык.

III. Чтение самого текста физической минутки. Здесь важно обращать внимание на фонетику, темп чтения, необходимо нацеливать учащихся на максимальное подражание учителю.

Грамматика не вычленяется в отдельный аспект работы. По мере ознакомления с той или иной физической минуткой учитель просто знакомит учащихся с правилом, объясняет форму образования и особенности употребления того или иного грамматического явления. Чтобы организовать всю работу, необходимо вчитываться, вслушиваться в текст и постараться выделить то явление, которое требует комментария.

IV. После первого прослушивания физической минутки на уроке, ученики должны дома прослушать ее еще раз, выучить новые слова, написать словарный диктант.

Текст физической минутки следует проговаривать в разном темпе, с различной интонацией, сопровождать жестами. Одним словом, на уроке следует делать все возможное, чтобы дети воспринимали задание не как нечто формальное, а как учебное, тренировочное упражнение. Любое задание должно доставлять ребенку радость.

2) Одной из важнейших форм релаксации является **игра**. Но не игра на личное или командное первенство, не конкурсы, требующие мобилизации умственных сил, а игра, способствующая отдыху, вызывающая положительные эмоции, легкость и удовольствие. Игра – один из увлекательных видов работы. Игра, как вид здоровьесберегающей технологии, направлена на релаксацию и отдых детей. Это не всегда подвижный вид деятельности.

Игра-пантомима.

а) При изучении алфавита изобразить букву (нарисовать букву в воздухе головой или движениями частей тела). Ученик(и) у доски выполняет(ют) это задание, а учащиеся отгадывают букву алфавита.

б) При изучении темы “My pet” изобразить животное движениями, мимикой, голосом, жестами.

в) При изучении темы “My day” изобразить действия, которые выполняются обычно в течение дня.

г) Ролевая игра-пантомима “In the Shop”.

Ситуация: “В Лондонском магазине ты хочешь купить какую-либо вещь. Недостаточно хорошо владея английским языком, ты пытаешься объясниться с продавцом жестами, мимикой”.

Подобные игры используются как способ развития координации рук и ног, других частей тела, пространственно-временных ориентировок, вызывают положительные эмоции на уроках.

3) Хорошим видом релаксации является **песня**, которая не только предоставляет учащимся возможность отдохнуть, но и служит для формирования фонематических, лексических, грамматических навыков. Различных песен в УМК много, но целесообразно для отдыха выбирать песни задорные, веселые, шуточные.

В целях релаксации можно и слушать, и разучивать, и исполнять песни. Пение активизирует функции голосового и дыхательного аппаратов, повышает интерес к предмету, развивает музыкальный слух и память, снижает утомляемость за счет эмоционального настроения. Шуточная, задорная песня позволяет учащимся расслабиться, создает благоприятную атмосферу на уроке.

В работе с песней существует определенная последовательность.

I. Прослушивание детьми песни (если нет фонозаписи, то учитель читает сам).

II. После прослушивания песни (с опорой на ее печатный вариант) необходимо перевести песню на родной язык.

III. Чтение самого текста песни.

Здесь важно обращать внимание на фонетику, темп чтения, необходимо нацеливать учащихся на максимальное подражание учителю. Чтобы организовать всю работу, необходимо вчитываться, вслушиваться в текст и постараться выделить то явление, которое требует комментария.

IV. После первого прослушивания песни на уроке, ученики должны дома прослушать ее еще раз, выучить новые слова, написать словарный диктант.

Тексты песен следует проговаривать в разном темпе, с различной интонацией, сопровождать, по возможности, жестами.

**Однако, одним из самых важных здоровьесберегающих действий считаю создание на занятии благоприятного психологического климата, положительной эмоциональной настроенности.** Уверена, что главной задачей педагога должно стать обеспечение максимально комфортной обстановки на занятии. Положительные эмоции способны полностью снимать последствия отрицательных воздействий на организм школьника. Используя в своей работе похвалу и одобрение действий обучающихся, можно достичь высоких результатов в обучении, так как именно поддержка ученика является важнейшим залогом успеха. В связи с этим в рамках своей образовательной программы использую систему содержательных оценок, разработанную Ш.А. Амонашвили и признанную наиболее адекватной. Содержательная оценка предполагает четыре момента:

- во всех случаях доброжелательное отношение к ученику, как личности;
- положительное отношение к усилиям ученика, направленным на решение задачи (даже если эти усилия и не дали положительного результата);
- конкретный анализ трудностей, стоящих перед учеником, и допущенных им ошибок;

- конкретные указания на то, как можно улучшить достигнутый результат.

Подобный подход к контролю и оценке умений обучающихся ориентирован на их успехи, поощрение и поддержку, которые сопровождаются вполне конкретными действиями учителя и ученика, направленными на улучшение качества обучения. Следует заметить, что важно не только снять напряжение и утомляемость у детей, возникающие в процессе обучения, но и научить их правилам гигиены и здорового образа жизни в повседневном обиходе. Для решения этой задачи я использую современные учебные пособия, аутентичные аудио- и видео материалы, где есть много интересной и полезной для детей информации о спорте и здоровом образе жизни. Обучающиеся не только читают тексты по данной тематике, но и обсуждают их в группах, диалогах, составляют монологические высказывания по данной проблеме, проводят дискуссии, готовят и защищают проектные работы.

Из опыта своей работы я могу сделать вывод, что здоровьесберегающие образовательные технологии – важнейшие среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье школьников. Их использование способствует укреплению и сохранению здоровья, ведет к снижению показателей заболеваемости детей, улучшению психологического климата в коллективе, позволяет успешнее овладевать необходимыми знаниями, умениями и навыками, предотвращать усталость и утомляемость, повышает мотивацию к изучению иностранного языка, создает условия для самовыражения учащихся и открывает простор для педагогического творчества. На мой взгляд, основная задача педагога, работающего над формированием здоровьесберегающей среды, заключается в том, чтобы подготовить ребенка к самостоятельной жизни, вырастить его нравственно и физически здоровым, научить грамотно, ответственно и эффективно сохранять свое здоровье.

## РАЗДЕЛ 2.

### ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

А.И. Витаева - студентка,  
Н.В.Смоляева - научный руководитель

#### ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ СРЕДСТВАМИ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В современном мире проблема сохранения здоровья детей очень актуальна в связи с резким снижением числа абсолютно здоровых детей, выросло число детей, имеющих хронические заболевания, нервно-психические заболевания.

Эффективность воспитания и обучения детей и подростков напрямую зависит от их здоровья. Здоровье - важный фактор работоспособности и гармонического развития детского организма. Здоровье человека является приоритетной социальной ценностью человека.

Объект работы - формирование здорового образа жизни младших школьников.

Предмет работы - педагогические средства внеурочной работы по формированию здорового образа жизни младших школьников.

Цель - определить и научно обосновать педагогические условия успешного формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни у детей младшего школьного возраста через использование педагогических средств внеурочной работы.

Здоровье ребенка складывается из четырех основных компонентов режима дня: физических нагрузок, закаливания, питания и психологического комфорта, включая сон. Каждый компонент «режима здоровья» воздействует самостоятельно и в то же время усиливает действия других.

На физическое состояние младших школьников немалое влияние оказывает их психоэмоциональное здоровье, которое зависит, в первую очередь, от ментальных установок. Поэтому ученые определяют следующие аспекты здорового образа жизни младших школьников:

- эмоциональное состояние: психогигиена, умение справляться с личными эмоциями;
- интеллектуальное самочувствие: умение человека узнавать и применять новую информацию для наилучших действий в новых ситуациях;
- духовное самочувствие: умение устанавливать подлинно значимые, действующие жизненные цели и желать их, оптимизм.

В младшем школьном периоде 8-10 лет, из-за возрастания личного опыта, отношение к здоровью значительно меняется. Дети, также соотносят здоровье с болезнью, но уже более четко определяют угрозы здоровью как от своего лич-



ного действия («нужно мыть руки», «нельзя есть невымытые фрукты» и пр.), так и от внешней среды.

Внеурочная деятельность в условиях внедрения ФГОС приобретает новую актуальность, ведь именно стандарты закрепили обязанность ее организации, это ресурс, позволяющий школе достичь нового качества образования. Стоит отметить, что для школы внеурочная деятельность обязательна, а ребенок имеет право выбора. Внеурочная деятельность позволяет ребенку выбрать область интересов, развить свои способности.

Исследование состояло из трех основных этапов:

1) Констатирующий этап включал в себя первичную диагностику по исследованию культуры здоровья младших школьников и включает апробацию следующего материала:

- диагностики уровня ценностных установок и жизненных приоритетов младших школьников по вопросам здоровья (методика С. Дерябо и В. Ясвина «Индекс отношения к здоровью»);
- диагностики уровня сформированности культуры ЗОЖ у младших школьников (методика С. Гаркуши);
- диагностики уровня понимания ценности и значимости здоровья, ведения здорового образа жизни (методика С. Гаркуши «Гармоничность образа жизни»);
- анкетирования родителей обучающихся («Отношение к ЗОЖ»).

2) Формирующий этап исследования включал в себя обучение здоровому образу жизни младших школьников на основе выделенных нами методических условий и апробацию программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению. Занятия были направлены на формирование культуры ЗОЖ, развития интереса к здоровому образу жизни у обучающихся.

3) Контрольный этап исследования состоял из проведения итоговой диагностики уровня культуры ЗОЖ испытуемых, уровня развития навыков здорового образа жизни, а также интерпретацию результатов, полученных в конце практической работы.

Результаты констатирующего этапа исследования позволили сделать следующие выводы, что около половины обучающихся, участвующих в исследовании не имеют достаточно знаний о здоровом образе жизни, не могут увидеть связи между плохим здоровьем и наличием вредных привычек, отсутствием желания вести здоровый образ жизни. Высокий уровень культуры в сфере здоровья показали всего 37 % обучающихся, средний уровень - 30 %, низкий уровень - 33 % обучающихся. В рамках опроса, родители класса отвечали на вопрос: «Что является самым важным для счастья ребенка?» Было отмечено, что 90 % родителей класса на первое место ставят отличное здоровье. По мнению 79 % родителей, для счастья необходимы, в первую очередь, здоровье, семья, достойное образование, материальное благополучие и любимая работа. Из выше перечисленного «Здоровье» является самым значимым.

Все это подтвердило необходимость разработки и реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здравушка», целью которой являлось формирование потребности в здоровом образе

жизни и укрепление здоровья, привитие навыков здорового образа жизни у младших школьников.

После реализации программы в изменении уровня диагностируемых показателей наблюдалась положительная тенденция.

Систематическое приобщение детей к здоровому образу жизни говорит о том, что уровень культуры здоровья вырос. Однако теоретические знания о ЗОЖ ещё преобладают над практическими умениями, что говорит о необходимости продолжить работу в данном направлении.

По результатам наших теоретических и практических исследований сделаны следующие выводы:

- понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни» достаточно многогранны, так как включают в себя и физиологическую, и психологическую и социальную составляющую;
- школа слабо использует свой потенциал для укрепления здоровья детей и подростков, формирования ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни и тем самым вносит свою печальную лепту в процесс ухудшения здоровья школьников в период их обучения;
- культура бережного отношения к своему здоровью, умение и желание заботиться о нем у большинства школьников, включая выпускников, остаются на крайне низком уровне.

Одним из условий процесса формирования здорового образа во внеурочной деятельности является реализация программы по спортивно-оздоровительному направлению, которая должна соответствовать всем требованиям ФГОС нового поколения и учитывать возрастные и индивидуальные возможности младших школьников. В нее должны быть включены современные здоровьесберегающие технологии развития и воспитания обучающихся.

Таким образом, исследовательская работа подтвердила возможность формирования культуры здорового образа жизни у младших школьников с учетом выявленных организационно-педагогических условий формирования здорового образа жизни у младших школьников:

- учет возрастных особенностей младших школьников;
- внеурочная деятельность должна проводиться с использованием программы спортивно-оздоровительного направления и здоровьесберегающих технологий;
- педагоги и родители должны совместно и целенаправленно работать над формированием мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни у младших школьников.

Педагогические средства внеурочной работы доказали свою эффективность, здоровьесберегающую и здоровьесформирующую направленность.

### **Список используемых источников**

1. Абдуллин, А.Г., Абдуллина, Д.Г. Здоровье как ценность: формирование установки на здоровый образ жизни у студентов вузов педагогических спе-

циальностей: монография [Текст] / А.Г. Абдуллин, Д.Г. Абдуллина. – Магнитогорск: МаГУ, 2018. – 148с.

2. Авдеева, Е.В. Учебно-методический комплект как средство повышения качества дополнительного образования детей // Методист. – 2018. – № 2. – С. 30-33.

3. Амосов, Н. М. Энциклопедия Амосова. Алгоритм здоровья: АСТ, Сталкер [Текст] / Н.М.Амосов. – Москва, Донецк, 2020. – 592с.

**З.П. Гусева**

## **ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТЕЙ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СТУДЕНТОВ ДУБОВСКОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕДЖА**

Неблагоприятная экологическая обстановка, массовые катастрофы приводят к ухудшению состояния здоровья населения, сокращению продолжительности активной жизни. Особую озабоченность государства и общества в настоящее время вызывает состояние здоровья подростков. Ежегодно увеличивается число юношей и девушек, злоупотребляющих курением, молодежь ведет малоподвижный образ жизни, все чаще подвержена стрессовым ситуациям. Среди студентов распространенность курения составляет более 25%, алкогольные напитки употребляют более 60%, а число обучающихся, проявляющих физическую активность не более 25%.

Одним из главных направлений молодежной политики в современной России обозначено формирование мотивации к здоровому образу жизни как к личному и общественному приоритету, пропаганда ответственного отношения к своему здоровью. В профессиональных образовательных учреждениях необходимо отслеживать готовность студентов вести здоровый образ жизни, т.е. осуществлять такой способ жизнедеятельности во всех сферах жизни, который обеспечивает сохранение, укрепление и формирование физического, психического, социального благополучия и духовно-нравственного здоровья.

В государственном бюджетном профессиональном образовательном учреждении «Дубовский педагогический колледж» используется комплексная система воздействия на обучающихся, составляющими которой являются ресурсы, необходимые для полноценного формирования и развития эффективной лично-ориентированной, здоровьесберегающей образовательной среды.

Основными направлениями в работе по формированию мотивации здорового образа жизни у студентов колледжа являются: формирование у будущих специалистов готовности к здоровому образу жизни на уроках; ежедневные мероприятия по сохранению и укреплению здоровья студентов колледжа; общеколледжные мероприятия внеурочной деятельности валеологической направленности; участие студентов в спортивно-массовых мероприятиях городского, районного и областного уровней; подготовка будущих педагогов к реализации здоровьесберегающих технологий в условиях педагогической практики.

На занятиях физической культурой со студентами проводятся беседы о здоровом образе жизни. Выполняя задание для самостоятельной работы, будущие специалисты создают презентации, готовят рефераты о компонентах здорового образа жизни. При изучении раздела «Гимнастика» студенты выполняют упражнения аэробики, которые благоприятно воздействуют на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую и дыхательную системы, способствуют формированию правильной осанки, красивой походки, дают возможность откорректировать недостатки фигуры.

В режиме учебного дня колледжа ежедневно перед занятиями будущие учителя физической культуры проводят для остальных студентов утреннюю гимнастику, на учебных занятиях организуются физкультминутки, на переменах – подвижные игры на открытом воздухе и в спортивном зале.

В течение учебного года в Дубовском педагогическом колледже традиционно проводятся следующие спортивные мероприятия: «Осенний легкоатлетический кросс», «А ну-ка, парни!», «Мы защитниками станем!», «Дубовский рунбеж». Для будущих специалистов и потенциальных абитуриентов организованы спортивные секции по волейболу, баскетболу, настольному теннису, аэробике, хореографии.

Студенты Дубовского педагогического колледжа принимают активное участие в спортивно-массовых мероприятиях городского, районного и областного уровней: Всероссийских акциях «Беги за мной!», «Кросс Нации», городских соревнованиях по мини-футболу на кубок Мэра, соревнованиях по баскетболу, волейболу среди молодежи г. Дубовки, районном спортивном конкурсе «Аты-баты, шли девчата!», районной военно-спортивной игре «Подвига Героев будем достойны!», районном спортивном соревновании «А ну-ка, парни!», Военно-историческом фестивале Победы в Сталинградской битве.

При прохождении производственной практики будущие воспитатели ДОО проводят ежедневно утреннюю гимнастику в различных возрастных группах, физкультминутки, подвижные игры в помещении и на улице, физкультурные занятия. С родителями организуются беседы о здоровом образе жизни, проводятся мастер-классы «Здоровенок», «Тропа здоровья», «Красивая спинка».

Будущие учителя начальных классов для детей организовали месячник, посвященный здоровому образу жизни, в рамках которого были проведены беседы о режиме дня, закаливании, правильном питании, правильной осанке, личной гигиене. Также студенты провели Олимпийские уроки, на которых познакомили школьников с историей возникновения олимпийских игр, олимпийскими играми современности, с Олимпиадой 2014 года, Олимпийскими чемпионами Волгоградской области. В завершении месячника здорового образа жизни были проведены спортивные соревнования «Малые Олимпийские игры».

В рамках производственной практики будущие учителя физической культуры для учеников 5-9 классов организовали неделю физической культуры. Были проведены классные часы «Наше здоровье и от чего оно зависит», «Экзамены без стресса», «О спорт, ты мир», «Режим питания», «Я здоровье берегу,

сам себе я помогу», интеллектуальная игра «Спорт вокруг нас», спортивный конкурс «Самый сильный!» среди юношей 8 классов, соревнования по волейболу, весенний легкоатлетический кросс. Итоги недели физической культуры были подведены на общешкольной линейке.

Эффективность реализации всех направлений работы по формированию мотивации здорового образа жизни у студентов колледжа подтверждается следующими результатами: возросла посещаемость занятий физической культурой; у студентов сформированы устойчивые установки на неприятие вредных привычек; студенты охотно посещают спортивные секции; принимают активное участие в соревнованиях городского, районного и областного уровня; будущие специалисты готовы к реализации здоровьесберегающих образовательных технологий в практической педагогической деятельности.

Благодаря здоровому образу жизни каждый человек имеет большие возможности для укрепления и поддержания своего здоровья, для сохранения трудоспособности, физической активности. Защита собственного здоровья - это обязательство каждого из нас. Научившись ценить и беречь своё здоровье, студенты будут внимательнее относиться к окружающим, их близким и даже незнакомым людям, никогда не пройдут мимо человека, попавшего в беду, и будут твёрдо убеждены в неприкосновенности как собственного, так и чужого достоинства и благополучия.

### **Список используемых источников**

1. Андреев, В.И. Здоровьесберегающее обучение и воспитание. В.И. Андреев. – Казань, 2000.
2. Малыгина О. А. Моделирование процесса формирования здорового образа жизни у подростков. Ярославский педагогический вестник – 2011. – №1 – Том II (Психолого-педагогические науки), С. 41-43.
3. Петров К. Здоровьесберегающая деятельность в школе. Воспитание школьников. -2015.- №2.- С.19-22.
4. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. - М.: АПК и ПРО, 2012.

**Н.Г. Кириличева**

### **ОРГАНИЗАЦИЯ ДОСУГА КАК ПУТЬ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

В современном социуме, когда особую актуальность приобретает проблема зависимости школьников от виртуальной реальности, на первый план выходит проблема организации разностороннего досуга детей и подростков. Планируя и организуя досуг, педагог оказывает положительное влияние на поведение учащегося через его же интересы и творчество, развивает культурный уровень ребенка, способствует его социальной адаптации. В процессе системной досу-

говой деятельности у обучающихся вырабатываются такие значимые качества социально адаптированной личности, как трудолюбие, внимательность, упорство в достижении цели, самостоятельность, умение осознанно выбирать вид деятельности и способность доводить начатое дело до конца. Досуговая деятельность детей и подростков осуществляется во внеурочное время как в самой школе, так и в организациях дополнительного образования. Для плодотворного развития творческих способностей детей в школах создаются разнообразные кружки и секции по интересам, самодеятельные театры, хореографические коллективы, студии, художественные объединения. Организации дополнительного образования, секции, студии, дома детского творчества ставят основной целью развитие у детей способностей, направленных на достижение высоких результатов в области спорта, живописи, музыки, танца, театрального искусства, то есть одновременно являются и общеобразовательными учреждениями, и площадкой для организации досуга детей.

Концепция досуга как целостного образа жизни является обобщающей по отношению ко всем предыдущим подходам. В соответствии с ней выдвигается гипотеза, что абсолютно все сферы жизнедеятельности обладают в той или иной степени досуговым потенциалом, т. е. основа досуга – возможность для художественного творчества, самовыражения, физического и интеллектуального самосовершенствования – может в равной мере присутствовать в разных сферах жизнедеятельности человека.

Внеклассная работа с обучающимися играет важную роль в развитии творческих способностей детей и подростков, поскольку для всех возрастных групп школьного периода характерны потребность и стремление к активному общению со сверстниками с ориентацией на те формы досуга, в ходе которых осуществляется непосредственная коммуникативная деятельность. Поэтому максимально продуктивны формы работы в небольших коллективах (кружках, секциях, студиях и других группах), позволяющих реализовать и работу по индивидуальному маршруту, и взаимное общение.

Наиболее эффективна групповая работа в небольших коллективах (кружках, секциях, командах). Это кружки эстетического цикла, художественного слова, театральные коллективы, спортивные секции, студии изобразительного творчества, спортивные игровые коллективы, хореографические студии, художественно-прикладного творчества, технического моделирования, научно-исследовательские.

Очень удачно проходят ставшие уже традиционными праздники «День хутора» (14 октября), «День матери» (ноябрь), «Новогодний калейдоскоп» (декабрь), «Проводы Масленицы» (февраль-март), «Вахта памяти» (февраль, май). Дети видят перед собой пример для подражания в своих педагогах. Совместное участие в подготовке и проведении таких мероприятий школьного и общественного уровней сближает, способствует формированию детского коллектива.

Определяющим фактором эффективности и результативности данной деятельности выступает педагогический коллектив – объединение специалистов

разных профилей, людей богатого и разнообразного жизненного опыта, осуществляющих совместную деятельность по воспитанию и развитию детей и подростков.

Резюмируя вышесказанное, следует отметить следующее. Во-первых, досуговая деятельность является необходимым аспектом жизни детей и подростков в условиях перегруженности учебным процессом и обилием информации в современном обществе. Во-вторых, актуальные способы организации досуговой деятельности, такие, как игра, туристические походы, творческие дела, являются сферой, как школы, так и различных видов организаций дополнительного образования. В-третьих, творческая досуговая деятельность детей и подростков на практике представлена значительным разнообразием видов и форм, как во внеклассной, так и во внешкольной работе с обучающимися.

**Е.М. Купряхина – студентка,  
О.Н. Кряковская - научный руководитель**

## **ОПТИМИЗАЦИЯ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ РОДИТЕЛЕЙ С РЕБЕНКОМ КАК НЕОБХОДИМОЕ УСЛОВИЕ ВОСПИТАНИЯ ЗДОРОВОЙ ЛИЧНОСТИ**

***Аннотация.** Здоровая семья, какая она? Как воспитание влияет на будущую личность? Семья как фундамент нашего будущего, именно она с ранних лет является нашим главным авторитетом, который прививает нам те или иные знания о жизни в целом. В статье рассматриваются необходимые условия воспитания здоровой личности.*

*Ключевые слова:* ребёнок; воспитание; родители; взаимопонимание.

Каждая мать желает вырастить из ребёнка достойного человека, но, к сожалению, некоторые женщины в силу отсутствия опыта, могут перестараться, здесь стоит принять во внимание чужие ошибки, дабы избежать своих. Не стоит сильно баловать ребёнка, выполняя каждый его каприз или наоборот, воспитывать его под жёстким контролем, следя за каждым шагом, ведь желая лучшего, мы можем получить совершенно другой результат, здесь, как правило, нужно найти золотую середину.

Для начала, важно оценить особенность возраста. С каждым годом, у ребёнка меняются увлечения, интересы, потребности, главное не упустить этот момент и быть рядом, направляя своё дитя на правильную дорожку.

Развитие ребёнка можно поделить на 4 этапа:  
- до 2-х лет;  
- с 2-х до шести лет;  
- с шести до 12-ти лет;  
- и с 12-ти до совершеннолетия.

Первый этап до 2-х лет, когда появляется малыш и родители буквально день и ночь проводят рядом, оберегая своё чадо. Важно уже тогда начать зани-

маться воспитанием своего ребёнка, исключив наивную мысль о том, что в этом возрасте дети ещё не осознают происходящее. Обычно в этом возрасте детей учат держать головку, самостоятельно держать бутылочку, пустышку и делать первые шаги без помощи родителей. Уже на этом этапе ребёнок чувствует заботу и ласку отца или матери. Не стоит выходить из себя при первом непослушании малыша, он это обязательно почувствует и может испугаться вас, что может привести к ещё большим последствиям. Будьте рядом и всячески помогайте своему ребёнку в развитии, ухаживайте, лечите, разговаривайте с ним и вскоре вы услышите уже от него короткие фразы, которые он хочет вам донести.

Второй этап с 2-х до шести лет, когда начинаются капризы, "хочу это" или "не хочу это". Не стоит поддаваться этим маленьким манипуляциям, постарайтесь объяснить, почему он не может получить ту или иную вещь, или почему ему обязательно нужно съесть эту кашу. Ведь если не выполнять это простое условие, вы можете разбаловать своё дитя, и тогда это ещё больше усложнит ситуацию. Держите себя в руках, ведь в первую очередь это нужно именно вам. Проводите с ребёнком достаточно времени, сейчас ему нужно ваше внимание, поэтому не отказывайтесь от игры с ним или похода на аттракционы.

В этом возрасте у детей формируется коммуникабельность: надо общаться не только с родителями, но и со своими сверстниками. А потому стоит позаботиться о том, чтобы у сына или дочери появилась маленькая компания друзей, это можно также организовать, отправив свое чадо в детский сад.

Но даже после этого не стоит полагать, что ваша задача заключается лишь в том, чтобы одеть и накормить ребёнка. Проводите всё так же, как можно больше с ним времени, ходите вместе на прогулки или в кино, учите чему-то новому, отвечайте на вопросы, это именно тот возраст, где ребёнок проявляет интерес буквально ко всему.

Третий этап с шести до 12-ти лет, когда ребёнок вот-вот пошёл в школу и постепенно на него валится груз ответственности за оценки, за поступки и так далее. У ребёнка могут начаться первые психи и тут важно не отвечать ему тем же, ведь ничего, кроме недопонимания вы не добьётесь. Вспомните свои годы, как вам тоже не хотелось учиться и всё казалось таким сложным и непонятным. Сядьте с ребёнком и поговорите, дайте ему совет или какую-нибудь подсказку как сделать то, или иное верно. В этом возрасте, можно сказать, родитель становится личным психологом своего дитя, где нужно поддержать его или утешить. Дать понять, что он самостоятельно может справиться со своими обязанностями, а если нет, то он всегда может рассчитывать на вашу помощь.

И заключение, 4 этап с 12 и до совершеннолетия. Эти годы обычно называют переходным возрастом, у ребёнка могут наблюдаться перепады настроения, депрессия, комплексы, у него появляются другие авторитеты и он может поддаться чужому влиянию.

Важно не запускать это и как можно скорее поговорить с ребёнком, обсудить все темы, что тревожат подростка, дать ему дельный совет и ни в коем случае не стоит осуждать или обесценивать его проблемы.



Для него вы являетесь главным наставником, который должен поддерживать в трудную минуту, не стоит злиться на него или ругаться, ведь он только ищет себя, делает возможные выборы, например: куда поступить после школы? Из-за этого дети часто находятся в себе и не хотят делиться тем, что тревожит их. Возможно, совершают ошибки, но поймите, людям свойственно ошибаться, а вам как родителям стоит предупредить о возможных последствиях и направить своего ребёнка на правильный путь в жизни.

Подводя итоги данной статьи можно выделить несколько советов:

- Не стоит повышать голос на ребёнка, тем более использовать рукоприкладство, это может привести к тому, что ребёнок заложит в глубине души обиду на вас, и это скажется в его отношении к вам в будущем;
- Не стоит обесценивать проблемы подростка, он перестанет открываться вам и по жизни может стать замкнутым человеком, полагая, что его проблемы никого не интересуют;
- Помните, что вы являетесь примером для подражания, поэтому стоит постараться и над собой, не делая того, чтобы вы не хотели пожелать своему ребёнку;
- Уделяйте ему внимание, хвалите за успехи в учёбе или другой деятельности. Говорите ему тёплые слова, ведь детям часто не хватает этого. Чаще всего родители думают, что, делая что-либо для них, они показывают это любовь, но слова тоже важны, поверьте;
- Дарите позитивные эмоции, научите радоваться мелочам, а не только дорогим подаркам. Научите ценить то, что он имеет, и знать этому цену. Проводите с ним познавательные беседы на разные темы по типу вредных привычек и почему так делать не стоит;
- Постепенно готовьте его к взрослой жизни, рассказывая о возможных трудностях и способы решить их. И самое главное, любите и будьте любимы.

### Список используемых источников

1. Педагогика досуга (11.11.2022) – Режим работы: [https://mx3.uraib.ru/uploads/pdf\\_review/C73ED42F-7BA0-439F-B898-7DC6D2CB6C79.pdf](https://mx3.uraib.ru/uploads/pdf_review/C73ED42F-7BA0-439F-B898-7DC6D2CB6C79.pdf)
2. Дети и родители (11.11.2022) – Режим работы: <https://childdevelop.info/articles/parents/>
3. Категория «ВОСПИТАНИЕ» в модели становления и развития обучающегося (11.11.2022) – Режим работы: <https://web.snauka.ru/issues/2016/11/72762>

## ОПТИМИЗАЦИЯ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ РОДИТЕЛЕЙ С РЕБЕНКОМ КАК НЕОБХОДИМОЕ УСЛОВИЕ ВОСПИТАНИЯ ЗДОРОВОЙ ЛИЧНОСТИ

Цель: повышение уровня грамотности в сфере возрастной психологии, формирование взаимоотношений родителей и детей: способность улучшить личностные качества, облегчить адаптацию ребенка к учебному процессу на разных этапах, научить конструктивно воспринимать стресс, любые стрессовые, негативные ситуации сводить на позитивные или нейтральные эмоции.

В детстве закладываются основные личностные качества человека. Все чаще начинают встречаться дети, подростки эмоционально неустойчивые, с разными вариантами личностной акцентуацией: застенчивостью, агрессивностью, с повышенной эмоциональной чувствительностью, лживостью, повышенной ранимостью, замкнутостью. Наиболее травмирующие жизненные ситуации (обида, насмешки, манипуляции сверстников, развод родителей, безответная любовь, потери близких людей) и самое главное найти пути решения по совладению стресса. Для налаживания психологического здоровья ребенка нужно проводить время с ним, общаться, диалог должен из себя представлять дружескую беседу, на спокойных тонах, для большего осознания и понимания, что бы ребенок смог расслабиться, раскрепоститься и начал доверять. Старайтесь не критиковать, придерживайтесь положительной установки, внимательно слушайте, что бы в любой момент дать совет. Не заставляйте и приказывайте, а убеждайте, приводите аргументы, перенаправляйте выбор ребенка в свою сторону. Стоит чаще прикасаться, обнимать, улыбаться, обращаться вежливо, что бы ребенок чувствовал от вас любовь.

Трудовая подготовка в семье - основа успешности в будущем профессиональной деятельности. Родители должны быть примером для подражания, если он видит отсутствие желания к работе, труду, то и он в свою очередь так же будет относиться к учебе, неважно где, в школе, колледже или университете.

### **Положительное родительское программирование.**

Когда окружающие люди относятся к ребенку доброжелательно, признают его правоту в чем либо, проявляют внимание к его личности, в эти моменты он испытывает эмоциональное благополучие – чувство защищенности, уверенности, преобладает жизнерадостное настроение. Положительно настроенное эмоциональное благополучие способствует правильному развитию личности ребенка, выработке положительных качеств. Все выше перечисленное свидетельствует о том, что ребенок растет психологически здоровым.

#### *Действия-результат:*

1. Постоянная критика, учит ненавидеть
2. Жить во вражде, быть агрессивным
3. Растя в вечных упреках, учится жить с чувством вины
4. Терпимость, помогает понимать других

5. Похвала, порождает благородство
6. Честность, учит быть справедливым
7. Безопасность, помогает верить в людей
8. Поддержка родителей, учит ценить себя
9. Высмеивания, насмешки- появление замкнутости
10. Живет в понимании и дружелюбии - видит, замечает, находит любовь в этом мире.

Адекватная оценка ребенка со стороны взрослого, помогает правильно увидеть и оценить себя со стороны, проанализировать свои поступки, что в свою очередь помогает развивать самостоятельность, а в дальнейшем и чувство собственного достоинства. Ребенок с завышенной или заниженной самооценкой, не получает должной критики, объективного расценивания своих личностных поступков. Что приводит к нарушению его гармоничного развития и к внутреннему конфликту, дискомфорту самим с собой и вырабатывает такие качества как агрессию, подозрительность, упрямство, обидчивость, истеричность.

#### **Заповеди для родителей!**

1. Не жди, что ребенок станет таким, как ты или таким, как ты хочешь. Помоги ему стать самим собой.
2. Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него сделал.
3. Не вымещай на ребенке свои обиды, ибо что посеешь , то и возойдет.
4. Не относиться к проблемам ребенка свысока.
5. Не унижай!
6. Самые важные встречи человека – это его встречи с детьми.
7. Не мучайся, если что то не можешь сделать для ребенка. Мучь, если можешь – но не делаешь. Для ребенка недостаточно сделано, если не сделано все.
8. Умей любить чужого ребенка, не делай чужому , то что не хотел , чтобы делали твоему ребенку.
9. Люби своего ребенка любым.

**Е.М. Рыбальченко – студентка,  
Н.В. Смоляева – научный руководитель**

### **ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО - ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ ПРОЦЕССА ВОСПИТАНИЯ В НЕПОЛНЫХ ОТЦОВСКИХ СЕМЬЯХ**

Процессы общественной трансформации в России внесли глубокие изменения в сферу социально-экономических отношений, модифицировали систему ценностей и модели поведения семьи. Выросло число разводов. Распространенным явлением стали неполные отцовские семьи. Анализ семейной политики показал, что неполной отцовской семье не уделяется пристального внимания со стороны соответствующих государственных структур. Многие мужчины са-

ми не понимают, что значит быть заботливым отцом. Отцовство и воспитание детей позитивно сказываются и на самих мужчинах, у них вырабатывается целый комплекс положительных качеств, таких как готовность понимать, сопереживать другим людям, возможность осознавать и выражать собственные чувства. Многие отцы получают удовольствие от воспитания ребенка, причем это отражается не только на их внутреннем состоянии, но и на их достижениях и успехах вне семьи. Заботливые отцы способны стать хорошими лидерами и руководителями. Любовь отца в свою очередь формирует внутренние устремления его детей.

В семье происходит социализация не только детей, но и отцов. Успешные мужчины – это, прежде всего успешные отцы, эффективно выполняющие функции родителя. Семья воспитывает в них чувство ответственности.

По мнению Н.И. Пирогова, право родителей заключается в том, чтобы развить всецело и всесторонне все благое, что есть в ребенке от природы, без посягательства на личность ребенка. Человек легко ослепляется собственными достоинствами, поэтому с детства необходимо развивать в ребенке самосознание, пробуждать совесть. Отсюда вытекает основное, с его точки зрения, положение, касающееся вопросов воспитания детей в семье: не уклоняться с пути целостной внутренней жизни, в которой должно быть сохранено единство мысли, слова и дела. И в этом отношении он призывает родителей оберегать целостность детской души, не внося в нее неискренность [4].

В «Книге для родителей» А.С. Макаренко раскрывает своеобразные и сложные проблемы семейного воспитания, его противоречия и пути их разрешения. В «Лекциях о воспитании детей» он рассматривает проблемы родительского авторитета, дисциплины, игры, семейного хозяйства, воспитания в труде, полового воспитания и воспитание культурных навыков в семье. Семья является могучим воспитательным средством. Жизнь в этом отношении мало дает нового, она постоянно возвращает нас к тому, что было в семье, так как воспитательные силы здоровой семьи велики, и, напротив, распад или глубокие перемены в семье влекут за собой чрезвычайные беды для души ребенка, разрушая самые ее основы [3].

Проблема воспитания детей в условиях неполной отцовской семьи требует более подробного рассмотрения. Для этого необходимо изучить особенности процесса воспитания в данных семьях, раскрыть формы и методы оказываемой социально-педагогической помощи неполным семьям, выявить условия совершенствования процесса воспитания в таких семьях.

Социологические исследования последних десятилетий подтверждают, что материнская роль не претерпела таких серьезных изменений, как отцовство, и что эти перемены вытекают из большей вовлеченности отцов в заботу о детях, чуткости, взаимного доверия в совместной жизни. И точно так же как в сороковые и пятидесятые годы роль и значение матери в психическом созревании ребенка стали открытием для ряда научных дисциплин, так роль и значение отца стали открытием семидесятых годов XX века.

Актуальность данной проблемы обусловила выбор темы исследования.

Объект исследования – социально-педагогическая деятельность с неполными отцовскими семьями.

Предмет исследования - социально-педагогическая помощь неполной отцовской семье по совершенствованию процесса воспитания ребенка.

Цель исследования - определить социально-педагогические условия совершенствования процесса воспитания детей в неполных отцовских семьях.

В рамках исследования решались следующие задачи:

- изучить влияние стилей родительского отношения на формирование личности ребенка и особенности характера детей из неполных отцовских семей;
- рассмотреть условия, способствующие правильному воспитанию детей из неполных отцовских семей;

- выявить социально-педагогические проблемы в воспитании детей из неполных отцовских семей;

- разработать и апробировать программу для родителей по совершенствованию процесса воспитания в неполных отцовских семьях.

Исследование проводилось на базе Ерзовской средней общеобразовательной школы Волгоградской области Городищенского района.

Основные методы и методики, используемые на констатирующем и контрольном этапах исследования:

1. Тест - опросник родительского отношения к детям (А.Я. Варга, В.В. Столин).

2. Тест «Кинетический рисунок семьи» (Р. Бернса, С. Кауфмана).

3. Методика PARI (Е.С. Шевер, Р. К Белл).

В исследовании принимали участие три неполных отцовских семьи.

На констатирующем этапе интерпретация и обработка данных по проведению теста - опросника родительского отношения к детям выявила следующие результаты.

В семье № 1 стиль семейного воспитания - авторитарный. Отец требует от дочери безоговорочного послушания и дисциплины. Он старается навязать ребенку во всем свою волю, не в состоянии встать на ее точку зрения. В связи с этим возникает ряд проблем: незнание отцом психологических особенностей своего ребенка, отсутствие доверительных отношений между членами данной неполной семьи.

В семье № 2 стиль воспитания – попустительский, вследствие чего возникла педагогическая запущенность детей. Проблемы семьи: низкая материальная обеспеченность, эмоционально напряженная атмосфера, неуспеваемость детей школьников в учебе.

В семье №3 присутствует гиперопека детей со стороны бабушки и отца. Отец ощущает себя с сыновьями единым целым, стремится удовлетворить все их потребности, оградить от трудностей и неприятностей жизни, демонстрирует повышенный уровень тревожности за детей.

Анализируя полученные результаты по методике PARI, мы пришли к выводу, что все отцы стремятся к авторитету в семье.

Анализ детских рисунков по тесту «Кинетический рисунок семьи» указывает на ситуацию эмоционального неблагополучия в семьях, одиночество и потерянность детей.

Диагностические данные свидетельствуют о необходимости системной социально-педагогической работы с неполными отцовскими семьями.

На формирующем этапе исследования была разработана и реализована программа помощи неполной отцовской семье. Основная цель - оказание социально-педагогической помощи и поддержки неполным отцовским семьям.

Направления реализации программы: работа с отцами, воспитывающими детей без матери; работа со всей семьей.

#### Тематический план мероприятий

##### 1. Направление - работа с родителями:

- индивидуальное консультирование «Какой отец нужен ребенку?»;
- беседа «Азбука семейных отношений»;
- беседа «Поговорим о любви»;
- беседа «Как стать внимательней к своему ребенку».

##### 2. Направление - работа со всей семьей:

- тематическая встреча «Семья, как много в этом слове»;
- дискуссия «Отцы и дети»;
- групповое консультирование «Поступки и проступки»;
- творческая выставка семейных работ «Яблоки и яблочки».
- демонстрация видеofilmа «Семейные традиции».

После реализации программы был проведен контрольный диагностический этап, который выявил следующие результаты работы: возросла сензитивность отца к ребенку (детям); у отцов сформировались более адекватные представления о детских возможностях и потребностях; повысилась психолого-педагогическая грамотность отцов, воспитывающих ребенка без матери; улучшилось общение отца с ребенком (детьми).

Полученные данные свидетельствуют о значимости проделанной работы, при системной социально-педагогической деятельности с неполными отцовскими семьями необходимо применять такие формы работы как индивидуальное консультирование, группы само- и взаимопомощи, организация детских досуговых мероприятий и семейного отдыха, беседа. Следует отметить, что в настоящее время в Государственной Думе функционирует Комитет по делам женщин, семьи и молодежи, в Министерстве труда и социального развития, Департамент по делам семьи, женщин и детей. При Президенте РФ работает комиссия по вопросам женщин, семьи и демографии, которые рассматривают проблемы женщин и детей в неполных семьях, поэтому социальная защита и поддержка неполной отцовской семьи должна входить в общую систему мер социальной политики.

#### Список используемых источников

1. Дементьева, И.Ф. Негативные факторы воспитания детей в неполной семье // Социологические исследования. - 2018. - №11. - С. 108-114

2. Калабихина, И.Е. Российская неполная семья: перспективы и реалии: теоретический и практический аспект экономического развития / И.Е. Калабихина. - М.: ИНФРА-М, 2019. – 526 с.

3. Макаренко, А.С. Лекции о воспитании детей. Общие условия семейного воспитания: Учебное пособие / А.С.Макаренко – М.: Знание 1980.- 400 с.

4. Пирогов, Н. И. Избранные педагогические сочинения / Н.И. Пирогов. - М.: Педагогика, 1974.- 350 с.

**М.Г. Сидорова**

## **ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДОШКОЛЬНИКА**

***Аннотация:** актуальность выбранной темы обусловлена необходимостью, укрепить формирование здорового образа жизни во время дошкольного образования.*

Важнейшим трудом воспитания является забота о здоровье детей. Дети это наше будущее. Когда будет здоровым подрастающее поколение нашей страны, тогда наша Родина будет только процветать. Нет задачи важнее и вместе с тем сложнее, чем вырастить здорового человека.

Как укрепить и сохранить здоровье детей? Как пропагандировать здоровый образ жизни? Как поддержать формирование физической культуры ребенка? Когда нужно это начинать? Как помочь растущему ребенку реализовать свое право на здоровую и счастливую жизнь? Ответ волнует не только воспитателей, но и родителей.

Известно, что дошкольное образование играет решающую роль в создании основ физического и психического здоровья. Ведь до семи лет человек проходит большой путь развития. Именно в этот период интенсивно развивается организм ребенка, формируются основные черты личности, характер, отношение к себе и другим. Поэтому очень важно формировать здоровый образ жизни в дошкольном возрасте. Формирование навыков в здоровом образе жизни должно осуществляться незаметно и легко, но всегда с удовольствием и искренним интересом со стороны взрослых и детей.

Для формирования здорового образа детей дошкольного возраста необходимы специальные упражнения, укрепляющие здоровье ребенка и систему физического воспитания. С этой целью в группах детского сада ежедневно проводится утренняя зарядка, цель которой – создать у детей радостное и веселое настроение, укрепить здоровье, развить навыки и физическую силу. В спортзале утренняя зарядка и специальные уроки физкультуры сопровождаются музыкой, что положительно влияет на эмоциональный фон детей дошкольного возраста, способствует хорошему настроению детей, формирует мысли о здоровом образе жизни. Они проходят в группах, на специальных занятиях, на прогулках, в перерыве между занятиями. Игры на свежем воздухе играют важную роль в жизни дошкольников. Веселые старты, игры с мячом, кеглями, дополнительным инвентарем помогает детям быстрее влиться в игру, с радостью заниматься

физическими нагрузками. Подвижные игры обязательны и на уроках музыки, с помощью музыкального сопровождения дети проявляют интерес к занятию и готовы к двигательной активности, тем самым укрепляя привычку. Для детей дошкольного возраста игры организует воспитатель, а дети старшего возраста такие игры часто организуют сами. Помимо ежедневной утренней зарядки, с детьми проводятся физические минутки. Их цель – научить детей различным упражнениям, направленным на правильное выполнение движений, развитие координации тела, повышение самостоятельной двигательной активности.

В детском саду регулярно проводится медицинский контроль состояния здоровья детей, проводятся профилактические мероприятия по его оздоровлению.

Развитие интереса к различным видам спорта осуществляется с помощью спортивных мероприятий:

- утренняя зарядка;
- корригирующая гимнастика после сна;
- спортивные состязания;
- игры на прогулке;
- спортивные игры.

В дошкольных образовательных учреждениях формирование здорового образа жизни детей осуществляется через занятия, распорядок дня, игры, прогулку, самостоятельную деятельность.

Используются следующие методы:

- занятие и беседы с воспитателем;
- рассматривание иллюстраций, сюжетных, тематических картинок;
- моделирование различных ситуаций;
- дидактические игры;
- физические минуты.
- самомассаж;
- ролевые игры;
- пальчиковая и дыхательная гимнастика;
- подвижная игра;
- игра - обучение;

При проведении занятий используют положительную обратную связь, похвалу и поощрение. Как известно, комплименты ободряют, резкие слова ранят сердце и обижают ребенка. Практика показывает, что обучение дошкольников развитию основ здоровья эффективны при правильно организованном распорядке дня: дети спокойны, активны, не плачут, не волнуются, дети не отказываются от еды, спокойно и легко засыпают и просыпаются бодрыми и отдохнувшими. Ношение соответствующей одежды в помещении и на улице, умывание холодной водой, хождение босиком. Активные занятия спортом на открытом воздухе способствуют для улучшения здоровья и закаливания.

Во время работы с семьей используются традиционные и нетрадиционные формы занятия.



- Дни открытых дверей: родители присутствуют и могут участвовать в занятиях по физкультуре, гимнастике, утренней зарядке, знакомятся с видами занятий дошкольных образовательных учреждений;
- Личная беседа с воспитателем и консультации по вопросам здоровья;
- Выезды на природу, туристические поездки семьей;
- Организация круглых столов и встреч с родителями на собрании с участием специалистов дошкольного и медицинского персонала;
- Изготовление нестандартного спортивного инвентаря и зимних сооружений в саду на участке детского сада.
- Дни здоровья, совместный отдых и развлечения.

Визуальная информация позволяет родителям, приобщиться к вопросам физического воспитания.

Целью этих мероприятий является пропаганда здорового образа жизни. Привлечение родителей к таким формам развлечения, когда они бегают, прыгают, соревнуются со своими детьми. Это полезно для всех, особенно для детей - создает эмоциональный покой, тесную связь с родителями и приносит большую радость от общения;

Итак, процесс навыков здорового образа жизни дошкольников связан с формированием привычки к чистоте, соблюдению гигиенических требований, с подвижным образом жизни, представлениями об окружающей среде и ее воздействии на здоровье человека. И которые осуществляются в процессе занятий, режимных моментов, прогулке, в игре, в трудовой деятельности ребенка.

### **Список используемых источников**

1. Т. А. Шорыгина «Беседы о здоровье». Методическое пособие. Творческий центр «Сфера», Москва, 2004 г.
2. Л. В. Кочеткова. Оздоровление детей в условиях детского сада. Москва. Просвещение. 2005 г.
3. О. Н. Моргунова Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Воронеж, 2005 г.
4. Е. И. Подольская. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 5–7 лет. Волгоград. Учитель, 2010 г.
5. Н. И. Крылов. Здоровье — берегающее пространство ДОУ. Волгоград. Учитель, 2009.
6. К. К. Утробина. Занимательная физкультура в детском саду. М. Просвещение, 2003 г.
7. Т. М. Бабунова Дошкольная педагогика. Учебное пособие. ТЦ. Сфера, 2007 г.

## МЕТОДИКА ПРИМЕНЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» В СПО

Мир вступает в новую фазу развития, переходя от общества индустриального к постиндустриальному, информационному. Между поставленной педагогической целью и ее воплощением, безусловно, должна стоять система общих и специфических подходов, складывающихся в комплексе педагогических технологий.

В настоящее время «Безопасность жизнедеятельности» окончательно сформировалась как наука, которая имеет собственную целевую ориентацию, научные задачи, источники формирования научных знаний, содержание и другие собственные аспекты, характерные для научной дисциплины. Она позволяет сформировать и укоренить представление у молодых людей, как возможность достижения безопасности человека в организованной социальной системе, удовлетворения им своих потребностей с выполнением предназначенных ему функций, не противоречащих интересам общества. Одной из самых главных и острых проблем современного образования является проблема мотивации обучающихся к изучению общепрофессионального цикла образовательной программы. Как показывает опыт преподавания данной дисциплины, для успешной реализации указанных принципов наиболее оптимальным вариантом является значительное расширение практических навыков у студентов. Но как обосновать студентам важность изучения этой дисциплины, повысить уровень мотивации к изучению. Проблема заинтересованности в изучении дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» у студентов творческих специальностей, ведет к поиску новых технологий в преподавании. Принцип наглядности, который означает установленное воздействие на органы чувств в зрительной, звуковой и двигательной формах. Это наглядным образом позволяет студентам получить хорошую возможность анализировать свои действия, выявлять и исправлять ошибки, которые могут возникать в различных бытовых и производственных ситуациях. Так возникла идея исследовательской работы со студентами специальности «Технология парикмахерского искусства», исследовать привычную услугу химической завивки волос, на предмет опасности для организма человека.

Цель работы: выявить, насколько безопасны современные препараты для химической завивки.

Предмет исследования: Четыре наиболее популярных препаратов для химической завивки волос.

Методы исследования: анализ состава, сравнение результатов применения завивки волос на четырех добровольцах.

Создание в учебной деятельности интеграции спец.дисциплин и общепрофессиональной дисциплины «безопасность жизнедеятельности» помогает

студентам активизировать деятельность, самостоятельно добывать знания, решать проблемы, возникающие в процессе их профессиональной работы. Развиваются мыслительные способности, происходит овладение умениями, развитие опыта творческой деятельности, познавательного интереса обучающихся, используются компьютерные технологии.

Для молодых людей творческая деятельность является особой формой чувственно-эмоционального восприятия мира. В их сознании не существует четкой грани между миром реальным и миром идеальным. Предметный мир для них как субъект творчества - это единственно возможная реальность, в которой сглаживаются все острые углы, где все предельно понятно. Чаще всего студенты пришедшие получить специальность, задают вопрос «зачем нам это нужно?», на дисциплине не связанной, по их мнению, с будущей профессией. И только постигая азы профессии, студенты начинают вникать в проблемы у клиентов, относительно выполненной ими работы или сталкиваются с контролирующими салон структурами на предмет безопасности, тогда понимают важность опасности здоровья у тех же клиентов. А ведь это и есть безопасность жизнедеятельности. Это ли не лучший ответ.

Познавая и вникая в процесс своей работы, мы не всегда задумываемся, а не опасны ли эти привычные для нас действия, к примеру, в быту, на работе. Изучая эту проблему, студенты все больше заинтересовывались в изучении этого процесса. Они не только постигали этапы профессионального развития, но и стремились понять, насколько этот процесс безопасен. Видели первые неудачи в выполнении своей работы. Недовольство клиентов. Но это лишь давало стимул, постигать новые вершины умений и мотивировало на «открытие» знаний путем проб и ошибок. Совместная работа преподавателя и студента делает это занятие интерактивным.

Таким образом, новые формы обучения, личностный подход к обучающимся - это пути совершенствования учебных занятий, нацеленных на эффективное решение образовательных и воспитательных задач и развитие творческих способностей каждого студента. Творческая деятельность — деятельность, порождающая нечто качественно новое, никогда ранее не существовавшее. Это может быть новая цель, новый результат или новые средства, новые способы их достижения.

Исследование использования современных педагогических технологий, ориентированных на их профессиональную деятельность, при организации деятельности образования студентов позволяет утверждать, что они являются одним из самых мощных средств социализации личности обучающегося, поскольку способствуют развитию творческих способностей, личностных новообразований как активность, самостоятельность и коммуникативность обучающихся. Именно это и соответствует запросам общества и способствует обеспечению достойного уровня и совершенствованию качества образования.

## Список используемых источников

1. Бабанский Ю.К., повышения эффективности педагогических исследований / . – М., 1982
2. Бабанский Ю.К., эксперимент / // Введение в науч. исследование по педагогике. - М.,1988.
3. Громов Г.Р. Очерки информационной технологии.– М., 1993г.  
Электронные ресурсы:
  1. [https://studopedia.ru/29\\_38141\\_ispolzovanie-sovremennih-pedagogicheskikh-tehnologiy-v-razvitii-tvorcheskih-sposobnostey-detey.html](https://studopedia.ru/29_38141_ispolzovanie-sovremennih-pedagogicheskikh-tehnologiy-v-razvitii-tvorcheskih-sposobnostey-detey.html)
  2. <https://multiurok.ru/files/primenenie-novykh-pedagogicheskikh-tehnologii-s-t.html>
  3. <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-prakticheskikh-navykov-u-studentov-po-distipline-bezopasnost-zhiznedeyatelnosti/viewer>

В.Г. Смирнова

### ФОРМИРОВАНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ОПЫТА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

*Единственная красота,  
которую я знаю, — это здоровье.*

*Г. Гейне*

*Мало знать, надо и применять.*

*Мало хотеть, надо и делать.*

*И. Гёте*

Формирование индивидуального опыта здоровьесбережения у учащихся – одна из важных социально – педагогических проблем. Её решение затрагивает насущные проблемы образования, поскольку в современных условиях принципиальную значимость для развивающейся личности приобретает готовность к сознательному построению своей жизненной стратегии, к творческой деятельности преобразования себя, своего здоровья, окружающего мира. Здоровье, являясь одной из существенных характеристик человека, определяет степень жизнеспособности, устойчивости организма, возможности реализовать свои биологические и социальные функции.

Ученые, проводя исследования, пришли к выводу, что индивидуальный опыт здоровьесбережения учащейся молодежи есть совокупность ценностно – потребностных, практически приобретенных и усвоенных знаний умений и навыков, способов творческой деятельности, направленной на сохранение и преумножения здоровья при положительном эмоциональном фоне и проявляющийся в способности формирования индивидуальной стратегии здоровьесбережения. Индивидуальный опыт здоровьесбережения учащихся содержит структурные компоненты:

- когнитивный компонент (система знаний о здоровье и его составляющих, здоровом образе и стиле жизни, способах оздоровления и повышения резервов здоровья как сложных социально личностных и психофизиологических явлений)

- ценностно – потребностный компонент (ценностные ориентации на здоровье, потребность и готовность деятельностно – практического участия в формировании здорового образа и стиля жизни)

- эмоционально – волевой компонент (ответственное и позитивное отношение к собственному здоровью, чувство удовлетворения и радости от здоровьесбережения, настойчивость в сохранении цели по сохранению, укреплению и формированию своего здоровья)

- деятельностно – практический компонент (творческая деятельность в сохранении и приумножении своего здоровья, самостоятельность в здоровьесбережении, способность к переносу индивидуального опыта здоровьесбережения в повседневную практику).

Здоровье - один из важнейших компонентов человеческого благополучия, счастья, одно из неотъемлемых прав человека, одно из условий успешного социального и экономического развития любой страны. За последние годы физкультура и спорт, становятся, наиболее популярны, в нашей стране. Это связано, прежде всего, с изменением отношения к ним со стороны общества. Это и популяризация спорта в средствах массовой информации.

В методике обучения физической культуре ставится задача сделать обязательным использование на уроках игр и занимательных упражнений, оказывающих стимулирующее воздействие на развитие познавательного интереса и уровня физической подготовленности обучающихся.

Столь важная роль интереса в обучении не случайна. Его можно считать своеобразным эпицентром активизации обучения, формирования активности учащегося и его положительного отношения к учению, к образовательному учреждению, к соучастникам своей деятельности, к процессу и результатам своего труда. Чем больше позитивных приобретений будет у ученика, тем легче ему будет адаптироваться в современном мире.

Здоровье подрастающего поколения резко ухудшается, обучающиеся обладают низкой мотивированностью, компетентностью в вопросах здорового образа жизни, слабой готовностью заниматься сохранением и укреплением собственного здоровья. Основной проблемой, над решением которой необходимо работать - ориентирование на сохранение здоровья детей на протяжении всего образовательного периода и создание у них мотивации к здоровому образу жизни, формирование основ социального здоровья выпускника

Каждый урок физической культуры – это звено системы уроков, проводимых в определенной последовательности и направленных на освоение учебного материала, конкретных тем, которые в свою очередь должны быть согласованы между собой. Кроме того, должны быть определены объём учебного материала, степень постепенного повышения нагрузок при развитии двигатель-

ных способностей с учетом переносимости их учащимися. Все это обучающийся приобретает на «здоровом уроке».

Что же представляет собой «здоровый урок?». Здоровый урок - это урок, в рамках которого удастся активно управлять работоспособностью учащихся, удерживая её на индивидуально-высоком уровне. Здоровый урок - это урок, плотность которого задается эффективностью предшествующего отдыха; урок, который сохраняет желание учащихся работать дальше. Здоровый урок - это урок, который не только обучает, но и развивает. Создать такой урок и обучить каждого в соответствии с его природными возможностями очень сложно. Постоянно необходимо искать материал, соответствующий целям урока, способствующий снятию усталости, создавать комфортные условия для учебной деятельности и следовать принципу природосообразности: не научать, а развивать.

В ходе проведения урока необходимо чередовать разные виды деятельности. Начинать уроки с эмоционального настроения, в котором включено пожелание успеха и творческой активности, поощрение инициативы, мобилизации на выполнение поставленных задач. Подача нового материала организована так, чтобы обеспечить активную аналитико-синтетическую деятельность. Новая информация преподносится таким образом, чтобы она вызывала у обучающихся последовательную цепь положительных эмоций: удивление, интерес, радость. Учебный материал должен быть связан с уже известными данными, с прошлым опытом. Независимо от формы урока, основная задача одна: способствовать сохранению и укреплению здоровья учащихся путем оптимального сочетания принципов и методов обучения, создания условий для продуктивной познавательной деятельности, эмоциональности всех этапов деятельности, использования нестандартных форм обучения. Необходимо учитывать интенсивность умственной деятельности учащихся в ходе урока.

Реализация здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе способствует благоприятной адаптации, относительно быстрому установлению контактов, оптимистическому восприятию людей, снимает социальную тревожность, повышает статус учащегося в обществе, обеспечивает более высокие результаты в любом виде деятельности.

**Основная цель работы учителя:** организация образования и воспитания на основе здоровьесберегающих технологий как одно из условий успешной социализации обучающихся. Каждый учащийся желает в будущем достичь социального успеха. Чем больше позитивных приобретений у него будет, тем легче ему будет адаптироваться в современном мире. Педагогу необходимо создать такую образовательную среду, которая способствовала бы успешной социализации обучающихся.

Педагогические технологии - это строго научное проектирование и точное воспроизведение гарантирующих успех педагогических действий.

Сущность педагогических технологий заключается в том, что научно обоснованные и качественно разработанные образовательные технологии помогают педагогу достигать планируемого результата профессиональной деятельности с максимальной степенью приближенности.

Этапом решения педагогической задачи можно различать взаимосвязанные общие и частные технологии.

К **общим** относятся технологии конструирования, например процесса обучения и его осуществления.

**Частные** - это технологии решения таких задач обучения и воспитания, как педагогическое стимулирование деятельности учащихся, контроль и оценка ее результатов, и более конкретных - типа анализа учебной ситуации, организации начала урока и др.

Здоровьесберегающая образовательная среда имеет принципиальное значение для формирования гармонично развитой личности. Духовно и физически здоровые люди намного быстрее адаптируются в науке и производстве, успешнее осваивают новые виды деятельности, лучше выполняют свою работу. Образование будет выполнять функцию укрепления здоровья подрастающего поколения в том случае, если здоровью будут не только учить, но здоровье станет образом жизни. Пример такого образа жизни должны показать педагоги, родители, общественность.

Принципами здоровьесберегающей педагогики являются: Общеметодические принципы: принцип сознательности и активности, наглядности, систематичности и последовательности, повторения умений и навыков, постепенности, принцип доступности и индивидуализации, принцип непрерывности, цикличности, принципа учета возрастных и индивидуальных особенностей учащихся, принцип всестороннего и гармонического развития личности, принцип оздоровительной направленности, принцип комплексного междисциплинарного подхода к обучению, принцип активного обучения, принцип формирования ответственности, принцип связи теории с практикой.

Средства здоровьесберегающих технологий - это физическое упражнение, оздоровительные силы природы, гигиенические факторы. Комплексное применение этих средств позволяет решить задачи педагогики оздоровления.

Значимость здоровьесберегающих технологий в педагогической деятельности заключается в формировании культуры здоровья. Здоровьесберегающие технологии в физическом воспитании – это совокупность приёмов, методов, методик, средств обучения и подходов к образовательному процессу.

Для реализации качественной физкультурно-оздоровительной работы, создания здоровьесберегающих условий развития ребенка необходимо строить образовательный процесс на диагностической основе. Поэтому свою деятельность в начале учебного года необходимо начинать с диагностических обследований уровней физического развития обучающихся. Параллельно с данной диагностикой медицинскими работниками проводится мониторинг их здоровья на начало учебного года.

Во время проведения учебных занятий должны быть:

- строго дозированные физические нагрузки;
- использование методики чередования интенсивности и релаксации в обучении;

- использование принципа наглядности, постепенности, доступности нагрузки с учётом возрастных особенностей учащихся;
- учёт физической подготовленности учащихся и развития физических качеств;
- построение урока с учётом динамичности учащихся, их работоспособности;
- соблюдение гигиенических требований;
- благоприятный эмоциональный настрой;
- создание комфортной среды в обучении.

Ситуации успеха способствуют формированию положительной мотивации к процессу обучения в целом, тем самым снижая эмоциональную напряжённость, улучшая комфортность взаимоотношений всех участников образовательного процесса, тем самым реализуя основы здоровьесберегающих технологий при организации учебно-воспитательного процесса. На уроках физической культуры необходимо уделять особое внимание организации здоровьесберегающих факторов.

Контрольные испытания, задания, тестирования и т.д. должны лишь давать исходную (и текущую) информацию для разработки индивидуальных заданий, суть которых - учащийся должен в каждый очередной период времени продвинуться дальше, что и подтвердит следующее тестирование.

Необходимо работать в этом направлении, прибавляя и усложняя здоровьесберегающие технологии новыми серьезными требованиями и в первую очередь – это требования к сохранению здоровья – физического, психологического и социального.

Формирование индивидуального опыта здоровьесбережения у учащихся, основано:

- на развитии представлений о здоровье, ценностного отношения к здоровью, потребности в ведении здорового образа и стиля жизни, самостоятельности в здоровьесбережении, способности к переносу опыта здоровьесбережения в повседневную практику, достигается за счет обогащения потенциала образовательной среды учебного заведения, обеспечивающего реализацию возможностей пространственно – предметного (индивидуализация и дифференциация здоровьесбережения, свобода выбора педагогом широкого спектра форм, методов организации процессов обучения, воспитания и развития, разработка и реализация здоровьесберегающих технологий, выработка умений и навыков здоровьесбережения)

- социального (обеспечения личностного развития путем практического участия в здоровьесбережении)

- психолого – педагогического (приоритет гуманистической направленности образования в отношении технологий эдоровьесбережения, обогащение содержания индивидуального опыта здоровьесбережения учащихся за счет вариативных форм образования).

Формирование индивидуального опыта здоровьесбережения учащихся способствует реализации модели, включающей цель, научные подходы, про-



граммно – содержательное и дидактическое обеспечение процесса формирования индивидуального опыта здоровьесбережения учащихся,

- педагогические требования, которые обеспечивают овладение знаниями о здоровье, выработку потребностного ведения здорового образа и стиля жизни,

- развитие ответственного и позитивного отношения к собственному здоровью, способности к переносу обогащаемого и развиваемого учителем индивидуального опыта здоровьесбережения учащихся в жизнедеятельность.

Одной из важнейших задач современного образования является обучение основам здорового образа жизни, которое выводит учащихся на осознание ценности здоровья, позволяет ответственно относиться к собственному здоровью, сохранять и развивать его на основе использования знаний и умений в повседневной жизни, овладеть оздоровительными технологиями. Одним из возможных способов решения данной задачи является актуализация креативного аспекта здоровьесбережения в образовании, основой которого является индивидуальный опыт здоровьесбережения учащихся.

### **Список используемых источников**

1. Вайнер Э.Н. Формирование здоровьесберегающей среды в системе общего образования// Валеология.-2004.-№1

2. Ермакова М.А. Понятие «индивидуальный опыт здравотворчества подростка» как педагогическая категория / М А Ермакова// Сибирский педагогический журнал - Новосибирск НГТ 1У, 2007

3. Ермакова М.А. Развитие потребностно – мотивационной сферы личности в формировании здоровья /М А Ермакова, Ж А Имашева II Качество профессионального образования новые приоритеты, системы оценки 2004

4. Ермакова М.А. Формирование индивидуального опыта здравотворчества подростка как социально – педагогическая проблема /М А Ермакова // Журнал научных публикаций аспирантов и докторантов – Курск, 2007

5. Сократов Н.В. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей: Учеб. пособие. М.: ТЦ Сфера, - 2005

6. Сократов Н.В., Тиссен П.П. «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе школьников». Оренбург. Издательство ОГПУ. 2007

**К.А. Филева – студентка,  
Н.В. Смоляева – научный руководитель**

### **ФОРМИРОВАНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ РОДИТЕЛЕЙ В СЕМЕЙНОМ ВОСПИТАНИИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА**

Сегодня в условиях компетентностной парадигмы особую актуальность для науки и практики приобретают исследования, изучающие компетентность, её структуру и условия формирования.

В современной педагогической науке выполнено немало исследований, посвященных проблеме формирования компетентности (Т.Н. Данилова, Б.С. Гершунский, Ю.Н. Кулюткин, Н.Н. Лобанова, А.К. Маркова, А.А. Майер, Л.Н. Митина, В.А. Слостенин, Г.С. Сухобельская, А.В. Хуторской). В них раскрывается сущность, содержание и структура данного понятия, отражены вопросы становления профессиональной, педагогической, социальной, личностной компетентности. Психолого-педагогическая компетентность становится предметом изучения применительно к субъектам обучения и воспитания – родителям. Р.В. Овчарова отмечает, что «на сегодняшний день существует большое противоречие в понимании родительской компетентности. Родители все больше осознают необходимость самообразования и саморазвития в части воспитания детей, но не все понимают главного принципа родительской компетентности. Действия психологов по повышению уровня компетентности родителя чаще всего направлены на решение частных случаев, а не выявление общей закономерности компетентного родительского поведения» [2].

Родительская компетентность - это, прежде всего, грамотность в вопросах образования, развития, воспитания своего ребенка. В.В. Селина определяет педагогическую компетентность родителей как «совокупность личностно-деятельностных характеристик компетентного родителя, которые проявляются в готовности и способности принимать ребенка как ценность, овладевать базовыми психолого-педагогическими знаниями, использовать разнообразные способы сотрудничества с ребенком в предметной деятельности и позволяют успешно выполнять функции его социализации в процессе семейного воспитания» [3].

Педагогическая компетентность родителей стала самостоятельным предметом исследования относительно недавно. Несмотря на множество подходов к проблеме формирования педагогической компетентности родителей младших школьников она требует дальнейшего изучения и определения эффективных методов и приемов работы учителя с родителями в современных условиях.

Объект исследования: педагогическая компетентность родителей младших школьников.

Предмет исследования: методы и приемы формирования педагогической компетентности родителей в воспитании детей младшего возраста в процессе взаимодействия семьи и учителя.

Цель исследования: теоретическое обоснование и практическое применение организационных форм работы учителя начальных классов с родителями по повышению их педагогической компетентности.

Задачи исследования:

1. Раскрыть структуру и содержание педагогической компетентности родителей.
2. Проанализировать содержание и организацию работы учителя начальных классов по повышению педагогической компетентности родителей.
3. Выявить уровень педагогической компетентности родителей и акту-

альные потребности родителей в повышении педагогической компетентности.

4. Разработать и апробировать систему мероприятия по повышению педагогической компетентности родителей, оценить ее результативность.

На констатирующем этапе исследования применялись следующие диагностические методы анализа уровня педагогической компетентности родителей, их потенциальных возможностей и различных характеристик детско-родительских отношений:

- тест «Стратегия семейного воспитания» (Овчарова Р.В.);
- тест - опросник родительского отношения к детям, (А.Я. Варга и В.В. Столин);
- анкета для родителей «Стили и методы воспитания ребенка в семье» (Л.П. Жолобова);
- тест «Я и мой ребенок» (Л.П. Жолобова);
- опросник «Анализ семейных взаимоотношений» (Э.Г. Эйдемиллер).

Особенностью проведения начальной диагностики являлось ее интегрированность, позволяющая определить различные показатели всех структурных компонентов педагогической компетентности родителей.

На формирующем этапе исследования структура и содержание работы по повышению педагогической компетентности родителей реализовывалось через единство таких компонентов как: мотивационно-личностный, гностический, коммуникативно-деятельностный. С целью повышения педагогической компетентности родителей был разработан комплекс профилактических, обучающих и развивающих мероприятий для родителей младших школьников по основам семейного воспитания, который включал проведение следующих форм работы: родительский лекторий «Роль семьи в формировании личности младших школьников»; консультация «Воспитательная функция семьи»; вебинар «Роль отца в семейном воспитании»; родительское собрание «Стили семейного воспитания»; родительский ринг «Семейные конфликты»; педагогическая мастерская «Мы семья - мы одна команда»; ассамблея «Традиции семейных праздников».

Данная система мероприятий была направлена на решение следующих задач:

- формирование заинтересованности родителей в успешном результате воспитания;
- повышение уровня знаний о личности и разных её проявлениях в младшем школьном возрасте, методах и приемах воспитания;
- обучение родителей применению эффективных методов развития навыков общения, разрешения конфликтных ситуаций;
- развитие умений родителей строить взаимоотношения и общение с ребенком на принципах гуманистической педагогики;
- коррекция методов и приемов семейного воспитания.

Для формирования мотивационно-личностного компонента использовались следующие методы и приемы: обсуждение опыта семейного воспитания, педагогических ситуаций, анализ мотивов детского и родительского поведения,

анализ видеосюжетов, решение педагогических задач, упражнения, моделирование способов родительского поведения.

Повышение уровня гностического компонента проходило через применение лекции, дискуссионных вопросов, анализ психолого-педагогической литературы, наглядной информации, самообразование.

Коммуникативно-деятельностный компонент реализовывался через использование активных методов: упражнения, моделирование эффективных способов общения с ребенком, анализ литературных произведений и мультипликационных фильмов, в которых затрагиваются проблемы самостоятельности, ролевое проигрывание проблемных педагогических ситуаций, самонаблюдение.

Полученные на контрольном этапе исследования результаты повторной диагностики, свидетельствуют, что грамотное сочетание современных форм работы с семьей и использование методов активизации родительского опыта позволит повысить уровень каждого из компонентов компетентности родителей в воспитании и развитии детей младшего школьного возраста.

В сложных современных условиях родителям со стороны школы требуется систематическая и квалифицированная помощь в решении вопросов воспитания детей. От того, как складываются отношения между педагогами, учащимися и их родителями во многом зависят достижения в воспитании и развитии детей. Только в процессе сотрудничества педагогов и родителей можно успешно решать проблему воспитания и развития школьника. Формы и методы работы с родителями должны быть направлены на повышение педагогической компетентности родителей, на укрепление взаимодействия школы и семьи, на усиление ее воспитательного потенциала. Работа учителя по повышению педагогической компетентности является неотъемлемой частью взаимодействия школы и семьи.

### **Список используемых источников**

1. Боднева, Н.А. Семейная педагогика и домашнее воспитание [Текст] / Н.А. Боднева – Пятигорск: ПГЛУ, 2021. – 198 с.
2. Овчарова, Р.В., Психологическое сопровождение родительства [Текст] / Р.В. Овчарова - М.: Академия, 2020. - 271 с.
3. Селина, В.В. Развитие педагогической компетентности родителей [Текст] / В.В. Селина - М.: Академический проект; Трикста, 2020. – 188 с.

### РАЗДЕЛ 3.

## ПОДДЕРЖАНИЕ И СОХРАНЕНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ УЧАСТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА

Н.Б. Барышникова

### ОЦЕНКА СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ И МЕТОДЫ ЕЕ ПОВЫШЕНИЯ В СРЕДЕ ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЕЖИ

В современном мире все большую и большую опасность для каждого человека представляют стрессы. Они отрицательно влияют на физическое и эмоциональное состояние человека, на его способность в нужное время принять правильное решение.

Актуальность данной статьи заключается в том, что она позволяет решить проблему дефицита знаний участников образовательного процесса и сформировать основные навыки саморегуляции.

Многие люди испытывают такой недуг как стресс, в особенности часто его можно заметить у лиц подросткового возраста и молодежи. Именно данная категория нашего общества больше всего подвержена стрессу. Лица подросткового возраста и молодежь в период от 14 до 20 лет вступает на новую ступень своего развития не только физического и морального. Они, являясь еще детьми, постепенно начинают вступать во взрослую жизнь, на них возлагается уже большее количество обязанности, начинает меняться окружение и обстановка, требуется самостоятельное решение задач, тем самым они постепенно вступают в «бешеный» ритм жизни, в котором могут наблюдаться различные стрессовые ситуации, приводящие к стрессу.

В научной литературе данная проблема отражена в разных аспектах. Так, особенности взаимосвязи деятельности в жизни индивида и развития личности, роли трудных ситуаций в этом процессе исследовали Б.Г.Ананьев, К.А.Абульханова - Славская, Л.И.Анцыферова, В.В.Собольников. В.М. Шепель рассмотрел проблему самосбережения здоровья человека, совершенствования его возможностей в условиях повышенных требований к его психоэнергетическим ресурсам, разработал концепцию ортобиоза. Проблема стресса и стрессоустойчивости представлена в психологии спорта и труда, в том числе педагогического. Выявлены компоненты индивидуальной, личностной и субъектно-деятельностной сфер психики и их связь со стрессоустойчивостью (Л.В.Куликов и А.А.Баранов), взаимосвязь стресса и конфликта в педагогической деятельности (В.И.Журавлев). Проблемы психического здоровья школьников рассматривались в ряде медицинских, педагогических и психологических работ. Установлено, что детский возраст характеризуется повышенной чувствительностью к средовым факторам, из которых наиболее стрессовым является деформация системы отношений развивающейся личности (А.И. Заха-

ров, Д.Н. Исаев, И.С. Кон). Исследована взаимосвязь между дезадаптацией и акцентуациями характера, возникающих у подростков, их избирательной чувствительностью к некоторым факторам (например, эмоциональное отвержение со стороны взрослых, недостаток внимания со стороны педагогов к личностным особенностям подростков, в работах А.Е. Личко, Э.Г.Эйдемиллер, В.В.Юстицкий). Рассмотрены проблемы формирования эмоциональной сферы старшеклассников и путей нейтрализации возникающих у них негативных эмоциональных состояний в учебной деятельности. В зарубежной литературе обобщен огромный психотерапевтический опыт работы в решении эмоциональных отношений детей и взрослых, разработаны принципы открытого выражения эмоций (К.Роджерс, К.Рудестам). Таким образом, в возрастной педагогике и психологии рассматриваются проблемы стресса, адаптации и дезадаптации школьников в учебной деятельности.

Г.Селье говорит о том, что стресс - «неспецифический, т.е. один и тот же на различные воздействия, ответ организма на любое предъявленное ему требование, который помогает ему приспособиться к возникшей трудности, справиться с ней», то есть стресс – это негативное выражение в чувствах человека, внутренняя тревога, которая в последующем может привести к моральному истощению человека, его психической неустойчивости и агрессии.

В теории таких наук как психология, педагогика давно идет дискуссия о том, как справиться со стрессом, выработать в человеке качества стрессоустойчивости, для того чтобы предотвратить нервные срывы, воспитать здоровое поколение, потому что при стрессе в организме человека вырабатываются вещества, которые в последующем ухудшают иммунную систему человека, что в последующем может привести к различным заболеваниям.

Особую роль в выработке стрессоустойчивости у подростков играет педагог. Именно он является помощником преодоления стрессовых ситуаций. Основные компоненты, на которые должен опираться преподаватель в своей работе с детьми, выделила в своей научной статье Ковалевская А.А, говоря о том, что качество навыков педагога в области стрессоустойчивости является частью всей подготовки педагогического образования, так как он должен обладать такими компонентами как знание, то есть наличие всей нужной информации о стрессе, навык – умение пользоваться данными знаниями на практике, и отношение – здесь рассматривается сама природа личности человека в педагогической деятельности, готовность развиваться в данной области и эффективно выполнять свою работу, осознавая всю ее значимость.

Различные ученые предлагают множество методик для преодоления стресса у подростков и молодежи.

Л.И Анцыферова выделяет метод, который ставит главным меру принятия ответственности на себя. Его суть состоит в том, личность должна понимать всю ответственность, которая возлагается на ее плечи при принятии решения, чем и провоцирует пробуждение силы для противостояния стресса. Подросток стремится захватить контроль над ситуацией, не давая эмоциям взять вверх.

Еще несколько средств для выработки стрессоустойчивости в своей работе выделяет С.А. Ахонина:

1. Поддержка взрослого. При возникновении каких-либо трудностей, возникающих у подростка, которые в последующем могут привести к стрессу, необходимо выслушать ребенка, предложить несколько вариантов решения данной ситуации, при этом только не принимать за него решение, а предоставить выбор ему, так он постепенно научится адаптироваться в социальной среде и в дальнейшем, у него будет возникать меньше проблем, ребенок будет адаптирован в данной стрессовой ситуации и сможет сам найти ответ решения проблемы.

2. Волевая саморегуляция. Данный метод означает, что взрослому, а по большей части педагогу, работая с ребенком необходимо направить его эмоции в нужное русло, как бы сориентировать в нужном направлении, тем самым можно будет научить подростка сдерживать свои эмоциональные выплески, не давая им завладеть разумом. На основе этого подросток научится воспринимать ситуацию как должное и с «чистыми» мыслями в голове решать проблему.

Представленные методы сбалансированы на том, что подросток борется со своими эмоциями, где главная задача (цель), которую он должен ставить перед собой: « Или я их, или они меня». А педагог является тем звеном, которое направляет, чтобы победа была за ребенком, а не за его эмоциями.

Как же понять, как именно помочь подростку, как направить его на нужный путь? Для этого в современной психологии существует различное количество способов. Одним из них является тестирование, на котором ребенок отвечает на общие вопросы, ответы на которые в последующем помогут понять педагогу или психологу, что беспокоит подростка, какая стрессовая ситуация у него возникла и тем самым откроет возможность помочь с ней справиться. К такому же способу можно отнести и специальные психологические тренинги и игры, которые тоже более подробно позволяют узнать, о чем думает ребенок.

Подводя итоги, хочется сказать, что стрессоустойчивость – ключ к множеству решений различных вопросов и формирование стрессоустойчивости является важным условием сохранения здоровья и сохранения.

**Т.И. Батурина**

## **ПРОФИЛАКТИКА СИНДРОМА ВЫГОРАНИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ, РАБОТАЮЩИХ В СИСТЕМЕ ЧЕЛОВЕК-ЧЕЛОВЕК**

Как часто нам приходится слышать от друзей и коллег: "На работе все надоело"..., "Ноги не идут на эту работу"...Все это сигнализирует об эмоциональном и профессиональном выгорании.

Профессиональное выгорание – результат, когда требования (внутренние или внешние) постоянно преобладают над ресурсами (внутренними или внешними) и у человека нарушается состояние равновесия. Непрерывное или прогрессирующее нарушение равновесия неизбежно ведет к выгоранию. Счита-

ется, что синдром профессионального выгорания развивается у работников, имеющих большое количество социальных контактов в течение дня.

В этой связи проблема выгорания является особенно актуальной для педагогов, медиков, социальных и банковских работников, т.к. их деятельность непосредственно связана с коммуникацией, а от качества коммуникации зависит конечный результат их деятельности.

Для развития ПВ важно то, как работник справляется со стрессом. Исследования показывают, что наиболее уязвимы те, кто реагирует на него агрессивно, несдержанно, хотят противостоять ему любой ценой, практикуют соперничество, борются за лидерство. Такие люди склонны недооценивать сложность стоящих перед ними задач и время необходимое для их решения. Стрессогенный фактор вызывает у них чувство подавленности, уныния, из-за того, что не удается достичь намеченных результатов. Выгорание сопровождается потерей жизненного ресурса.

При работе с ПВ важна правильная диагностика и определение стрессовых факторов, приведших к состоянию деформации.

Можно выделить несколько групп стресс-факторов, приводящих к ПВ:

- Социальное сравнение
- Социальная незащищенность
- Неудовлетворенность работой
- Неудовлетворенность оплатой труда
- Завышенные ожидания к работе
- Завышенные требования к сотруднику
- Продолжительная трудовая деятельность без достаточного отдыха

Также стрессовым фактором могут быть иррациональные убеждения, которые лежат в основе «нездоровых» моделей поведения.

Они ведут к неконструктивным переживаниям, не способствуют преодолению стресса и повышают риск выгорания. В частности риск деперсонализации и редукции личных достижений. Иррациональные убеждения имеют общие признаки: - они всегда пессимистичны и предполагают неудачный результат («это никогда не кончится», «я никогда не смогу этого сделать»), часто базируются на катастрофизации, в них отсутствует ориентация на возможные внешние и внутренние ресурсы. Часто их смысл пронизан безнадежностью, беспомощностью или непризнанностью результата. Для профилактики и преодоления выгорания иррациональные убеждения должны быть переработаны в рациональные, методом когнитивного реструктурирования.

1. Выявление убеждений.
2. Оценка веры в убеждение. От 0 до 100%
3. Эта мысль помогает в работе или мешает?
4. Доказательства «за» и доказательства «против».
5. На сколько % вы сейчас верите в это убеждение?
6. Как можно было бы думать по-другому? На сколько % верите в новое убеждение?

Выделяют три составляющих ПВ:



- эмоциональное истощение (переживание эмоционального перенапряжения и опустошённости, снижение эмоционального фона);
- деперсонализация (проявление черствости, цинизма или грубости при общении);
- редукция профессиональных достижений (снижение чувства компетентности в работе, потеря желания вкладывать усилия в работу, негативное восприятие себя и других, коллег, партнеров, клиентов).

Стадия эмоционального истощения является основной и понимается, как переживание эмоционального перенапряжения и опустошенности.

Психологи рассматривают эмоциональное выгорание как профессиональную деформацию личности, которая возникает под воздействием ряда факторов - внешних и внутренних.

- **Внешние факторы**

- хроническая напряженная психоэмоциональная деятельность, связанная с коммуникацией с разными людьми;
- дестабилизирующая организация деятельности в компании, которая может сказываться не только на самом работнике, но и на клиенте, пациенте, партнере;
- повышенная ответственность за исполняемые функции. Это касается медиков, педагогов, социальных работников, юристов, работников банковских и судебных учреждений;
- неблагоприятная психологическая атмосфера в трудовом коллективе, может определяться конфликтностью по вертикали, т.е. между начальником и подчиненным и конфликтностью по горизонтали – между коллегами.

- **Внутренние факторы**

- склонность к эмоциональной ригидности. Эмоциональное выгорание чаще возникает у тех, кто менее реактивен и восприимчив, более эмоционально сдержан. У людей, обладающих подвижными нервными процессами формирование симптома выгорания происходит медленнее. Повышенная впечатлительность может полностью блокировать этот механизм защиты.
- интенсивная интериоризация, люди с повышенной ответственностью больше подвержены синдрому ЭВ.
- отсутствие мотивации к эмоциональному контакту в профессиональной деятельности, работник не заинтересован в проявлении сопереживания к объекту деятельности – клиенту, пациенту, партнеру.
- нравственные дефекты и дезориентация личности работника.

Важно поработать над каждым из них, определить внутренний или внешний фактор, можно ли повлиять на него? Если он вне зоны контроля, как изменить свое восприятие данного фактора, чтобы понизить уровень стресса?

Есть несколько маркеров, которые могут свидетельствовать, о том, что вы уже начали выгорать на работе:

- не умеете справляться со стрессовыми ситуациями, они не мотивируют вас на движение вперед, а только пугают и обезоруживают;

- ставите себе амбициозные цели, пытаетесь доказать руководству и коллегам, что вы профессиональнее их, «Я всем докажу!», «Сейчас я это сделаю и все увидят какой я...», «Это могу сделать только я...»
- вы отказываетесь от своих личных потребностей, ставя их на второе место после работы. Вам некогда спать, завтракать, встречаться с друзьями, заниматься своим любимым хобби.
- вы перестаете ценить себя, исчезает чувство жалости к себе и окружающим;
- вы мечтаете, чтобы в сутках появился 25-й час, потому что ничего не успеваете на работе.

Признаки эмоционального выгорания:

- хроническая усталость, истощение;
- негативное восприятие жизни;
- пренебрежение к исполнению своих обязанностей;
- пассивность, апатия, ощущение безнадежности и ненужности;
- бессонница, невротические проявления;
- увлечение приемом психостимуляторов (табак, кофе, алкоголь, ноотропные средства);
- пищевое расстройство (снижение аппетита или переедание);
- усиление агрессивности, повышенная раздражительность;
- постоянное чувство вины или острое переживание несправедливости.

Для того, чтобы оставаться эффективным в своей трудовой деятельности необходимо заботиться о соблюдении режима сна, отдыха, питания и двигательной активности.

Рекомендации по профилактике ПВ:

1. Определение краткосрочных и долгосрочных целей в трудовой деятельности.
2. Переоценка своих убеждений относительно себя, своих планов, других людей,
3. Отстаивание своих границ, отказ от дополнительной нагрузки.
4. Соблюдение режима дня, сон не менее 8 часов, регулярное питание.
5. Использование 10-15 минутных перерывов в работе, для снятия психоэмоционального напряжения.
6. Самоконтроль своего состояния, отслеживание чувств и эмоций.
7. Регулярные посильные физические нагрузки, прогулки на свежем воздухе.
8. Переключение. Занятия делом, не связанным с профессиональной деятельностью (хобби, кино, развлечения)
9. Не пренебрегайте ежегодным отпуском.
10. Создание финансовой «подушки».

Берегите себя, старайтесь найти «золотую середину» между требованиями к профессиональным обязанностям и вашими жизненными ресурсами. Старайтесь профилактировать возможное ПВ, иначе единственный выход: по-

бег - увольнение. Но, на новом месте работы, возможно повторение старых ошибок, которые неминуемо приведут к постепенному выгоранию и профессиональной деформации.

**З.А. Гамзатова-студентка,  
Л.М. Садкова – научный руководитель**

## **БЛАГОПРИЯТНЫЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КЛИМАТ КАК УСЛОВИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СУБЪЕКТОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОМУ ИСКУССТВУ**

В настоящее время в любом виде деятельности необходимо умение формировать благоприятный психологический климат, т.к способность взаимодействовать очень важна для всех современных профессий. Качественная сторона межличностных отношений, проявляющаяся в виде совокупности психологических условий, способствует или препятствует совместной деятельности и всестороннему развитию личности в группе. Необходимо уметь определить наличие проблемы в состоянии психологической атмосферы того или иного коллектива, а затем грамотно разрешить её, ведь создание благоприятного для деятельности психологического состояния является делом не только ответственным, но и творческим, требующим знаний его природы и средств регулирования, умения предвидеть вероятные ситуации во взаимоотношениях членов группы

Особая роль в жизни каждого человека принадлежит школьным годам, классу, эмоционально-психологическому климату класса. Учителям хорошо известно, что есть классы, куда идёшь с ощущением радости, работа в них вызывает прилив энергии, вдохновляет на поиск новых методических решений. Но есть и такие ученические группы, контакты с которыми хотелось бы сократить до минимума или вовсе избежать.

Система образования призвана обеспечить активное развитие детей и молодёжи, их творческих способностей, включение в общественно-значимую деятельность. Именно в школьные годы происходит всестороннее развитие личности, формирование основных черт, и во многом это зависит от той

Впервые термин «психологический климат» использовал Н. С. Мансуров, который изучал производственные коллективы. В отечественной психологии наметились четыре основных подхода к пониманию природы социально-психологического климата. Представителями первого подхода (Л.П. Буева, Е.С. Кузьмин, Н.Н. Обозов, К.К. Платонов, А.К. Уледов) климат рассматривается как общественно-психологический феномен, как состояние коллективного сознания [5].

В современной практике образования важное значение придается гуманизации в отношениях как между взрослыми и учащимися, так и между самими учащимися. В настоящее время наблюдаются агрессивные тенденции подрост-

ков. Причин объективных и субъективных очень много, особенно они обостряются в школах закрытого типа (закрытый режим, ограниченность деятельности, постоянный контроль). Акцент на формирование социально-психологического климата приобретает важнейшее значение [1].

Для улучшения и поддержания социально-психологического климата в учебных группах необходимо уделять больше внимания организации совместной деятельности классов, ставить задачи, которые могут быть решены только посредством активной деятельности каждого члена группы, использовать социально-психологические тренинги [2].

Положительный психологический климат не формируется сам собой. Это результат упорного, целенаправленного и длительного труда всего коллектива, результат хорошо спланированной и организованной деятельности, при этом важное место в формировании благоприятного климата отводится учителям и классным руководителям.

В коллективе школьников существует та атмосфера, которая формируется в первую очередь учителем. От особенностей его взаимодействия и взаимопонимания с детьми зависят результаты деятельности ученического коллектива, а они в свою очередь, если являются хорошими и устойчивыми, помогают создавать необходимый психологический климат.

Психологический климат занимает важное место в гармоничном и всестороннем развитии личности, будь то класс, кружок или студия.

Благоприятный психологический климат способствует и лучшему усвоению учебного материала, и полноценному развитию его личности. Следовательно, создание благоприятного психологического климата, как в урочной деятельности, так и внеурочной деятельности, является важным элементом педагогической работы. Практические и теоретические навыки педагога должны быть направлены на создание благоприятного климата в ученической среде, как необходимого условия разностороннего развития личности.

Важным моментом, на который учитель должен обратить свое внимание, прежде всего, является то, насколько каждый из учащихся знает свои обязанности, а также их отличие от обязанностей остальных членов коллектива. Такое четкое разделение функций и обязанностей учащихся обеспечивает детям ощущение своих границ, а также приводит к чувству стабильности и устойчивости в отношении своего места в данной группе.

Следующий критерий — осознание своих личных убеждений. При здоровом психологическом климате каждый из учеников знает свои ценности и взгляды. Вместе с тем, не менее важным критерием является определение своей позиции по отношению к себе и другим членам группы. Важно, чтобы каждый из учеников обращал внимание в первую очередь на себя, мог проводить самоанализ действий и поступков.

Стоит помнить о том, что состояние психологического климата ученического коллектива зависит и от уровня группового развития. Следует отметить, что между состоянием психологического климата в развитом коллективе и результативностью общей деятельности всех членов группы существует положи-

тельная зависимость. Она приводит к появлению взаимопонимания и доверия, открытости и взаимовыручки. Высокий уровень группового развития содействует становлению в каждом человеке цельной личности, который будет являться активной единицей всего коллектива и, вместе с тем, субъектом собственной жизнедеятельности.

Прямое влияние на психологический климат имеет стиль управления и самоуправления в группе. Педагогам в своей деятельности по созданию здоровой социальной ситуации и психологического климата класса следует опираться на наиболее сознательных, активных, авторитетных членов ученического коллектива.

Успешное развитие классного коллектива обязано способности не только учителя, но и каждого ученика в классе, помогать выдерживать совместное направление движения группы. Оно определяется и задается самими учениками совместно с учителем. Можно говорить о положительном психологическом климате, если каждый ученик в классе достаточно целенаправлен и эмоционально вынослив.

Стоит отметить, что важнейшими признаками благоприятного психологического климата по Макаренко являются чувство собственного достоинства, защищённость каждой личности, гордость за свой коллектив, эстетика коллектива, соблюдение внешних норм поведения [3].

Каждому педагогу необходимо знать и применять способы формирования психологического климата. В силу специфики работы педагога и возрастных особенностей учащихся, именно учитель должен обладать определёнными средствами и механизмами управления этим явлением. Из чего следует, что ответственность за формирование психологического климата лежит в первую очередь на нём.

Среди наиболее эффективных способов формирования учителем благоприятного психологического климата в ученическом коллективе следует выделить следующие:

- Создание ситуаций коллективного сопереживания значимых для группы событий;
- Привнесение общечеловеческих ценностей в жизнь коллектива;
- Использование коллективных игр;
- Формирование традиций группы и обязательное их соблюдение;
- Разработка системы морального и материального поощрения учеников;
- Умение увидеть и решать конфликтные ситуации среди обучающихся;
- Стремление учителя вкладывать силы и средства в благополучие группы;
- Знание и учет индивидуальных особенностей учащихся (соматические, интеллектуальные, психологические);
- Знание и уважение всего спектра чужих мнений;
- Умение разделять и передавать ответственность.

Проектная деятельность эффективна для формирования благоприятного психологического климата. В рамках традиционных занятий используются специальные организационные формы и методы, уделяется отдельное внимание в канве урока. Например, проблемное введение в тему урока, постановка цели урока совместно с учащимися, совместное или самостоятельное планирование выполнения практического задания, групповые работы на уроке, в том числе и с ролевым распределением работы в группе, самоанализ и самооценка, рефлексия.

Мотивация является незатухающим источником энергии для самостоятельной деятельности и творческой активности. Для этого нужно еще на старте педагогически грамотно сделать погружение в проект, заинтересовать проблемой, перспективой практической и социальной пользы. В ходе работы включаются заложенные в проектную мотивационные механизмы.

В процессе творческого проекта, при правильном участии педагога, формируются специфические умения и навыки самостоятельной проектной деятельности.

Рассмотрим организацию проектной деятельности на занятиях по декоративно-прикладному творчеству на примере проекта «Куклы-обереги».

Проектная деятельность включает четыре основных этапа:

*1 этап – подготовительный.* На этом этапе учащиеся должны осознать, уяснить, зачем и почему им надо выполнять проект, каково его значение в их жизни и жизни общества.

*2 этап – конструкторский.* На данном этапе возникающие образы будущего изделия должны найти свое воплощение в графических документах. Учащиеся осуществляют такие действия, как подбор инструментов и оборудования, определение последовательности технологических операций, выбор оптимальной технологии изготовления изделия. На данном этапе проекта очень важно научить ученика творческому видению. Умение только тогда станет интересным, увлекательным, если оно озаряется ярким светом мысли, чувств, творчества, красоты.

Творческие задания частного характера (например, по увеличению или уменьшению размеров объекта, изменению (улучшению) изделия путем замены деталей, улучшению внешнего оформления готового объекта) способствует включению учащихся в творческий процесс, связанный с обоснованием идеи и конструктивной разработкой изготавливаемого изделия.

*3 этап – технологический,* во время которого учащиеся выполняют технологические операции, корректируют свою деятельность, производят самооценку работы. Цель – качественное и правильное выполнение трудовых операций. Предмет деятельности – создаваемый материальный продукт, знания, умения и навыки. Средства – инструменты и оборудование, с которыми работает учащийся. Результат – приобретение знаний, умений и навыков.

*4 этап – заключительный,* на котором происходит окончательный контроль, корректирование и испытание проекта. Учащиеся проводят экономические расчеты, анализируют проделанную ими работу, устанавливают, достигли

ли они своей цели, каков результат их труда. В завершение всего обучаемые оформляют результаты проектных исследований.

Все этапы проектирования требуют индивидуальной заинтересованности обучающихся, интеллектуальной подготовки, поиска материалов, инструментов, технологического выполнения.

В системе проектного обучения важен дифференцированный подход к учащимся, так как в каждом классе есть ученики с различными способностями. Необходимо учитывать индивидуальные особенности учащихся при постановке задания. Более сильным ученикам предлагается больше различных идей и они изготавливают более сложные изделия. Менее способным детям требуется больше поддержки при меньшей требовательности со стороны учителя. Такие дети изготавливают несложные изделия. У каждого учащегося свой запланированный конечный результат. Важно, чтобы каждый учащийся закончил то, что было запланировано и согласовано с учителем. Занятия по проектированию проходят в непринужденной обстановке на основе сотрудничества учителя и ученика. Успешность обучения методом проектов базируется на знании возможностей каждого ребенка, умении подсказать и привести ученика к принятию собственного решения [4].

Приобщившись к опыту коллективной работы и взаимопомощи, приобретя навыки создания произведений декоративно-прикладного искусства в той или иной технике, ученик загорается желанием научить других создавать прекрасное. И теперь при выполнении индивидуального задания положительный эмоциональный фон не нарушается ссорами, обидами, недовольствам, возникшими ранее в ответ на успешное действие сверстника, на его удачный результат, а наоборот чужие успехи воспринимаются с такой же радостью, что и свои.

Главная задача состоит в том, чтобы создать для обучающихся предпосылки для успешного творчества, организовать проектную деятельность и поэтапную проработку выбранной темы. Проектная деятельность на занятиях по декоративно прикладному творчеству делится на четыре основных этапа. Все этапы проектирования требуют индивидуальной заинтересованности обучающихся, интеллектуальной подготовки, поиска материалов, инструментов, технологического выполнения. Необходимо учитывать индивидуальные особенности учащихся при постановке задания. Занятия по проектированию проходят в непринужденной обстановке на основе сотрудничества учителя и ученика.

### **Список используемых источников**

1. Иванова Т.П. Особенности социально-психологического климата учебных групп в школах открытого и закрытого типа/ Т.П. Иванова//Научные статьи студентов.- М.: Просвещение, 2013.- 153 с.
2. Кузин, В.С. Изобразительное искусство 1-9 классы [Текст] / В.С. Кузин. - Москва: Дрофа, 2017. - 123 с.
3. Рубаева Т.В. Формирование положительно-эмоционального

отношения детей к процессу обучения декоративно-прикладному искусству: методическая разработка [Текст]/ Т.В.Рубаева.- М.: Просвещение, 2013.- 157 с.

4. Чижова О.Ю. Развитие творческой активности учащихся с ограниченными возможностями здоровья в процессе проектной деятельности на занятиях кружка декоративно-прикладного творчества: методическая разработка [Текст]/ О.Ю.Чижова.- М.: Просвещение, 2018.-146 с.

5. Шипулина Н.А .Методические рекомендации по организации внеурочных занятий в образовательных учреждениях. Содержательные и организационные особенности их проведения: департамент образования [Текст]/Н.А.Шипулина.- М.: Просвещение, 2014. – 357.

**Т.Н. Каблова,  
Л.М. Макарова**

## **ПРОФИЛАКТИКА СИНДРОМА ВЫГОРАНИЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ СПО**

Профессия педагога относится к сфере профессий типа «человек – человек», то есть профессий, которые отличаются интенсивностью и напряженностью психоэмоционального состояния и которые наиболее подвержены влиянию профессионального выгорания.

Синдром «выгорания» — сложный психофизиологический феномен, который определяется как эмоциональное, умственное и физическое истощение из-за продолжительной эмоциональной нагрузки, выражается в депрессивном состоянии, чувстве усталости и опустошенности, недостатке энергии и энтузиазма, утрате способностей видеть положительные результаты своего труда, отрицательной установке в отношении работы и жизни вообще [2].

Выделяют три фазы формирования выгорания: фаза напряжения, резистенции, истощения, которым свойственны определенные симптомы.

В связи с большой эмоциональной напряженностью профессиональной деятельности педагога, нестандартностью педагогических ситуаций, ответственностью и сложностью профессионального труда учителя, увеличивается риск развития синдрома «эмоционального выгорания».

Синдром эмоционального выгорания развивается у педагогов, если у педагога высокая эмоциональная загруженность.

Выгоранию подвержены чаще всего люди старше 35–40 лет. В их профессиональной сфере происходит спад. Чтобы предостеречь педагогов от эмоционального выгорания, нужно проводить своевременную профилактику и коррекцию.

Профилактическая деятельность по профессиональному выгоранию педагогов СПО может осуществляться по трем направлениям: информирование, эмоциональная поддержка, повышение значимости педагогической профессии [1].



Администрации образовательного учреждения для предотвращения профессионального выгорания педагогов необходимо разработать систему поощрений, организовать использование методов психологической разгрузки, релаксации прямо на работе, проводить работу, направленную на повышение значимости педагогической профессии в представлении педагога.

Участников образовательного процесса необходимо информировать о причинах и признаках выгорания, о том, как общедоступными методами помочь себе сохранить профессиональное здоровье и работоспособность.

Программа профилактики и коррекции синдрома эмоционального выгорания педагогов включает следующие направления:

- актуализация и развитие профессионально важных качеств у педагогов;
- формирование психологических защит у педагогов в стрессовых ситуациях;
- повышение коммуникативной компетентности педагогов, обучение навыкам конструктивного общения, в том числе в напряженных ситуациях;
- формирование эмоциональной устойчивости педагогов [3].

Для профилактики и помощи педагогам в преодолении синдрома выгорания рекомендовано следующее:

- организация рабочих пауз для эмоциональной разгрузки;
- оптимизация режима работы и отдыха;
- обучение приемам релаксации и саморегуляции психического состояния;
- организация активного отдыха с экскурсиями, прогулками и поездками на природу, праздников для себя, своей семьи, близких людей или для сотрудников.
- забота о положительном настроении на целый день. Развитие привычки позитивного самовнушения и мышления, формирование позитивных установок и пожеланий.
- общение с живой природой, с домашним любимцем.
- нахождение времени для заботы о себе: слушать музыку, смотреть любимые передачи, фильмы, читать книги.

К факторам, повышающим значимость педагогического труда и препятствующим выгоранию, относят возможности для творческого роста, повышение уровня заработной платы, интерес к работе в образовательном учреждении, использование технических средств обучения, способствующих эффективной работе, осознание полезности труда, стабильность положения педагога, хорошие взаимоотношения в коллективе, высокий уровень ответственности за труд.

Таким образом, из важнейших психолого-педагогических проблем, актуальных для личностного и профессионального развития современного педагога, остается проблема «выгорания». В связи с этим огромное внимание необходимо уделять организации целенаправленной работы по сохранению психического здоровья педагогов, которая должна опираться на глубокое знание всей системы основных факторов, определяющих формирование и развитие личности профессионала.

## Список используемых источников

1. Бабич О. И. Профилактика синдрома профессионального выгорания педагогов. В помощь школьному психологу / О. И. Бабич. – Волгоград: Учитель, 2014. – 122 с.
2. Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении / В.В. Бойко. – Санкт-Петербург: Питер, 1999. – 105 с.
3. Долгова В. И. Эмоциональная устойчивость личности: монография / В.И. Долгова, Г.Ю. Гольева. – Москва: Перо, 2014. – 196 с.

**В.Ю. Калашников,  
Н.В. Калашникова**

### **ОСОБЕННОСТИ ПРОФИЛАКТИКИ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ, РАБОТАЮЩИХ В СИСТЕМЕ ЧЕЛОВЕК – ЧЕЛОВЕК**

Любой специалист, профессиональная деятельность которого требует непосредственного общения и эмоционального контакта с другими людьми, а также связана с большой ответственностью, рано или поздно может столкнуться с резкой и беспричинной сменой настроения, апатией, нежеланием идти на работу, раздраженностью, неудовлетворенностью собой и результатами своей деятельности. Всё это является признаками «синдрома выгорания».

Что же такое синдром профессионального выгорания?

Впервые термин «эмоциональное выгорание» был предложен в 1974 году американским психологом Х.-Дж. Фройденбергером. Так он описывал психологическое состояние людей, вынужденных в эмоционально насыщенной атмосфере интенсивно и тесно общаться с клиентами при оказании профессиональной помощи.

ВОЗ определяет «синдром выгорания» как физическое, эмоциональное или мотивационное истощение, характеризующееся нарушением продуктивности в работе и усталостью, бессонницей, повышенной подверженностью соматическим заболеваниям.

Это профессиональная болезнь тех, кто работает в сфере человек-человек: учителей, социальных работников, психологов, менеджеров, врачей, - всех, чья деятельность невозможна без общения.

Может сложиться впечатление, что эта «болячка» неизбежно достигнет каждого работника этой сферы. Однако это далеко не так, ведь на сегодняшний день создание комфортной эмоциональной среды и профилактика профессионального выгорания имеет большую актуальность.

**Самыми распространенными симптомами профессионального выгорания являются:**

1. постоянная усталость, апатия
2. эмоциональное и физическое истощение

3. бессонница
4. сигналы со стороны организма (набор/потеря веса, головные боли, проблемы с ЖКТ, ухудшение зрения, слуха и т.д.)
5. раздражительность
6. депрессивное состояние
7. «эмоциональные качели»
8. неудовлетворенность собой и своей профессиональной деятельностью
9. повышенная тревожность
10. негативное восприятие окружающего

**Для проведения диагностики или самодиагностики профессионального выгорания существуют различные методики:**

1. опросник В.В.Бойко, предназначенный для диагностики уровня эмоционального выгорания;
2. опросник МВІ (К.Маслач и С.Джексон в адаптации Н.Е.Водопьяновой);
3. Экспресс-диагностика «выгорания» и др.

**Профилактика синдрома профессионального выгорания** может осуществляться работником самостоятельно, либо при работе с психологом или другим специалистом.

Прежде всего, работнику необходимо позаботиться о своем **питании**. Доказано, что отклонения от режима питания негативно сказываются на функционировании всех систем организма, что может привести к повышению напряженности, утомлению, повышению уровню стресса.

С большей осторожностью следует относиться к чрезмерному употреблению продуктов, содержащих кофеин. Оказывая возбуждающее воздействие на нервную систему, они могут вызвать неблагоприятные отсроченные последствия - потерю сна, головные боли, нервозность, повышенную раздражительность, повышение давления.

Поддержание хорошей **физической формы** – еще один немаловажный фактор. Очень важно поддерживать хорошую физическую форму с помощью физических упражнений и полноценного сна не менее 7-9 ч в сутки.

Умение также хорошо **отдыхать**, как и хорошо работать. Работа после работы, на выходных и в отпуске – отличный путь карьерного роста, но и прямой путь к синдрому профессионального выгорания.

**Саморегуляция**- искусство управления собой. Прогулки по лесу, посещение музеев, парков, хобби, хорошая музыка – все это позволит отвлечься от проблем и расслабиться.

«Выгорание» - это результат внутреннего накапливания отрицательных эмоций.

**Разговаривайте.** Делиться своими чувствами и эмоциями полезно, особенно в коллективе. Это не только снизит риск возникновения «выгорания», но и поможет решить проблему общими усилиями.

Постановка **реальных целей**, достижение определенных результатов, что повышает долгосрочную мотивацию. Нельзя «объять необъятное». Правильно расставленные приоритеты и реальные цели дают возможность человеку чувствовать свою успешность, что, в свою очередь, повышает его самооценку.

Основные правила, соблюдение которых поможет избежать появления синдрома профессионального выгорания:

1. всегда реально оценивайте свои знания и умения, обдуманно распределяйте нагрузки
2. умейте чередовать виды своей деятельности
3. не приминайте близко к сердцу конфликты и проблемы на работе, не выносите их за стены организации
4. стремиться к лидерству и успеху – нормально! Но не стоит пытаться всегда и во всем быть первым

«Выгорание» - не болезнь и не диагноз, а тем более не приговор, который настигает каждого, чья профессиональная деятельность связана с людьми. С ним нужно не только бороться, но и вовсе предупредить его возникновение. Необходимо просто быть в гармонии с самим собой, беречь свое физическое, эмоциональное и психологическое состояние.

**А.В. Кулябкина**

## **ПРОФИЛАКТИКА СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ МКОУ СШ № 3 Г.О.Г. МИХАЙЛОВКА**

Проблема профилактики синдрома эмоционального выгорания является в образовательных организациях весьма актуальной темой. Особенностью МКОУ СШ № 3 г. Михайловка является то, что наша школа инклюзивная, в ней обучаются не только нормотипичные дети, но и дети-инвалиды и дети с особыми образовательными потребностями. Работа, с такой категорией детей накладывает дополнительный отпечаток и зачастую приводит к эмоциональному выгоранию, так как успехи у таких детей часто незначительные, а нагрузка в разы больше.

Эмоциональное выгорание представляет собой приобретённый стереотип эмоционального поведения. Можно выделить следующие симптомы, так или иначе связанных с «психическим выгоранием»: агрессивные и упаднические чувства, переживания вины и зависимости, психосоматические недомогания, бессонница, негативное отношение к работе, злоупотребление алкоголем и др. «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.

Последствия «выгорания» могут проявляться как в психосоматических нарушениях, так и в сугубо психологических (когнитивных, эмоциональных, мотивационных) изменениях личности.

Как правило, человек с синдромом эмоционального выгорания не осознает, что с ним происходит. Он лишь испытывает растущее внутреннее раздражение, напряжение, тревогу и неприязнь к тем, кому призван помогать: ученикам, коллегам, родителям. Признаки синдрома выгорания во многом напоминают симптомы неврастения. Человек чувствует постоянную усталость, у него падает работоспособность, болит голова, нарушается сон, снижается аппетит, усиливается тяга к табаку, кофе, алкоголю. Кроме того, возникает ощущение беспомощности, безнадежности, апатии. А главное, отмечается притупленность чувств – нет желания эмоционально откликнуться на ситуации, которые, казалось бы, должны трогать. Исчезает чувство сопереживания людям. Рождается мысль, что уже ничего нельзя дать другим, поскольку запас сил и эмоций исчерпан. Постепенно развивается негативное отношение к своему труду и людям, с которыми надо сталкиваться по работе. Контакты с ними становятся все более обезличенными, «бездушными» и формальными.

Человек, переживающий это тягостное состояние обычно принимает за причину происходящего в себе самом, уверенный в собственном бездушии и непрофессионализме. В результате увеличивается недовольство собой, снижается самооценка, ухудшается настроение. Ситуация усугубляется тем, что проблемы, о которых идет речь, как правило, не принято обсуждать и столкнувшись с ними кажется, будто другие не испытывали ничего подобного. Кризис может обостриться настолько, что наступает полное разочарование в жизни, глубокая депрессия.

Для профилактики неблагоприятных эмоциональных состояний можно использовать следующие способы:

1. Быть оптимистом. Сила разума способна нейтрализовать отрицательное влияние многих событий и фактов. Необходимо стараться игнорировать мрачные стороны жизни, позитивно оценивать события и ситуации.

2. Иметь девиз по жизни «Все что делается, делается, делается к лучшему».

3. Неудовлетворительные обстоятельства жизни воспринимать как временные и пытаться изменить их к лучшему.

4. Радоваться достигнутым целям, замечать свои достижения, успехи и хвалить себя за них.

5. Не «заикливаться» на случившихся конфликты и допущенных ошибках. Осознать их причину, сделать выводы и найти выход.

6. Возникающие проблемы или конфликты, решать своевременно и обдуманно.

7. Больше и чаще общаться с приятными людьми. С теми же, кто неприятен, мягко и незаметно ограничивать общение. Если взаимодействие с неприятным человеком неизбежно, убедить себя, что происходящее не стоит того,

чтобы реагировать эмоционально. Иметь нескольких друзей (желательно других профессий), во взаимоотношениях с которыми существует баланс.

8. Не давать оценок другим людям, не стараться переделать партнеров по общению, подогнать их под себя. Признавать за любым человеком право на свободное проявление его индивидуальности. Каждый проявляет свою индивидуальность так, как ему удобно, а не так, как это делаете вы или как бы вам этого хотелось.

9. Развивать динамичность установок. Человек с большим набором гибких установок и достаточно большим количеством разных целей, обладающий способностью их заменять в случае неудачи, защищен от негативных стрессов лучше, чем тот, кто ориентирован на достижение единственного, главного конкретного результата. Стремиться к обдуманности обязательств (например, не следует брать на себя большую ответственность за ученика или родителя, чем делает он сам).

10. Иметь интересы, не связанные с профессиональной деятельностью (например, сочетать работу с учебой, исследованиями, написанием научных статей, любимым хобби; читать не только профессиональную, но и другую литературу, для своего удовольствия без ориентации на какую-либо пользу и пр.).

11. Вносить разнообразие в свою работу (например, создавая и реализуя новые проекты; участвовать в семинарах, конференциях, где предоставляется возможность встретиться с новыми людьми и обменяться опытом; периодическая совместная работа с коллегами, значительно отличающимися в профессиональном и личностном плане; участие в работе профессиональной группы, дающее возможность обсудить проблемы, связанные с работой).

12. Поддерживать свое здоровье, соблюдая режим сна, питания, двигательной активности; овладеть техникой медитации.

13. Стремится к тому, чего хочется, без надежды стать победителем во всех случаях и умение проигрывать без ненужных самоуничужения и агрессивности.

Синдром эмоционального сгорания формируется постепенно, поэтапно (напряжение, резистенция, истощение) и для каждого этапа характерны определенные признаки. Несмотря на схожесть эффектов сгорания и профессиональных стрессов, не следует отождествлять их. Синдром «эмоционального сгорания» скорее является не разновидностью стресса, а следствием влияния комплекса стрессовых факторов, как внешних, так и внутренних в системе личных и деловых отношений. Однако своевременное применение способов и средств профилактики способствует значительному снижению патогенного воздействия синдрома на когнитивную, эмоциональную и поведенческую сферу личности.

Чтобы избежать синдрома сгорания, человек должен хоть изредка оценивать свою жизнь – живет ли он так, как ему хочется. Если существующая жизнь не удовлетворяет, следует решить, что нужно сделать для положительных сдвигов. Только должным образом заботясь о качестве своей жизни, можно остаться эффективным субъектом личной и профессиональной жизни.

**М.М. Рыбальченко – студентка,  
Н.В. Смоляева – научный руководитель**

## **ФОРМИРОВАНИЕ ПОЗИТИВНЫХ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ В СТУДЕНЧЕСКИХ ГРУППАХ**

Происходящие в обществе кардинальные перемены требуют серьезного переосмысления сложившегося в последние десятилетия отношения к человеку. Из всей совокупности отношений личности к окружающему миру ведущими являются отношения к обществу и людям. Современный этап реформирования системы образования значительно повышает актуальность рассмотрения этой проблемы. В теоретическом плане ее разработка тесно связана с решением многих функциональных проблем социальной педагогики и психологии.

Межличностные отношения определяют положение человека в коллективе. От того, как они складываются, зависит эмоциональное благополучие, удовлетворенность или неудовлетворенность человека пребыванием в данной общности. Успешность человека в межличностных отношениях все в большей мере определяет его продуктивность в профессиональной деятельности, активность в общественной жизни.

Проанализировав широкий пласт социально-психологической литературы, мы увидели, что межличностные отношения не берутся «из ничего», они связаны не только со сходством – различием людей и их мнений, но и с функциональным назначением тех групп, в которые входит каждый человек. И пришли к выводу, что данная проблема все ещё остается актуальной в студенческих группах.

Целью данного исследования было выявление структуры межличностных отношений в студенческих группах и формирование благоприятного социально-психологического климата.

Задачи исследования:

1. Изучение теоретических аспектов проблемы межличностных отношений студентов.
2. Подбор и анализ диагностических методик, направленных на изучение межличностных отношений студентов.
3. Разработка и апробация системы организационных форм социально-педагогической деятельности, направленных на развитие позитивных межличностных отношений в ученическом коллективе.

К изучению проблемы межличностных отношений обращались многие исследователи (М.И. Еникеев, Г.М. Андреева, Н.П. Аникеева, В.Н. Мясищев, Я. Газман, А. Кроник, Е. Кроник и др.). Рассматривая проблему межличностных отношений в студенческой группе, мы пришли к выводу о том, что межличностные отношения – это эмпирическая форма существования в контексте реального непосредственного или опосредованного контакта людей, имеющих обратную связь друг с другом.

Анализируя социально-психологическую и психологическую литературу,

можно сказать, что структура межличностных отношений непостоянна и меняется в зависимости от возрастных характеристик и развития межличностных отношений в группе. Изучив основные психологические и педагогические взгляды на проблему межличностных отношений, мы пришли к выводу о том, что наиболее значима концепция А.В. Петровского «Значимого другого», так как в этой концепции отражены основные факторы отношений: признание окружающего, эмоциональный статус, репрезентативность власти.

Говоря о межличностных отношениях, нельзя не сказать о психологическом климате группы. Психологический климат группы и коллектива - субъективная реальность, которую индивид отражает, включаясь в группу, внося свою лепту в систему взаимоотношений.

Решение практических задач осуществлялось на базе ГБПОУ «Дубовский педагогический колледж» со студентами 1 курса.

В ходе организации социально-психологической деятельности решались следующие задачи:

- определение уровня развития межличностных отношений в студенческой группе;
- организация работы по развитию позитивных межличностных отношений студентов в ученическом коллективе;
- знакомство студентов с методами развития личностных свойств, способствующих установлению позитивных межличностных отношений;
- обучение студентов навыкам построения и развития позитивных межличностных отношений;
- наблюдение тенденции изменения уровня развития межличностных отношений, сопоставление исходных и конечных результатов диагностирования.

Для определения уровня развития межличностных отношений, нами были использованы следующие методики: социометрия, «Групповая сплоченность» Сишора, «Карта-схема определения психологического климата» Л.Н. Лутошкина и др.

На диагностическом этапе исследования осуществлялось:

- измерение степени сплоченности - разобщенности в группе;
- выявление соотносительного авторитета членов групп по признакам симпатии - антипатии (лидеры, звёзды, отвергнутые);
- обнаружение внутригрупповых сплоченных образований во главе с неформальными лидерами.

С целью развития позитивных межличностных отношений была разработана программа, реализация которой способствовала гармонизации отношений в студенческих группах.

На занятиях обучающиеся не только получали знания о том, как общаться, но и упражнялись в применении различных способов поведения, овладевали навыками эффективного общения.

Перед началом работы студентами принимались правила (групповые нормы) поведения на занятиях.

Структура занятий состояла из вступления, основной части и заключения.



Во вступлении сообщалась тема занятия, обсуждались вопросы по заданной проблеме.

Основная часть содержала анализ и проигрывание ситуаций, с помощью специальных упражнений и ролевых игр участники овладевали навыками эффективного общения.

В заключительной части проводилась рефлексия. Используемые на занятиях диагностические процедуры помогали студентам в самопознании. Большое внимание на занятиях уделялось обсуждению различных ситуаций, дискуссиям, творческому самовыражению, самопроверке и тестированию.

Программа занятий рассчитана на работу в течение учебного года и делилась на четыре этапа:

- 1 этап - развитие самопознания и рефлексии;
- 2 этап - обучение навыкам позитивного общения;
- 3 этап - разрешение проблем общения;
- 4 этап - обучение навыкам культуры поведения.

Студенты знакомились с информацией по проблемам межличностных отношений, выполняли многочисленные упражнения на развитие коммуникативных умений и навыков. Занятия позволили повысить уровень коммуникативных и организаторских способностей студентов, улучшить психологический микроклимат в группе.

Апробировав курс занятий, мы проследили положительную динамику уровня развития коммуникативных способностей и умений обучающихся. Оптимизации межличностных отношений студентов, по нашему мнению, способствовали:

- демократический стиль общения с обучающимися;
- создание на занятиях благоприятной эмоциональной атмосферы, помогающей раскрывать творческий потенциал студентов;
- сотрудничество, формирование новых знаний в процессе совместной работы со студентами;
- вариативность, гибкость структуры занятий (учитывая нестабильность и непредсказуемость поведения обучающихся);
- работа с «живым содержанием» (с ситуациями из реальной жизни, в том числе возникающими непосредственно на занятиях).

### **Список используемых источников**

1. Еникеев, М.И. Общая и социальная психология: Учебн. – 4-е изд., перераб. и доп/ М.И. Еникеев . – М.: Проспект, 2019. – 126 с.
2. Кричевский, Р.Л. Социальная психология малой группы: Учебное пособие для вузов / Р.Л. Кричевского.– М.: Академия, 2020. - 98 с.

## О ПРОБЛЕМЕ "КУЛЬТУРНОГО ШОКА" В ПРОЦЕССЕ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ-МИГРАНТОВ

В настоящее время из зоны вооруженных конфликтов на территории российских городов и областей появляется большое количество беженцев, переселенцев и мигрантов, дети которых нуждаются в психологической помощи. Ведь ни для кого не секрет тот факт, что, убегая от нависшей опасности, спасаясь всеми возможными способами, люди вынуждены оставить на прежних местах все то, что было им так дорого, то, от чего их вынуждают отказаться. Людей, которые покидают страну в силу каких-либо чрезвычайных ситуаций, называют беженцами. Им нужно заново строить свою жизнь, искать пристанище, обзаводиться хозяйством, друзьями.

Резкое изменение привычных условий жизни, вызванное переездом в другую страну или регион, где иные культурные традиции, другой язык, приводит к дезориентации как взрослого, так и ребенка из семьи мигрантов. В новом жизненном пространстве дети сталкиваются со стереотипами, обычаями, особенностями поведения и языком, отличными от привычных, т. е. попадают в ситуацию так называемого «культурного шока»

Одним из первых ученых, использовавших этот термин, был антрополог К. Оберг. По его мнению, культурный шок – это «следствие тревоги, которая появляется в результате потери всех привычных знаков и символов социального взаимодействия», кроме того, при вхождении в новую культуру у человека появляются весьма неприятные ощущения.

В настоящее время болезненное вхождение в новую культуру объясняется, во-первых, его неожиданностью, а во-вторых, возможной переоценкой собственной культуры не в ее пользу.

Калерво Оберг выявил шесть основных составляющих культурного шока:

- напряжение, к которому приводят усилия, требуемые для достижения необходимой психологической адаптации;
- чувство потери или лишения (друзей, статуса, профессии, собственности);
- чувство отверженности представителями новой культуры или отвержения их;
- сбой в социальных ролях, ролевых ожиданиях; путаница в ценностных ориентациях, чувствах и самоидентификации;
- неожиданная тревога, даже отвращение и негодование в результате осознания культурных различий;
- чувство неполноценности от неспособности «совладать» с новой средой.

По мнению значительной части исследователей, большие перемены (как негативные, так и позитивные) в жизни человека чреватые для него психическими и физическими заболеваниями.

Жизнь в иной культуре вызывает у мигрантов нарушения психического здоровья. Требования нового культурного окружения становятся тяжелым испытанием не только для взрослых, но и для детей.

Используя классификацию С. Бочнера, О. Д. Шарова предлагает выделить следующие типы реакций на ситуацию, когда ребенок переживает свое существование в инокультурной среде как конфликтное:

1. Протест-отвержение. Подросток бросает открытый вызов своему обществу. Перед ним поставлены новые задачи идентификации (кем нужно быть, чтобы комфортно себя чувствовать в инокультурной среде, как добиться успеха и оказаться принятым и любимым и т. п.), и он пытается их решить. Один из возможных путей — идентификация с принимающей культурой. Однако, по наблюдениям Г. Фигдора, дети эмигрантов с потерянной родиной утрачивают также и некоторую часть собственной личности: они ощущают себя человеком «второго сорта» и испытывают стыд, так как не в состоянии почувствовать себя своими среди новых друзей. В их самоощущении всегда бессознательно присутствует следующая мысль: «Я не такой, как вы».

Особое влияние на формирование данной реакции оказывает семья. Неприятие, скрытое или явное отвержение подростка в семье может вылиться в подобный протест, принимающий форму отречения («Если я вам не нравлюсь, я тоже не нуждаюсь в вас и в том, что для вас представляет ценность»). Здесь значительную роль играют также особенности характера и темперамента ребенка.

2. Шовинистическая реакция. На первый взгляд эта реакция противоположна предыдущей, но она имеет в своей основе тот же психологический механизм: «С вами (новым социумом) я чувствую себя ущербным, поэтому я буду против вас». Эта стратегия представляет собой еще одну возможность совладания со стыдом и чувством ущербности.

3. «Тайное» посредничество. Дети не могут сделать окончательный выбор относительно существующих в их жизни культур, поскольку предпочтение одной из альтернатив, как правило, влечет за собой либо открытый конфликт в семье, либо отвержение со стороны референтной группы сверстников. Следовательно, единственный выход для ребенка — смена масок.

Для сохранения эмоционального здоровья в условиях "культурного шока" у детей-мигрантов, необходимо оптимизировать процесс вхождения в новый социум посредством разработки различного рода программ, направленных на оказание им соответствующей психологической помощи и поддержки, также профилактику различных форм дезадаптивного поведения детей и подростков. Важная роль в решении данной проблемы принадлежит психологу и педагогам.

Процесс психологического сопровождения представляет собой не только непосредственное участие в образовательном процессе. При возникновении у ребенка психологических, учебных, социальных трудностей, наличие рядом с ним соответствующего специалиста службы психологического сопровождения поможет решить возникшую проблему.

Специалист службы сопровождения координирует деятельность ребенка, педагогов и родителей в решении проблем ребенка.

Значимой является разработка системы мероприятий, направленных:

- на повышение психологической грамотности и коммуникативной компетентности учителей и других работников образования, работающих с детьми-мигрантами;
- налаживание благоприятного эмоционально-психологического климата в образовательных учреждениях, формирование положительных установок на развитие меж- и внутри- группового согласия и интеграцию детей-мигрантов в местное детское сообщество.

Также необходимо применять методы психологической помощи детям из семей беженцев:

- тренинги толерантности, позитивного взаимодействия и социокультурной адаптации;
- групповая работа по преодолению страхов;
- психологическое консультирование и психотерапия (семейная терапия, арт-терапия).

В работе с детьми из семей беженцев важны приемы и методы организации работы с посттравматическим стрессом, направленные на преодоление травматического опыта, последствий травматического события, коммуникативных барьеров, изоляции, которая возникла в ходе «капсулирования» травматического опыта, формирование навыков толерантного общения, адекватного психологического контакта, бесконфликтного поведения, навыков саморегуляции.

Из всего выше сказанного можно сделать вывод, что в настоящее время в России одной из наиболее уязвимых и социально незащищенных групп населения являются вынужденные мигранты. Если учесть, что более половины любой группы вынужденных мигрантов обычно составляют дети, то становится очевидным, что и на их плечи ложится тяжелый груз проблем, с которыми сталкивается данная категория населения. Дети уязвимы, зависимы, им необходима поддержка взрослых не только для физического выживания, но и для успешной адаптации в новом окружении для сохранности психического здоровья.

### **Список используемых источников**

1. Битянова М. Р. Организация психологической работы в школе. — М.: Совершенство, 2010. — 229 с.
2. Гуляева А.Н. Социокультурная адаптация детей мигрантов [ электронный ресурс ] // Психологическая наука и образование. – 2010. - №5. Режим доступа:[http://psyjournal.ru/psyedu\\_ru/2010/n5/Gulyaeva/shtml](http://psyjournal.ru/psyedu_ru/2010/n5/Gulyaeva/shtml)
3. Oberg K. Practical Anthropology / K. Oberg. — New Mexico, 1960.

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ЭФФЕКТИВНОСТИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

*Аннотация.* Рассматриваются различные подходы к проблеме факторов, внутренних и внешних, влияющих на процесс эффективности обучения студентов. Внутренние психологические факторы, такие как мотив, атрибуции, интеллектуальный уровень, индивидуально психологические особенности студентов и другие являются предметом обсуждения статьи

*Ключевые слова:* учебный процесс, мотивация, регуляция, позиция, тип атрибуций, интеллектуальный уровень, индивидуально-психологические особенности.

В сложном комплексе психолого-педагогических факторов, определяющих эффективность учебной деятельности студентов, выделяются: психологическое содержание и структура учебной мотивации, тип атрибуции, индивидуально-психологические особенности, особенности самоорганизации студентов как фактор ориентации на мастерство, цели обучения и другие.

Наиболее глубоко и всесторонне с позиции системно-структурного подхода исследован такой важный фактор, как учебная мотивация (Е. И. Савонько, Н. М. Симонова, И. Н. Именитова, З. М. Хизроева).

В работах [5, 15] показано, что наиболее релевантной целям учебной деятельности является структура учебной мотивации, в которой доминируют компоненты внутренней мотивации – ориентация на процесс и результат учебной деятельности. В свою очередь, создание определённых условий (творческий вид задания, снятие временных ограничений, возможность выбора задания) позволяет актуализировать внутреннюю мотивацию и снизить удельный вес и ранговое место внешней мотивации (ориентации на внешнюю оценку и давление).

Учебная активность как проявление действенной мотивации оказывает положительное влияние на эффективность учебной деятельности студентов и сказывается в аккуратном посещении занятий, активности на занятиях, желании подготовить задание в большом объёме, желании передать свои знания товарищам и т.д. [5].

Данные, полученные в ходе изучения учебной мотивации студентов в отечественной педагогической психологии, подтверждаются исследованиями учебной мотивации в зарубежной психологии, в частности М. Ксикзентмихали, посвящённых психологическому содержанию процессуальной мотивации [цит. по: 8]. Необходимо подчеркнуть, что такие факторы, как цейтнот, необходимость выполнения работы к строго намеченному времени, жёсткий контроль со стороны отрицательно влияют на процессуальную мотивацию и в свою очередь на учебную деятельность.

В. А. Якунин и Н. И. Мешков подчёркивают важную роль и взаимосвязь интеллекта и мотивации и приходят к выводу о ведущей роли мотивации в эффективности учебной деятельности[9,16].

Работы В. А. Якунина, Н. А. Комусовой, Н. Б. Нестерова, В. И. Шкуркина раскрыли роль мотива профессиональной направленности в эффективности учебной деятельности. Немало важную роль играют и другие мотивы, такие как познавательные, прагматические, социальные и ммотивы личного престижа[17].

Следующим фактором, который был изучен теоретически и эмпирически рядом исследователей [1, 3 и др.], является тип атрибуции. Проблема влияния каузальной атрибуции достижений на учебную деятельность недостаточно раскрыта, хотя в психологии имеется достаточно обширный материал экспериментального и эмпирического характера относительно зависимости эффективности деятельности от особенностей функционирования казуальных атрибуций субъекта деятельности. Теоретический анализ литературы по исследуемой проблеме позволяет говорить также о влиянии казуальных атрибуций на результативные, эмоциональные и мотивационные компоненты субъекта деятельности в отдельном самостоятельном их рассмотрении. Однако остаётся не выясненным вопрос о влиянии типов атрибуции на успешность (эффективность) деятельности во взаимосвязи с эмоциональными и мотивационными параметрами деятельности, то есть связь казуальных атрибуций с результативными, мотивационными и эмоциональными компонентами деятельности в целостном и взаимосвязанном их рассмотрении, но эти теоретические утверждения остаются в целом на уровне предположений, гипотез.

В работах [1, 11, 14] представлен подробный анализ проблемы влияний казуальных атрибуций на эффективность деятельности на примере старшеклассников, студентов и педагогов. Полученные результаты подтвердили связь типов атрибуции с успешностью (эффективностью) деятельности во взаимосвязи с эмоциональными и мотивационными параметрами деятельности, то есть связь казуальных атрибуций с результативными, мотивационными и эмоциональными компонентами деятельности в целостном и взаимосвязанном их рассмотрении.

М. Зелигманом и его коллегами также обнаружена связь между учебными достижениями и объяснительным стилем школьников и студентов. В частности, было выявлено, что учащиеся оптимистическим стилем атрибуции и в школе, и в университете показывали результаты выше по сравнению с теми, у кого была диагностирована пессимистическая атрибуция[3].

Экспериментальные исследования Вилсона и Линвилля [20] установили, что приписывание плохих оценок успеваемости временным, непостоянным (изменчивым) причинам приводит к позитивному ожиданию относительно будущих оценок, что в свою очередь повышает текущую учебную успеваемость.

В ходе исследований, проведённых в рамках теории самоэффективности А. Бандуры определено, что представление индивида, связанные с верой в свои способности и собственную эффективность, оказывают существенное влияние

на результативные и качественные стороны человеческой деятельности [19, 21, 22]. Большой интерес представляет влияние индивидуально-психологических особенностей на эффективность учебной деятельности. Различия в успеваемости, как подчёркивает С. Д. Смирнов, можно наблюдать при одних и тех же внешних условиях учебной деятельности (социально-экономическое положение, организация и методическое обеспечение учебного процесса, квалификация педагога и т.п.). Этот феномен психологи и педагоги объясняют индивидуально-психологическими особенностями обучающихся, такими как уровень интеллекта (способность усваивать знания, умения, навыки и успешно применять их для решения задач), креативность (способность самому вырабатывать новые знания), учебная мотивация, обеспечивающая сильные положительные переживания при достижении учебных целей, высокая самооценка, приводящая к формированию высокого уровня притязаний, и др. Но ни одно из этих качеств в отдельности, ни даже их сочетания недостаточны для того, чтобы гарантировать формирование установки студента на повседневный, упорный и тяжелый труд по овладению знаниями и профессиональным мастерством в условиях достаточно частых или длительных неудач, которые неизбежны в любой сложной деятельности. Каждый преподаватель может привести примеры из своей педагогической деятельности, когда очень способный и творческий студент с высокой самооценкой и исходно сильной учебной мотивацией <<ломался>>, сталкиваясь с серьёзными трудностями в том или ином виде учебной деятельности, и переставал двигаться вперёд, в то время как гораздо менее одарённый его товарищ успешно преодолевал эти трудности и со временем добивался гораздо большего [13].

Одной из важных индивидуально-психологических особенностей личности является уровень тревожности.

Исследования, проведённые Сарасоном (1980), показали отрицательное влияние тревожности на тестовые результаты. Зейндером (1998) выявлено, что общая экзаменационная тревожность в целом отрицательно влияет на показатели по тестам. Более специфическая тревожность, например математическая или компьютерная тревожность, ассоциируется с низкими результатами по этим предметам (Казельских, 1998, Шермис и Ломбард, 1998). Важно подчеркнуть, что в работах психологов экзаменационная тревожность ассоциируется не только с низкой успеваемостью, но и с низки уровнем самооценки. Учёными также определено, что помимо низких результатов тестирование <<тревожные>> учащиеся демонстрируют низкую эффективность обучения [7].

Такой фактор самоорганизация студентов привлекает внимание многих психологов. В. Н. Донцов, А. Д. Ишков [2, 6], видят зависимость академической успеваемости от самоорганизации студентов. Исследование В. Н. Донцова стало одной из первых работ по организации учебной деятельности. К компонентам структуры организации он относит следующие: гностический, проектировочный, конструктивный, коммуникативный и собственно-организационный.

Учёным установлено, что исходный уровень готовности к самостоятельной организации учебной деятельности, сформированной ранее в образователь-

ной школе, оказывает решающее влияние на процесс и результативность обучения студентов в вузе. Признаками слабой самоорганизацией ученика являются пропуски занятий, штурмовщина и авралы перед зачётами и экзаменами и др. Всё вместе взятое и ведёт, по мнению В. Н. Донцова, к академической неуспеваемости. К внешним факторам обучения, оказывающим также большое влияние на его результаты, он относит несогласованность и нескоординированность действий и требований разных преподавателей и т.д. Однако, как отмечает автор, более организованные студенты менее чувствительны к внешним факторам [2].

А. Д. Ишков также подчёркивает, что успеваемость успешно обучающихся в большей степени определяется уровнем их самоорганизации, чем стилем межличностных отношений и уровням субъективного контроля, интеллекта, рефлексивности. При этом существуют различные взаимосвязи уровня самоорганизации с рядом личностных характеристик, например, с уровнем интернациональности в межличностных отношениях и со степенью уверенности в своих силах. Успешные ученики имеют более высокий уровень самоорганизации, чем неуспешные. Успешность учебной деятельности обусловлена качественным различием структуры самоорганизации успешных и неуспешных студентов. На успешность обучения влияет наличие в структуре процесса самоорганизации важных компонентов, таких как целеполагание, анализ ситуации, планирование, самоконтроль, волевая регуляция [6].

Исходя из сказанного выше, можно полагать, что самоорганизация, являясь одним из самых основных факторов академической организации, может оказывать большое влияние на эффективность учебной деятельности студентов. Фактор самоэффективности также успешно влияет на эффективность учебной деятельности студентов. Именно данному фактору в Зарубежной психологии придаётся большое значение. Проведённые исследования выявили, что представления о самоэффективности влияют на качество выполнения сложных когнитивных заданий. Люди, уверенные в своей эффективности, при выполнении сложных заданий, требующих особых знаний и выработки оптимальных стратегий, разрабатывают проверяют стратегии более аналитично [19, 21], а также более успешно выполняют стрессовые задания на память [18].

Зиммерманом получены данные о влиянии самоэффективности на учебную мотивацию и эффективность учебной деятельности (академические достижения). Предполагалось, что учащиеся с высоким чувством собственной эффективности (в учебной деятельности), будут больше и напряженнее работать, активнее участвовать в учебной деятельности и проявлять большую настойчивость при встрече с трудностями, чем те, кто сомневается в своих способностях [22]. Было также обнаружено, что самоэффективность больше поддерживает студентов с низкими способностями, чем успешных обучающихся. То есть самоэффективность не так важна для учащихся, для учащихся с высокими способностями, но для учащихся с низкими способностями она оказывается фактором, способствующим улучшению достижений.



Оригинальный подход к решению проблемы учебной успешностью разрабатывает америкагнская исследовательница К. Двек. По её мнению, очень важным является сформированность у человека ориентации на овладение <<мастерством>> (masteryoriented qualities), которая предполагает любовь к обучению, постоянную готовность ответить на вызовы жизни, настойчивость в преодолении препятствий и выгодную цену субъективных усилий при оценке себя или других людей, что согласуется с теоретико-экспериментальными данными М. Ксикзентмихали, раскрывшим психологическое содержание процессуальной мотивации.

Анализируя влияние имплицитных теорий интеллекта на постановку жизненных и учебных целей, К. Двек отмечает, что одни выбирают цели, ориентированные прежде всего на результат (Perfomance goals), для них самое важное позитивная оценка и избегание неудач, а другие – на обучение (Learning goals). Именно студенты, ориентированные на овладение мастерством, чаще всего выбирают цели обучения: “мне важно научиться”, “а не быть первым в классе” – типичная представительная позиция этого класса студентов. Автор доказывает, что именно имплицитная теория о сущности интеллекта определяет тип предпочитаемых студентами целей [производится по: 13].

В исследованиях М. М. Далгатова, Э. А. Магдиевой, А. М. Муталимовой выявились некоторые особенности влияния имплицитных представлений о способностях на эффективность деятельности на примере старшеклассников и студентов. Полученные результаты подтвердили эту связь, в частности, выяснилось, что учащиеся с имплицитным представлении о способностях приращеня интеллекта имеют высокие показатели по уровню эффективности учебной деятельности по сравнению с учащимся, характеризующимся иплицитной теорией занятости интеллекта. Также полученные данные о влиянии типов атрибуции на успешность, уровень тревожности и мотивацию учебной деятельности студентов. Проведённый анализ более важных факторов, как внешних, так и внутренних, определяющий эффективность учебной деятельности студентов, выявил их неравнозначность и зависимость от многих особенностей субъектов учебной деятельности, особенностей организации учебного процесса, межличностного процесса обучаемого и обучающего, причём эта связь не прямая, не линейная. Во многих случаях такая связь опосредована другими, менее изученных факторами и условиями.

**А.А. Шлыкова - студентка,  
Н.В. Смоляева – научный руководитель**

## **РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У ПОДРОСТКОВ, СКЛОННЫХ К ДЕВИАНТНОМУ ПОВЕДЕНИЮ**

Девиантное поведение, как нарушение социальных норм, приобрело в последние годы массовый характер и поставило эту проблему в центр внимания педагогов, психологов и работников социальной сферы. Эмоциональная устой-

чивость – это интегративное свойство личности, позволяющее человеку быть эмоционально стабильным в сложных жизненных ситуациях. Подростковый возраст характеризуется не только физиологическими изменениями организма, но и эмоционально-психической неустойчивостью. В этот период, несовершеннолетние, чье социальное положение по тем или иным критериям не имеет стабильности, пополняют категорию людей «группы риска», что приводит их к потере ощущения своей социальной значимости. Трудные жизненные ситуации, кризисы, стрессы, конфликты предъявляют повышенные требования к ресурсам личности.

Необходимость развития эмоциональной устойчивости человека к различным воздействиям внешней среды, способности к определению эффективных способов рационального использования индивидуальных возможностей подростка, склонного к девиантному поведению, овладение им навыками саморегуляции поведения и эмоционального состояния обуславливают актуальность темы исследования.

Проблемами девиантного поведения и его профилактики занимались такие ученые как Ч. Беккарло, М. Вебер, Э. Фэрри, Г. Парсонс и другие.

Методологические основы изучения девиантного поведения представлены и в отечественных теориях: девиантологии В.С. Афанасьева, Я.И. Гилинского, Б.М. Левина; современной социологии права В.П. Казимирчука, В.Н. Кудрявцева, Ю.В. Кудрявцева.

Признавая значение вышеизложенных работ, стоит отметить, что, несмотря на множество подходов к исследованию девиантного поведения, проблема эмоциональной устойчивости подростков с девиантными формами поведения в современных условиях требует дальнейшего изучения.

Объект исследования: девиантное поведение подростков.

Предмет исследования: эмоциональная устойчивость подростков, склонных к девиантному поведению.

Цель работы: определение эффективных социально-психологических средств развития эмоциональной устойчивости у подростков для предупреждения девиантного поведения.

Задачи:

1. Проанализировать психолого-педагогические труды по вопросам девиантного поведения и выявить психологические причины, приводящие к нему.

2. Рассмотреть особенности развития эмоциональной сферы подростков, склонных к девиантному поведению.

3. Изучить и апробировать диагностические методики, направленные на выявление подростков, предрасположенных к девиациям, и уровня их эмоциональной устойчивости.

4. Разработать и реализовать комплекс психопрофилактических мероприятий по развитию эмоциональной устойчивости подростков, предрасположенных к негативным социально-отклоняющимся формам поведения.

На диагностическом этапе были проведены тест-опрос, предназначенный для измерения готовности (склонности) подростков к реализации различных

форм отклоняющегося поведения (А.Н. Орел), анкетирование - с целью определения эмоциональной устойчивости у подростков, склонных к девиантному поведению, для изучения типа реагирования в конфликтной ситуации – тест фрустрации С. Розенцвейга.

Диагностический этап исследования выявил группу подростков, склонных к реализации различных форм отклоняющегося поведения, для которых свойственны: стереотипные реакции на конфликтную ситуацию, повышенная тревожность, импульсивность, агрессивность, склонность к асоциальному поведению и неуверенность.

Для решения данной проблемы были разработаны и проведены мероприятия групповой психопрофилактической работы. Активное социальное обучение управлению эмоциональным состоянием осуществлялось в форме групповых занятий, нацеленных на:

- формирование устойчивости к негативному социальному влиянию, изменение установки на девиантное поведение, развитие навыков распознавания рекламных стратегий, способности говорить «нет» в случае давления сверстников;

- распознавание эмоции, развитием умений выражать их приемлемым образом и продуктивно справляться со стрессом, повышение самооценки, стимулирование процессов самоопределения и развития позитивных ценностей

- развитие умение общаться, поддерживать дружеские связи и конструктивно разрешать конфликты, формирование навыков самоконтроля, уверенного поведения, изменения себя и окружающей ситуации.

Целенаправленное развитие эмоциональной устойчивости у подростков целесообразно осуществляется поэтапно.

Подготовительный этап включает выявление знаний и умений подростков по развитию эмоциональной устойчивости, определение уровня информированности молодых людей в области теоретических знаний об эмоциях, выявление представлений об их эмоциональной устойчивости.

Целью основного этапа является обеспечение личностной включенности подростков в деятельность по развитию эмоциональной устойчивости на основе актуализации смыслов и целей, адекватных социальным нормам. Здесь необходимы: обеспечение правильного понимания молодыми людьми сущности понятия эмоциональная устойчивость; овладение умением использовать основные средства и методы развития эмоциональной устойчивости.

Итоговый этап направлен на целостное развитие эмоциональной устойчивости подростков, склонных к девиантным формам поведения: овладение умением управлять различными способами эмоциональными состояниями в коллективе; умение наблюдать и выявлять причины возникновения негативных эмоциональных состояний; умение оперативно контролировать свое эмоциональное состояние; умение понимать эмоциональные состояния окружающих людей.

С целью развития эмоциональной устойчивости подростков нами разработано и апробировано студийное занятие. Проектирование занятия осуществ-

лялось в соответствии с этапами организации педагогической студии, предложенными Т.Н. Гущиной.

Первый этап «Разминка» направлен на активизацию мыслительной деятельности подростков. Поиск ответа на проблемный вопрос (кто должен заботиться о здоровье человека?) проходил в форме мозгового – штурма.

Второй этап «Пролог» предполагал постановку проблемы влияния эмоций на взаимодействие с окружающими людьми в социуме. В группе создавались условия для полного раскрытия подростками своих проблем и эмоций в атмосфере взаимного принятия, безопасности, поддержки и защиты, в группе принимались определенные нормы, проявлялась гибкость в выборе директивных и недирективных техник воздействия.

На третьем этапе «Экспликация» была проведена мини-лекция о эмоциональной устойчивости в стрессовых и конфликтных ситуациях.

Четвертый этап «Этюд» предполагал работу в микрогруппах по выяснению способов управления своими эмоциями, обсуждение приемов саморазвития эмоциональной устойчивости негативным условиям. На данном этапе осуществлялось стимулирование подростков к вербализации отношений, выявление установок поведения, эмоциональных реакций, обсуждение, разбор предложенных тем.

Пятый этап «Дискуссия» был нацелен на подготовку общих выводов. Подростки пришли к общему мнению, что самым мощным и при этом часто игнорируемым средством избавления от эмоционального напряжения является сознание человека.

Шестой этап «Рефлексия» включал проведение молодыми людьми самоанализа эмоциональной устойчивости.

Седьмой этап «Психологическая разгрузка» способствовал снятию напряжения через управление дыханием.

Используя те или иные приёмы и методы педагогического воздействия в работе с подростками - «девиантами», необходимо учитывать то, что методы исправления личности влияют как на сознание, чувства, поведение, так и на развитие личности в целом. Комплексное применение методов делает их средством перестройки личностной системы подростков.

### **Список используемых источников**

1. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений [Текст] / А.Г. Лидерс. – М.: Академия, 2020. - 256 с.
2. Усова Е.Б. Психология девиантного поведения: учебно-методический комплекс [Текст] / Е. Б. Усова; Минск, 2020. - 180 с
3. Шнейдер Л.Б. Девиантное поведение детей и подростков [Текст] / Л.Б. Шнейдер. - М.: Академический проект; Трикта, 2021. - 336 с.

## РАЗДЕЛ 4.

### ДУХОВНОСТЬ И НРАВСТВЕННОСТЬ КАК ВАЖНЫЕ КОМПОНЕНТЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Н.В. Агафонова

#### ДУХОВНО - НРАВСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ СЛЕПЫХ И СЛАБОВИДЯЩИХ УЧАЩИХСЯ НА УРОКАХ РУССКОГО ЯЗЫКА И ЛИТЕРАТУРЫ

Духовно - нравственное воспитание – одна из приоритетных целей воспитания и развития обучающихся в рамках ФГОС. Это воспитание «является первостепенной задачей современной образовательной системы и представляет собой важный компонент социального заказа для образования». Современному обществу нужны духовно и интеллектуально развитые люди, любящие свою Родину, почитающие традиции наших отцов и прадедов, способные в любую минуту на самопожертвование во имя спасения жизни других людей.

Русский язык и литература – это предметы, позволяющие на каждом уроке уделять внимание вопросам духовно - нравственного воспитания учащихся. Причем, происходит это ненавязчиво, а порой и незаметно для самих учащихся. В 5-7 классах для активизации внимания в начале урока провожу слуховые диктанты, составленные из пословиц, поговорок о чести, совести и пользе учения. Например,

Глаза честного – его весы.

Слепая ненависть – плохой советчик.

Ученье без уменья – не польза, а беда.

Ум – одежда, которая никогда не изнашивается.

Объяснительные диктанты о цели и смысле жизни. «Воспитанные люди уважают человеческую личность, а потому всегда снисходительны, мягки, вежливы. Они не унижают себя с целью вызвать сочувствие у окружающих. Чтобы воспитываться и не стоять ниже уровня окружающих, недостаточно прочесть классиков... Тут нужен непрерывный дневной и ночной труд души» - писал А. П. Чехов.

Для пунктуационного разбора и бесед на нравственные темы можно использовать высказывания философа Тихона Задонского и других выдающихся людей:

- Жизнь есть путь, каждый идет или в погибель, или ко спасению.
- Любовь найдет слова, чтобы помочь ближнему.
- Кто любит сердцем, тот не отступит в беде.
- Блага материальные вредны не сами по себе, но от того, как человек к ним относится.
- Грех есть яд, умерщвляющий душу.
- Праздность – мать пороков.

- Удаляться от тех, кто имеет злую привычку осуждать других.
- Много на свете умных, добрых мало.

Небольшие предложения для разбора по русскому языку, а какую большую работу можно по ним провести!

При изучении темы «Синонимы», «Антонимы» предлагаю учащимся поработать с понятиями: «сострадание», «уважение», «сочувствие», «любовь», «жертвенность» и другими.

После усвоения новой лексики учащимся предлагаю выполнить творческую работу, написать сочинение-миниатюру. Темы могут быть разными. Вот некоторые из них: «Всегда ли победа возвышает победителя?», «Что я ценю больше всего в человеке», «Нужно ли осуждать отчаявшегося человека?».

В 5 классе при изучении темы «Основная мысль текста» читаем с учащимися высказывание С. Михалкова: «Детство начинается с любви к матери. Это самое святое чувство. Если в твоей душе нет его, значит, когда ты станешь взрослым, не будет у тебя ни любви к другу, ни любви к Родине. Все будет для тебя безразличным, кроме собственного покоя и удобства».

Затем предлагаю задание:

1. Найдите слова, которыми можно выразить основную мысль текста.
2. Согласны ли вы с высказыванием С. Михалкова? Почему?

При изучении темы «Причастие» в 7 классе провожу выборочный диктант по тексту:

«Сколько стоит хлеб? Копейки? Рязанскому жителю Анатолию Мерзлову, спасшему от огня хлебные поля, он стоил жизни. Широко известны имена школьников, пренебрегающих опасностью и вступавших в борьбу за хлеб со стихией. Пал на обуглившейся ниве калининградский школьник Гена Воронов. Газета, рассказывавшая о делах ребят, написала об отважном поступке школьника из Смоленской области Васи Богомолоче, поднявшем на борьбу с огнем за хлеб все село. Нет ничего горше и обиднее, чем боль, нанесенная хлебу. Нельзя уважать человека, не ценящего хлеб. К каждому колоску, подобранному в поле, к булке в школьной столовой должно быть бережное отношение».

Сначала читаю текст, затем определяем тему текста, главную мысль, озаглавливаем текст, отвечаем на вопросы.

1. Почему мы должны бережно относиться к хлебу?
2. Как достается хлеб людям, работающим на полях?
3. Всегда ли вы бережно относитесь к хлебу?

Для уроков тщательно продумываю и подбираю интересные, подходящие по возрасту тексты изложений, задания на морально - этические темы. Например, в 6 классе пишем изложение «Поговорим о бабушках» (о том, что бабушки слишком опекают, могут «опозорить» перед друзьями, прибежав в дождь с зонтом и сапогами к школе). Творческое задание заключалось в том, что нужно было высказать свое мнение, согласиться или не согласиться с героем текста. После проверки творческих работ, анализируя ответы ребят, вовлекаю их в поиск верного ответа. Делаем вывод: бабушку надо уважать и любить, потому что она живет жизнью близких, отдавая себя без остатка семье.

Подбирая тексты для проведения диктантов, также стараюсь, чтобы они отражали не только проверку орфографии и пунктуации по какой-либо теме, но и были воспитывающими. Вот примеры «говорящих» названий диктантов, подобранных для 6 класса: «Подвиг летчика», «Спасатели», «Дружба», «Это не должно повториться!»

Наряду с уроками русского языка в решении поставленных задач помогают и уроки литературы. Любая тема может рассматриваться с точки зрения духовно-нравственного понимания.

Так при изучении произведений русского фольклора учащиеся сталкиваются с вечными проблемами добра и зла, жестокости и сострадания. Героический эпос русского народа дает ученикам образец истинного патриотизма. Былинные богатыри являются воплощение нравственных свойств русского народа: бескорыстия, мужества, справедливости, чувства собственного достоинства.

Русская литература XVIII-XIX веков создавалась писателями – христианами, поэтому идейный смысл произведений открывается в полной мере, если рассматривать с позиции автора, следовавшего нравственным законам православной культуры. М.В. Ломоносов, Г.Р. Державин, И. А. Крылов в своем творчестве воспевали величие Бога, утверждали общечеловеческие ценности, призывали к служению Отечеству, искореняли людские пороки.

Изучая творчество А.С. Пушкина, учащиеся открывают христианский смысл произведений великого поэта. После прочтения его сказок дети делают выводы о том, что добром воздается тем, кто живет, следуя нравственным законам: «Не лги», «Почитай отца и мать», «Не завидуй».

«Повести Белкина» учат читателей следовать заповедям, данным человеку Богом, жить в гармонии с собой и миром.

Произведения	Христианская мораль	Возмездие
«Метель»	Герои нарушили заповедь «Чти отца и мать», таинство брака не скреплено родительским благословением.	Несчастен Владимир, Марья Гавриловна огорчает родителей, Бурмин мог бы остаться один.
«Станционный смотритель»	Нарушена заповедь о почитании старших и заповедь «Не прелюбодействуй».	Дуня всю жизнь будет мучиться при мысли, что погубила отца.
«Выстрел»	Грех гордыни, нарушение заповедей «НЕ желай зла ближнему», «Не убий».	Сильвио 15 лет жил с жадной мести, был одиноким, чужим для людей.

М.Ю. Лермонтов в «Песне про купца Калашникова...» выставляет героем удалого купца Степана Парамоновича, который защищает честь жены, свою честь, честь семьи ценой жизни.

Работая с текстами произведений Н.В. Гоголя, Л. Н. Толстого, а также писателями XX века: К. Г. Паустовского, В. П. Афанасьева, А. П. Платонова, знакомя с такими понятиями как духовность, доброта, бескорыстие, любовь к

ближнему. Разбирая характеры литературных героев, мы говорим и о преданности своему народу (Н.С. Лесков «Левша»), и о доброте к людям (А.П. Платонов «Юшка») и о многих других нравственных понятиях.

Анализируя с детьми рассказ К. Паустовского «Телеграмма», подчеркиваю важность даже самого малого добра, сделанного во имя людей. Умиравшая пожилая женщина Катерина Петровна день и ночь ждет свою единственную дочь Настю, которая давно не навещала мать, она очень занята, у нее много дел. Так и не дождавшись дочери, Катерина Петровна умирает. Ее хоронят чужие люди. А Настя не успела... НЕ УСПЕЛА?! Можно ли найти оправдание ее поступку? Ребята задумываются, начинают размышлять, пытаемся вместе оценить поступок героини и приходим к выводу: нельзя оправдать того, кто бросает на произвол судьбы людей, давших тебе жизнь – ОТЦА и МАТЬ. Нельзя откладывать чувства на потом. Родных и близких нужно беречь сейчас и говорить им об этом. Иначе потом может быть поздно. Тема семейных отношений нашла отражение в творчестве Толстого, Тургенева, Гончарова, Шолохова и других. Семья, где нет духовности, - распадается.

Реализация задачи духовно-нравственного воспитания на порядок сложнее и ответственнее, чем передача предметных знаний. Таким образом, я считаю, что, если учителем будут использованы все воспитательные возможности русского языка и литературы, эффект от таких занятий значительно повысится. И уроки не только сыграют большую роль в поднятии грамотности и развития речи, но и окажет огромную помощь в формировании духовно-нравственного облика личности учащегося.

### **Список используемых источников**

1. Каган М.С. Философия культуры / М.С.Каган. – СПб.: ТОО ТК «Петрополис», 1996.

2. Селевко Г.К., Селевко А.Г., Социально-воспитательные технологии. М.: Народное образование, 2002 г.

3. Соловцова И.А. Законы духовной жизни человека как основа духовного воспитания / И.А. Соловцова // Проблемы духовного воспитания: Гуманитарно-целостный подход: Материалы «круглого стола», 20 октября 2005 г. / Сост. И.А. Соловцова; под ред. Н.М. Борытко. – Волгоград: ТЦ «ОПТИМ», 2006.

4. Сухомлинский В.А. «О воспитании», М., изд. «Политическая литература», 1973 г.

1. Волкова Л.С. Выявление и коррекция нарушений устной речи у слепых и слабовидящих детей. -Л., 1982.

2. Ермаков В. П., Якунин Г. А. Основы тифлопедагогики: развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения.

3. Солнцева Л.И. Психология особенности слепых и слабовидящих школьников, РГПУ им. А.И. Герцена, сборник научных трудов. - Л., 1980 С. 60



## РОЛЬ КОМПЛЕКСНОГО ЗАНЯТИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЦЕННОСТНОГО ВОСПРИЯТИЯ ИСКУССТВА ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Чтобы ребенок вырос добрым, отзывчивым, милосердным, умел творить добро и сопереживать, радоваться и от души смеяться, мы, взрослые, окружаем его любовью и красотой. Неиссякаемым источником такой красоты является искусство – живопись, театр, музыка. Именно искусство способно разбудить детские чувства, воображение и фантазию.

Музыка, театр и живопись существуют с глубокой древности. Задача педагога – помочь ребенку познать и сделать своим духовным достоянием наследие мировой культуры. Приобщение детей дошкольного возраста к миру прекрасного, формирование вкуса, общей культуры происходит при условии правильной организации педагогом художественной деятельности детей. Одна из форм – комплексное занятие. Смысл такого занятия в том, что определенная тема раскрывается через различные виды детской деятельности: музыкальной, изобразительной, художественно-речевой, театрализованной. На занятии дети поют, танцуют, слушают музыку, играют на детских музыкальных инструментах, читают стихи, инсценируют сказки, рисуют, лепят, выполняют аппликации, т.е. сочетание нескольких видов деятельности дает ребенку возможность воплотить свой творческий замысел наиболее ярко и красочно.

Огромную роль в развитии детей играет фольклор, вобравший в себя народную мудрость, моральные и нравственные идеалы, воплотившиеся в целую систему художественных образов. Обрядовые песни, игры, танцы, народные сказки. Малые фольклорные жанры – это то неоценимое богатство, которое способно помочь ребенку преодолеть скованность, застенчивость, стать творческой личностью.

Проговаривая народные пословицы и поговорки, инсценирую песни, потешки, попевки, играя в народные игры, ребенок эмоционально раскрывается и активно включается в предложенную на занятии игровую ситуацию. Особенно нравится детям комплексные занятия, построенные полностью на фольклорном материале. Одно из них – «Масленица». Начинается все с веселой ярмарки. Разве можно устоять на месте, когда звенят бубны, трещат ложки, развлекают народ разудалые скоморохи? Бойко распродают товар купцы. И здесь же, на глазах у всех, работают мастера – это сами дети. Они расписывают Городецкие доски, хохломские ложки, жостовские подносы и многое другое.

Таким образом, народное искусство, глубоко проникая в жизнь ребенка, формирует его эмоционально-эстетическое восприятие родной культуры.

Ведущая роль в становлении творческой личности принадлежит классике. На протяжении многих веков складывались эталоны красоты, имеющие свой круг образов, тем и интонаций.

Первое соприкосновение с шедеврами мировой художественной культуры, созданными композиторами, поэтами, писателями, скульпторами, происходит уже в раннем возрасте. Вот почему очень важно, чтобы рядом с детьми находился знающий педагог, способный заинтриговать, увлечь, пробудить потребность в общении с таинством искусства.

Несомненное влияние на развитие ребенка окажут комплексные занятия с использованием классического репертуара. Тема одного из таких занятий – «Лебедь». Дети познакомятся с образом красивой, величественной гордой птицы, отобразенной в творчестве композиторов, художников, поэтов. Слушают пьесу французского композитора К.Сен-Санса «Лебедь», читают отрывок из сказки «Сказка о царе Салтане» А.Пушкина, слушают стихотворение «Лебедь в зоопарке» Н.Заболоцкого, рассматривают репродукцию картины художника М.Врубеля «Царевна Лебедь». Свои впечатления дети передают в пластической и танцевальной импровизациях, а затем рисуют.

Бесспорно, проведение комплексных занятий требуют серьезной подготовки всего педагогического коллектива. Только в этом случае – в атмосфере всеобщего влияния, заинтересованности, профессионализма взрослых – ребенок эмоционально воспринимает окружающий мир и искусство.

### **Содержание и организация детских праздников в дошкольном учреждении**

Праздник может оставить глубокий след в памяти ребенка только тогда, когда ему понятно его содержание. Отбирая музыкальный и литературный материал, музыкальный руководитель должен продумать, насколько он отвечает имеющимся у детей умениям и навыкам, насколько близок детям по форме и содержанию. Не следует перегружать программу праздника большим количеством выступлений, так как это утомляет детей и тем самым снижает их интерес к представлению и праздничным подъем.

Музыкальный руководитель не должен готовить для каждого праздника совершенно новые игры, пляски, песни и упражнения, чтобы возникла перегрузка занятий дополнительным музыкальным материалом, не отодвигалось, а то и совсем исключалось разучивание программного материала. Один и тот же веселый танец или песню можно использовать и в день осеннего праздника и в концерте, посвященном выпуску в школу, и на празднике новогодней ёлки. Конечно, на каждом из этих празднований будет и новый, созвучный его теме материал, но повторять песни, игры и танцы необходимо. Празднование – это не только зрелище, но и событие, объединяющее коллектив детей и взрослых общим чувством радости. На празднике не должно быть более одного - двух новых произведений.

Выступления взрослых вносят большое разнообразие в программу праздников. Они повышают настроение детей, обогащают их новыми впечатлениями, объединяют детские и педагогические коллективы общими чувствами.

Структура праздника зависит от его темы. Обычно традиционные праздники, посвященные общественно-политическим событиям, начинаются торжественной частью, которая включает в себя: праздничное шествие детей, иногда

с участием взрослых или под исполнение взрослых праздничной маршевой песни, поздравление заведующей, пение праздничных песен, исполнение упражнений-композиций, чтение стихов на праздничную тематику.

После торжественной следует концертная часть – групповые и индивидуальные выступления детей: чтение стихов, пение песен, пляски, инсценировки, аттракционы.

Содержание и построение празднования проводов детей в школу также имеет свои особенности.

Будущие школьники демонстрируют свои достижения в упражнениях, играх, плясках. Поют песни о школе, читают стихи. Их приветствуют заведующая, воспитатели, остающиеся в саду товарищи; желают им хорошо учиться, не забывать детский сад. Все дети исполняют свои любимые песни и пляски.

В праздничную программу для малышей, кроме их выступления, следует включать несложные зрелища: сценки кукольного театра, выступления старших детей, показ сказок-инсценировок силами взрослых или детей старшего возраста.

Праздничный материал может разучиваться не только на групповых занятиях, но и на индивидуальных (по 5-7 минут), занятия по подгруппам.

Содержание праздника обсуждается заранее на педагогическом совещании совместно с заведующей и воспитателями. Программу представляет музыкальный руководитель. В процессе обсуждения в неё включаются поправки и изменения. Здесь же решается вопрос о распределении обязанностей на празднике, выбирается педагог на роль ведущего, а также назначаются ответственные за украшение зала, вестибюля, за подготовку атрибутов и костюмов, определяются сроки выполнения.

Ведущий должен хорошо знать программу праздника, последовательность номеров, свободно ориентироваться в музыкальном материале и, следовательно, посещать музыкальные занятия в группах, иметь представление обо всех играх, плясках, песнях, которые будут исполняться.

От ведущего требуется инициативность, находчивость, умение выйти из затруднительного положения, держаться свободно и естественно. Объявляя очередной номер, он должен говорить выразительно, литературным языком, избегать многословия и стандартных фраз.

Иногда необходимо пошутить с детьми, спросить их о чем-либо, а в случае непредвиденной паузы уметь её заполнить, загадав загадку, рассказав стихотворение по теме праздника.

Ведущий должен уметь подбодрить застенчивых детей доброжелательной шуткой, во время остановить расшалившихся. После праздника желательно провести педагогическое совещание, на котором обсуждаются его положительные и отрицательные стороны.

Такое обсуждение помогает избежать ошибок при подготовке и проведении последующих праздников, повышает эффективность педагогической работы.

## ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ БУДУЩЕГО СЕМЬЯНИНА ЧЕРЕЗ ПРОГРАММУ «ШКОЛА СУПРУЖЕСТВА»

Духовно-нравственное воспитание будущего семьянина - это сложный социально - педагогический процесс, включающий в себя формирование ценностного образа семьи и освоение личностью роли семьянина, ориентированного на вступление в брак. Это обусловлено усиливающимися негативными процессами: деградацией семейного образа жизни, распространением альтернативных форм брачно-семейных отношений, снижением престижа семьи, потребности иметь детей, ростом разводов и внутрисемейного насилия.

В учебном заведении, наряду с решением других задач, важно осуществлять задачу педагогического обеспечения становления готовности молодежи к семейной жизни, которая является одной из составляющих процесса взросления и духовно-нравственного роста студентов, условием стабилизации будущих супружеских отношений и общества в целом. Подготовка к семейной жизни является такой же значимой, как и подготовка к профессиональной деятельности, поскольку проблемы семьи не менее важны, чем карьерные вопросы. На должном уровне разрешить их способен человек, соответствующим образом подготовленный. Учитывая важность этого вопроса, в Михайловском профессионально-педагогическом колледже имени В.В. Арнаутова реализуется программа «Школа супружества».

Участниками программы являются студенты третьего курса колледжа. Организатором и координатором программы является Центр героико-патриотического воспитания «Русь», который привлекает к реализации программы всех специалистов учебного заведения: психолога, юриста, педагогов, фельдшера.

Программа реализуется в рамках тематических классных часов. Занятия проводятся один раз в месяц течение одного учебного года соответственно плану.

Программа служит этапом ознакомления молодых людей с понятием "семья", ее особенностями и характеристиками, а также получения достоверной и необходимой информации о взаимоотношениях в семье, о принципах построения благополучной семьи, приобретения и формирования позитивного опыта в общении, взаимодействии с противоположным полом, развитии коммуникативной толерантности. Так же она помогает студентам понять значение нравственного долга в семейных отношениях, готовности принять на себя новые обязанности, умение согласовывать свой образ жизни с ритмом жизни другого человека, формировать чувство ответственности за создаваемую семью, глубокое уважение к будущему супругу, представителям старшего поколения и другим членам семьи.

Занятия ведутся по следующим тематическим разделам:

Первый раздел – История обычаев и форм брака.

Второй раздел - Психологическая готовность молодежи к браку

Третий раздел - Юридические и экономические основы брака

Четвертый раздел - Здоровье семьи

Пятый раздел - Семейные традиции

Шестой раздел - Современный свадебный обряд

Седьмой раздел - Социальная поддержка молодой семьи

Большое внимание уделяется занятиям, на которых раскрываются такие нравственные понятия, как семья, любовь, влюбленность, симпатия, дружба. Так же есть темы, посвященные изучению особенностей личности, общению с окружающими, развитию уверенности в себе, рассматриваются стратегии поведения в конфликтных ситуациях. Во время занятий студенты не просто готовятся к будущей взрослой жизни, а проживают волнующие их ситуации в аудитории, принимая на себя в ролевых играх те или иные социальные роли. То есть каждая тема рассматривается не только теоретически, но и при помощи различных практических заданий.

Систематически проводятся тематические конкурсы, помогающие узнать родословную своей семьи и изучить ее традиции. Традиционными стали конкурсы семейных летописей, древа жизни, семейного герба и семейных газет.

Большое значение для студентов имеют консультации психолога, юриста, а так же специалистов государственных социальных учреждений городского округа город Михайловка, которые ежегодно принимают участие в реализации программы «Школа супружества» и в работе круглого стола по вопросам государственной поддержки молодым семьям.

Особенно важно, что данная программа духовно обогащает студентов, прививает им необходимые нравственные качества, учит находить способы выхода из конфликтных ситуаций, уважительно относиться к близким людям, анализировать собственный семейный сценарий и корректировать его в соответствии с позитивным восприятием своей роли в будущей семье.

**Н.В. Смоляева**

## **ОСОБЕННОСТИ ДУХОВНО – НРАВСТВЕННОГО ВОСПИТАНИЯ БУДУЩИХ СОЦИАЛЬНЫХ РАБОТНИКОВ В КОЛЛЕДЖЕ**

Человек не рождается богатым в духовном и нравственном смысле, для духовно-нравственного становления и развития личности необходимо целенаправленное комплексное воздействие родителей, педагогов, священнослужителей, всей образовательной среды.

В настоящее время возникает новый смысл понятия «воспитание», которое из деятельности по управлению развитием личности превращается в гуманитарную практику и реализуется как деятельность по обучению молодого поко-

ления жизнестворчеству, самоорганизации, укреплению духовно-нравственных основ личности. Вопрос о духовно-нравственном воспитании является одним из наиболее обсуждаемых в системе наук, изучающих личность. В трактовке Е.В. Бондаревской и С.В. Кульневича, воспитание – это деятельность по развитию духовного мира личности, направленная на оказание ей педагогической поддержки в самоформировании своего нравственного образа. Воспитание может быть рассмотрено и как процесс самоорганизации личности средствами своих внутренних ресурсов, требующих определенной внешней инициации [1].

Духовно-нравственная культура, отражающая феномен направленности личности (отношение человека к себе и к окружающему миру, мировоззрение), является доминантой поведения человека, ключевым звеном механизма принятия им решений. С точки зрения православной психолого-педагогической мысли лишь наличие духовно-нравственной составляющей в человеке позволяет говорить о нем как о личности.

В процессе профессиональной подготовки специалиста социальной сферы непременно должны учитываться такие существенные черты социально-психологической характеристики личности, как духовность и нравственность. Типичные социальные проблемы в настоящее время в России решаются совместными усилиями государственных, общественных и религиозных организаций.

Определяющим моментом при обращении к духовно-нравственному потенциалу личности в процессе профессиональной подготовки социального работника целесообразно считать религиозную самоидентификацию студента и готовность к усвоению традиционных религиозных, духовно-нравственных ценностей в образовательном процессе. Ценностные установки современной молодежи достаточно разнообразны, поэтому обращение будущего специалиста к религиозным и нравственным ценностям необходимо рассматривать как существенный компонент профпригодности.

В духовно-нравственном воспитании большое значение имеют такие факторы, как религиозный и рациональный.

1. Религиозный фактор строится на идее Творца (Абсолюта, Высшего Разума, Бога). Данный фактор помогает человеку осмыслить свое предназначение, принять свое подчиненное положение Высшему Разуму, развить стремление к самопознанию и самосовершенствованию.

2. Рациональный фактор предполагает усвоение человеком национальной и мировой культуры. Духовно-нравственное воспитание с учетом этого фактора включает развитие интеллекта, сознательный поиск смысла жизни и своего места в ней, формирование умений управлять своей волей, эмоциями и чувствами. При этом предполагается накопление человеком объективной, субъективной и иррациональной информации об окружающем мире, создание алгоритмов анализа и синтеза поведенческих действий при определении добра и зла, а также адекватной самооценки.

Для решения данной проблемы в педагогическом колледже была спроектирована и апробирована система работы по духовно - нравственному воспи-

танию будущих социальных работников в процессе их профессиональной подготовки, которая ориентирована на:

- создание условий для развития духовности студентов на основе общечеловеческих ценностей;
- оказание им помощи в жизненном самоопределении, нравственном, гражданском и профессиональном становлении;
- создание условий для самореализации личности;
- повышение уровня содержания, методов и технологий духовно-нравственного воспитания в колледже;
- воспитание нравственности и духовности личности студентов.

Данная система предполагает следующие направления работы.

*Диагностическое направление* своей целью имеет выявление уровня развития у студентов нравственных ценностей, моральных ориентиров, устоев и идеалов. Результаты и интерпретация диагностического материала позволяют более эффективно выстроить дальнейшую работу по решению задач духовно-нравственного воспитания студента или группы.

*Когнитивное направление* предполагает профессиональную ориентацию будущих социальных работников. Раскрытие специфики социально-педагогической деятельности в конфессиях помогает студентам изучить влияние религиозных ценностей и традиций на сферу духовно-нравственного воспитания и образования, что является важнейшим компонентом как в структуре общепедагогического знания, так и в области социально-педагогических исследований.

*Эмпирическое направление* имеет целью формирование нравственных ценностей, моральных ориентиров, незаменимых для воспитания психологически и духовно здоровой, гармоничной личности. Большое значение уделяется этическим диалогам, воспитательная роль которых бесспорна. Целесообразное сочетание в их проведении различных педагогических приёмов способствует актуализации нравственного потенциала молодых людей. При организации работы в диалогической форме у студентов возникает стремление думать и размышлять о нравственном смысле собственных поступков, слов, желаний, принятых в реальной жизни решений. В то же время необходимо организовывать и проводить этические практикумы, способствующие формированию культуры нравственного действия.

Активное участие студентов в создании методических разработок занятий («Православные достопримечательности г. Дубовки», «Иконопись», «Религиозные праздники»), а также проведение акции милосердия в социальном приюте с целью заботы о сиротах и детях, лишенных родительского попечения, позволяют решать задачи формирования духовного богатства и нравственности молодых людей.

Условиями эффективности духовно-нравственного воспитания студентов являются: создание эмоционально-комфортной атмосферы общения на уроке; обращение к личному эмоциональному опыту каждого студента; использование элементов нетрадиционного ведения урока (диалог-проповедь).

Анализ проделанной работы показал, что приоритет духовно-нравственных ценностей в профессиональной подготовке специалиста социальной сферы является важной составляющей формирования социально-педагогической компетенции будущего социального работника. Духовно ориентированный подход в подготовке специалиста позволяет будущим социальным работникам решать не только ежедневные проблемы, но наполнять жизнь подлинным смыслом человеческого бытия.

### Список используемых источников

1. Бондаревская, Е.В., Кульневич, С.В. Педагогика: личность в гуманистических теориях и системах воспитания.: учеб. пособие для студ. сред. и высш. учеб. заведений, слушателей ИПК и ФПК. – Ростов- н/Д: Учитель, 2018.- 141 с.
2. Склярова, Т.В. Конфессиональная ориентация в социальной педагогике/ Т.В. Склярова// Педагогика. - 2019. - № 4. - С. 39-45.

И.С. Терехова

### ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОЕ ЗДОРОВЬЕ ШКОЛЬНИКОВ

Существует более трехсот определений понятия «здоровье». Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, **ЗДОРОВЬЕ** - это состояние полного физического, психического, нравственного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

Понятие «здоровье» следует рассматривать как многоаспектную категорию, состоящую из комплекса четырех компонентов:

- здоровья физического;
- здоровья социального;
- здоровья психического;
- здоровья духовно-нравственного.

**Духовно-нравственное здоровье** - наиболее трудная для определения составляющая. Вместе с тем духовно-нравственное здоровье является главной предпосылкой, позволяющей человеку справиться с социальными, психологическими и физическими трудностями. По определению духовнонравственное здоровье - это комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информативной сферы в жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в детстве. Нравственным здоровьем опосредована духовность человека, так как оно связано с общечеловеческими истинами добра, любви и красоты. В качестве показателей духовно-нравственного здоровья рассматриваются наличие цели и смысла жизни, надежды человека, его желание жить, его убеждения. Оно характеризуется способностью человека (учащегося) к творчеству, начиная от идей до их реализации, воплощения в материальной форме. Также, характерна сформированность в структуре личности внутренней картины здоровья человека, где сфор-



мулирована определенная целевая установка, доминирующие представления о будущем в процессе образования и воспитания. Итак: формирование духовно-нравственного здоровья, как правило, отождествляется с воспитанием нравственных качеств личности, приобщением к общечеловеческим ценностям.

Аспекты, влияющие на развитие духовно-нравственного здоровья человека (учащегося):

- 1) **Семья.**
- 2) **Взаимоотношения в школьном коллективе.**
- 3) **Отношение учащихся со сверстниками во внеурочное время.**
- 4) **Понятие здорового образа жизни (вредные привычки).**
- 5) **Средства массовой информации.**

За последнее время все большее распространение приобретает взгляд на патриотизм как на важнейшую ценность, интегрирующую не только социальный, но и духовно-нравственный, идеологический, культурноисторический, военно-исторический и другие компоненты.

В связи с этим значительно возросла роль школы, в рамках которой происходит духовно-нравственное становление учащихся, подготовка их к самостоятельной жизни.

**Цель воспитания духовно-нравственного здоровья** - это формирование социально-активной, нравственно-здоровой личности гражданина и патриота, обладающей чувством национальной гордости, гражданского достоинства, любви к Отечеству, своему народу и готовностью к его защите.

**Здоровье** как часть культуры всегда входило в круг прагматических забот общества. Главный секрет, который лежит в основе идеального здоровья, заключается в том, что человек должен сам стремиться к нему. Человек может быть здоровым лишь настолько, насколько сам считает это возможным. Сознание оказывает сильнейшее влияние на тело, и освобождение от болезни зависит от того, войдет ли человек в контакт с собственным сознанием, приведет ли его в равновесие, а затем сообщит это равновесие своему телу. Знание обладает организующей силой. Через психофизиологическую связь знание влияет на тело и обеспечивает крепкое здоровье.

**Духовно-нравственное здоровье** - это способ жизни человека и его развития, проявление внутренней свободы. Главный принцип духовно-нравственного здоровья состоит не только в том, чтобы иметь крепкое здоровье, но и в умении реализовать с помощью здоровья свою миссию человека. Духовно-нравственные качества формируются на основе общественно значимых ценностей, которые становятся жизненными «маяками» человека посредством формирования ценностных знаний, ценностных ориентаций, ценностных отношений. Потребность в сохранении и развитии духовно-нравственного здоровья реализуется в деятельности человека, во взаимодействии с другими людьми.

Духовно-нравственное здоровье каждой личности есть залог духовно-нравственного здоровья всего общества. Оно определяется теми моральными принципами, которые являются основой социальной жизни человека, то есть

жизни в определенном человеческом обществе. Отличительными признаками духовно-нравственного здоровья человека являются сознательно отношение к труду, активное неприятие нравов и привычек, противоречащих нормальному образу жизни.

Человек находится в состоянии совершенно полного благополучия, когда гармонично сочетаются физические, социальные, психические, духовные, нравственные и эмоциональные составляющие его жизни.

**Ю.В. Ткаченко - студентка,  
О.Н. Кряковская – научный руководитель**

## **ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННОЕ ЗДОРОВЬЕ МОЛОДЕЖИ**

***Аннотация.** Духовно-нравственное здоровье - это состояние человека, при котором реализуется его идеальная потребность в познании окружающего мира. Нравственность - это система внутренних правил человека, определяющих его поведение и отношение к себе и другим людям. Система внутренних правил человека формируется под влиянием многих факторов: семейных, личного опыта, школьного воспитания, общественных отношений и других.*

*Ключевые слова:* здоровье, нравственность, духовно-нравственное здоровье, здоровье подрастающего поколения.

Проблема духовно-нравственного здоровья молодёжи, актуальная для всего общества, и приобретает особое внимание в молодёжной среде, поскольку наиболее восприимчиво к негативным воздействиям, вызванным кризисом духовных ценностей общества, оказалось подрастающее поколение.

Под духовно-нравственным здоровьем, подразумевается осознание человеком сущности зла и добра, способность проявлять милосердие, самосовершенствоваться, оказывать бескорыстную помощь, создавать благоприятную обстановку для ведения здорового образа жизни, отстаивать законы морали.

Духовно-нравственное здоровье:

- соблюдение правил этикета;
- обучение правил бесконфликтного общения;
- позитивное отношение к жизни;
- воспитание доброты, толерантности, взаимной вежливости.

Главное условие достижения успехов в данном случае – стремление жить в согласии с самим собой, друзьями и близкими, обществом в целом, умение грамотно ставить задачи и достигать их путем прогнозирования и моделирования событий.

Нравственные качества – это качества приобретенные, они не проявляются с рождения, и их формирование зависит от многих критериев: обстановки, социального окружения. Нравственно воспитанный человек должен обладать конкретными чертами. Потребность в сохранении и развитии нравственного здоровья реализуется в деятельности человека, во взаимодействии с другими людьми.

Нравственное здоровье каждой личности есть залог нравственного здоровья всего общества. Оно определяется теми моральными принципами, которые являются основой социальной жизни человека, то есть жизни в определенном человеческом обществе. Отличительными признаками нравственного здоровья человека являются сознательное отношение к труду, активное неприятие нравов и привычек, противоречащих нормальному образу жизни. Человек находится в состоянии совершенно полного благополучия, когда гармонично сочетаются физические, социальные, психические, духовные, нравственные и эмоциональные составляющие его жизни.

Нравственные качества личности:

- доброта;
- вежливость;
- бескорыстие;
- тактичность;
- верность;
- отзывчивость;
- бережное отношение к природе;
- постоянное культурное развитие и соблюдение правил морали.

Если каждый человек на планете осознает насколько важно развивать нравственные качества личности, то значительно реже можно будет столкнуться с различного рода преступлениями. Как минимум, человек станет меньше прибегать к грубости и проявлять эгоизм.

Можно делать следующий вывод: духовно-нравственное здоровье - это наши жизненные правила, это наши нравственные ценности, то, чем мы в жизни дорожим, то, что считаем правильным. Сюда входит и наше стремление, и умение управлять собственным здоровьем и строить поведение без вреда для других людей.

Следовательно, духовно-нравственное здоровье – это суть нашего существования на планете!

### **Список используемых источников**

1. Иванченко Г.В., Казарян М.Ю., Кошелева Н.В. Творчество, профессионализм, духовность. Имплицитные концепции. - М.: Смысл, 2012. - 192 с.
2. Данилюк А.Я., Кондраков А.М., Тишков В.А. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. - М.: Просвещение, 2014. - 24 с.
3. Кейра Ф. Характеры и нравственное воспитание. - М.: Либроком, 2015. – 136
4. Махмудова Р.Н. Нравственное воспитание как психолого-педагогическая проблема // Педагогические науки. 2010. № 1. С. 77-81.
5. Лихачев А. Духовно-нравственная жизнь в категориях психологии / А.Лихачев // Московский психотерапевтический журнал. – 2005. – № 3.

## ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННОЕ ЗДОРОВЬЕ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ

*Аннотация.* На современном этапе развития системы среднего профессионального образования приобретает актуальность духовно-нравственного здоровья в учебном процессе в физической культуре, формирующую общую физическую культуру подрастающего поколения. В данной статье рассмотрены интерактивные методы освоения духовно-нравственного здоровья подрастающего поколения путём регулярной физической культуры.

**Ключевые слова:** физическое воспитание студентов, интерактивные методы обучения, общекультурные компетенции, физическая культура личности, духовное здоровье, поколение.

Важнейшая задача средней профессиональной школы - поиск активных методов оптимизации и интенсификации учебно-познавательной деятельности студентов через раскрытие их духовного и физического потенциала.

Инновационное производство требует от будущего поколения умения видеть в повседневном рутинном трудовом процессе прогрессирующую действительность, предвидеть назревающие изменения, т.е. гибко мыслить и действовать в таком же инновационном, реорганизуемом режиме. В свою очередь, это выдвигает необходимость (в процессе профессионального образования) общекультурного (многостороннего) развития свойств поколения как личности. Таким образом, помимо профессиональных компетенций, необходимых для выполнения конкретного вида труда, возникает необходимость в формировании неких общекультурных компетенций, под которыми понимаются такие способности личности к реализации своего профессионального развития в производственной ситуации, которые необходимы поколению в условиях частой смены окружающего мира. При этом важным фактором становления личности будущего поколения, оптимального сочетания в нем духовного, профессионального и физического начала, являются физкультурная и спортивная деятельность, ее устои и ценности, овладение которыми формирует общую физическую культуру личности будущего поколения.

Результаты научных исследований в области среднего профессионального образования показывают, что на сегодняшний момент почти не придается значения интегративной роли физической культуры в процессе формирования будущего поколения через единство телесного, профессионального и духовного.

В связи с этим приобретает актуальность внедрение в учебный процесс вуза такой системы организации и формирования физической культуры студентов, которая могла бы скорректировать деятельность студента с традиционной цели (развитие физических качеств) на инновационную (формирование общих компетенций в области физической культуры), т.е. способность выстраивать

стратегию здорового образа жизни; способность управлять своим физическим состоянием в зависимости от профессиональных и личностных задач и пр.

Разрешить данную проблему можно через интерактивные методы приобретения навыков физкультурно-спортивной деятельности на основе проектирования интерактивной самостоятельной деятельности и создания соответствующих условий для решения данной задачи.

Основоположником интеракционизма является Дж. Мид. Он считал, что человек осваивает свой мир через символические значения и решающую роль в становлении человеческого «я» играет взаимодействие. Взаимодействие между людьми может рассматриваться как непрерывный диалог, в процессе которого они наблюдают, осмысливают намерения друг друга и реагируют на них, примеряя себя на месте другого.

Взаимодействие также является основой становления самосознания. В коллективной игре человек должен сопоставить себя с целью группы, освоить роли, которые исполняют другие, и поставить собственные действия в зависимость от действий других участников, воздействовать на поведение этих людей. Сотрудничество или эффективная совместная работа невозможно без принятия роли другого, без совместной корректировки поведения с целью достижения значимых для всей группы результатов.

Интерактивный метод обучения в учебном заведении - это такой процесс взаимодействия между преподавателем и студентами, при котором передача педагогом знаний и приобретение студентами навыков и умений происходит не просто в режиме беседы и диалога, но в условиях установления взаимодействия между студентами, умения работать в команде, формирования толерантности к точке зрения каждого участника учебного процесса, уважения права на свободу выражения, уважения чувства собственного достоинства.

Кроме того, интерактивные методы обучения базируются на преобладании самостоятельной активности студентов в процессе их учебно-познавательной деятельности. Преподаватель на таких занятиях направляет деятельность студентов на достижение целей занятия путем разработки интерактивных заданий, в ходе выполнения которых студенты, взаимодействуя с педагогом, друг с другом, изучают учебный материал.

Например, содержание обучающего материала по физической культуре может быть представлено в электронном виде (слайды, видео, графика), а студенты могут осваивать данный учебный материал, взаимодействуя друг с другом.

Поэтому освоение предметной и организационной сторон учения будет успешным, если актуальным на данном этапе развития системы среднего образования станет включение студентов не только в процесс интерактивного управления учебно-познавательной деятельностью, но и процесс управления своим психосоматическим и физическим здоровьем.

При этом важным путем разрешения данной проблемы явится практическое обучение студентов самостоятельному получению углубленных знаний, приобретению внутреннего здоровья, формированию навыков самоуправления

познавательной деятельностью и организации сопутствующих условий для решения этой задачи.

## РАЗДЕЛ 5.

### **ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ САМООРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ**

**И.Б. Заболотнева**

#### **СОЦИОКУЛЬТУРНОЕ ПРОЕКТИРОВАНИЕ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ У СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕДЖА СПОСОБНОСТИ К САМООРГАНИЗАЦИИ**

Изменение социальной и образовательной ситуации в России актуализировало необходимость поиска эффективных путей для решения обострившейся проблемы подготовки квалифицированных специалистов, готовых быстро адаптироваться к новым социально-культурным условиям, умеющих рационально организовать свою жизнедеятельность.

На сегодняшний день остро возникает необходимость создания в педагогическом процессе среды условий для формирования у студентов умений самоорганизации, что позволит обучающимся справиться с требованиями, предъявляемыми к ним профессиональным учебным заведением.

Самоорганизация в процессе профессиональной деятельности - это деятельность студента, побуждаемая и направляемая целями самоуправления и саморегулирования своей профессионально значимой учебной работы, осуществляемая системой интеллектуальных действий, направленных на решение задач самостоятельной рациональной организации и осуществления своего учебного труда [1].

Развитие способности к самоорганизации возможно в том случае, если учебно-познавательная деятельность студентов будет обогащена не только знаниями, но и опытом творчества, переживаний, умениями саморегуляции. В этом плане значительным потенциалом обладает социокультурное проектирование.

Социокультурное проектирование понимается как специфическая технология, которая представляет собой конструктивную, творческую деятельность, осуществляемую с целью анализа проблем и выявления причин их возникновения, выработки целей и задач, характеризующих желаемое состояние объекта. Основными результатами технологии социокультурного проектирования являются программа и проект. Специально разработанные и реализованные проекты могут стать фактором формирования у студентов умений самоорганизации [1].

Социокультурное проектирование позволяет сформировать у студентов комплекс умений самоорганизации, включающий организационные (умение планировать свою деятельность; рационально использовать свое время; кон-

тролировать свою деятельность; адекватно оценивать результаты своей деятельности); информационно-коммуникативные (работать с текстами; грамотно и содержательно строить ответ, делать устное и письменное сообщение); интеллектуальные (анализировать и синтезировать; выделять главное; сравнивать; обобщать и классифицировать). Названные умения формируются у будущих студентов в процессе осуществления ими социокультурных проектов.

Студентами группы 43 и 42 специальностей Физическая культура и Дошкольное образование в процессе прохождения производственной практики «Разработка методических рекомендаций» в МКОУ СШ №1 (структурное подразделение детский сад), был реализован социокультурный проект «Азбука безопасности в новогодние каникулы».

Проектирование включало следующие модули (мотивационный, образовательный и деятельностный), что помогло обеспечить формирование у студентов комплекса умений самоорганизации. В общую структуру и алгоритм проектной деятельности вошли проблематизация, целеполагание и инструментализация.

Мотивационный модуль направлен на развитие у студентов потребности в овладении умениями самоорганизации; овладение будущими воспитателями и учителями физического воспитания, знаниями о рациональной организации учебного труда при решении поставленной проблемы. На данном этапе раскрывалось значение, роль и последовательность выполнения организационных и самоорганизационных действий; уточнение, конкретизация каждым студентом своих индивидуальных целей в процессе выполнения проекта; осознание собственного уровня развития умений самоорганизации.

Мотивационный модуль был представлен исследовательской деятельностью, которая позволила видеть реальные проблемы безопасности во время празднования новогодних торжеств (например, студенты провели анализ статистических данных на прошлый год, выявили нормы безопасного поведения среди дошкольников и их родителей) и сами представили способы решения проблем. Студенты уясняли, что значит организовать самого себя, рационально организовать свой внутренний потенциал, определяли понятия: самоуправление, организованность, специфика самоорганизации, умения самоорганизации студента при выполнении проекта (планирование, самоконтроль, самооценка и т. д.).

Второй этап – образовательный. На данном этапе формировался комплекс знаний об умениях самоорганизации студентов. Студенты узнавали, как планировать свою деятельность; рационально использовать время на учебу и разработку проекта; контролировать свою деятельность; адекватно оценивать результаты собственной деятельности; работать с учебной и научной литературой; с текстами; грамотно и содержательно строить ответ, устное сообщение, речь; совершенствовать мыслительную деятельность: анализировать и синтезировать, выделять главное, сравнивать, обобщать и классифицировать. На данном этапе проводились деловые игры: «Подумай, объясни!», «Я – концепция».



Деловая игра «Я - концепция» проводилась с целью представления студентам ключевых компонентов знаний о путях, методах и формах работы по совершенствованию своего имиджа, показать возможные способы самовоспитания, рассмотреть взаимосвязь самовоспитания и развития умений самоорганизации студентов.

Деятельностный этап. Основная цель этого этапа – актуализация психолого-педагогических умений для организации самоуправления, ориентированного на развитие личности каждого студента; интеграция психолого-педагогических знаний и умений в овладении целесообразными способами самоорганизации; повышение мотивационного уровня в самопознании за счет обращения к личности студента.

Студенты обсуждали содержание работы по проблеме обучения дошкольников основам безопасности в окружающем мире, делились своим опытом по умению планировать свою деятельность; рационально использовать свое время; контролировать свою деятельность; адекватно оценивать результаты своей деятельности; разрабатывали формы организации деятельности с педагогами, детьми, родителями и подготовили наглядно-дидактические материалы.

Основные цели социокультурного проекта «Азбука безопасности в новогодние каникулы»: формирование у детей дошкольного возраста правил поведения в быту во время новогодних праздников, умения адекватно действовать в чрезвычайных ситуациях (акция «Новый год без огорчений!»); приобретение новых знаний об общепринятых нормах поведения в чрезвычайных ситуациях (драматизация сказки «ЭкоКолобок», беседа «Что может сделать праздник грустным?»); повышение образовательного уровня родителей по данной проблеме (составление плей-каста на тему «Сделаем вместе праздник весёлым!»).

Цель акции «Новый год без огорчений!» - формирование у детей дошкольного возраста правил поведения в быту, умения адекватно реагировать в чрезвычайных ситуациях самим и вместе с родителями.

На этом работа творческой группы студентов не закончилась, студентами была разработана и проведена для дошкольников беседа «Что может сделать праздник грустным?», подготовлена и разыграна инсценировка-драматизация сказки «ЭкоКолобок».

Во время беседы - использовались активные приёмы, упражнения с элементами игры, игры-загадки, упражнение «Интервью», упражнения «Этические дилеммы», в ходе встречи студенты вместе с дошкольниками составили групповой кластер-загадку «Новый год – безопасный праздник».

Изюминкой мероприятия стало упражнение «Я желаю тебе в новом году ...», где все дошкольники и студенты обменялись приятными словами и пожеланиями удачи в новом году.

Во время выполнения проекта студенты выявили, что для благополучия дошкольника очень важно выработать четкую стратегию сотрудничества с семьей.

Целью работы с родителями стало объяснение актуальности, важности проблемы безопасности детей, повышения образовательного уровня родителей по данной проблеме, обозначение круга правил безопасного поведения, с которыми необходимо знакомить дошкольников, прежде всего, в семье.

В результате данной работы дошкольники не только приобрели новые знания об общепринятых нормах поведения, но и применили их на практике.

В работе над социокультурным проектом «Азбука безопасности в новогодние каникулы» осуществлялось развитие у студентов комплекса умений самоорганизации: организационные; информационно-коммуникативные; интеллектуальные.

В ходе работы были обоснованы педагогические условия для осуществления социокультурных проектов, способствующие формированию у студентов способности к самоорганизации: взаимодействие субъектов (студенты, преподаватели и работодатели ДОО) социокультурного пространства колледжа; осуществление социокультурных проектов в учебно-воспитательном процессе ДОО; учет специфики умений самоорганизации студентов, их содержания; применение критериев оценки уровней сформированности умений самоорганизации студентов.

Современный подход в подготовке специалистов в области профессионального образования характеризуется изменением системы их обучения и переходом от получения знаний, умений и навыков к формированию у студентов общих и специальных профессиональных компетенций, помогающих им учиться, быть более гибкими, соответствовать модели выпускника колледжа, быть более успешными в дальнейшей жизни и в профессиональной деятельности.

### **Список используемых источников**

1. Николаева, М.В. Личностно-профессиональное развитие будущего учителя начальных классов в системе высшего педагогического образования: монография [Текст] / М.В. Николаева – М. – Волгоград: Перемена, 2012. - 356 с.
2. Слободчиков, В.И. Очерки психологии образования [Текст] / В.И. Слободчиков – Биробиджан: Изд-во БГПИ, 2013. – 272 с.

**С.Б. Знаешева**

## **ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ – КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ УПРАВЛЕНИЯ КАЧЕСТВОМ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ**

Современные условия жизни предъявляют высокие требования к уровню физического развития, работоспособности и защитным силам организма человека. Проблема сохранения здоровья подрастающего поколения приобретает

особую значимость, т.к. возрастает число факторов, неблагоприятно действующих на детский организм.

Для повышения мотивации и профилактики гиподинамии важен педагогический контроль. Для учителей физической культуры тестирование двигательных возможностей учащихся помогает решению ряда сложных педагогических задач. Ведение педагогического контроля состояния физической подготовленности школьников в процессе физического воспитания способствует повышению интереса у детей к удовлетворению потребностей и мотивов в физической активности, развитию познавательной сферы.

При значительной ежедневной нагрузке и хронической усталости большинства школьников кроме как на учебных обязательных занятиях по физическому воспитанию, к физическим упражнениям больше не обращаются. В результате этого, состояние здоровья школьников в последние годы вызывает все более серьезные опасения. Школа должна стать базой для реализации программы профилактики и оздоровления подрастающего поколения. Положительная динамика в состоянии здоровья детей может быть достигнута с помощью правильно организованного учебного процесса физического воспитания в условиях общеобразовательной школы.

Предполагается, что повышение двигательной активности школьников будет результативнее, если:

- обеспечен систематический педагогический контроль состояния физической подготовленности школьников на уроках физической культуры;
- выявлены, отобраны и систематизированы средства физического воспитания с учетом уровня физической подготовленности занимающихся;
- внедрены различные режимы двигательной активности в процесс физического воспитания;
- обеспечено взаимодействие программно-методического и медико-биологического сопровождения процесса повышения двигательной активности.

Учитель физической культуры общеобразовательной школы, в процессе своей деятельности осуществляя систематический педагогический контроль физической подготовленности школьников, проводя анализ результатов контроля и зная динамику развития основных двигательных качеств, может реально управлять физическим воспитанием учащихся.

Физическое воспитание должно обеспечить каждому ученику, участвующему в образовательном процессе, достаточный и необходимый минимум теоретической, технической и физической подготовленности, которые направлены на обеспечение базы в освоении физической культуры для жизнедеятельности, для развития личности, для формирования здоровья и здорового образа жизни.

Для целесообразной и эффективной организации занятий физической культурой, необходимо иметь истинную информацию об уровне физической подготовленности школьников на каждом этапе их обучения. Наличие этой информации, особенно на этапе формирования двигательных функций, имеет большое практическое значение. Поэтому оценка эффективности физического воспитания в школе проводится по уровню развития основных физических ка-

честв, т.е. по уровню физической подготовленности учащихся. Сроки тестирования согласуются со школьной программой, которая предусматривает обязательное двухразовое тестирование физической подготовленности учащихся. Первое целесообразно проводить во вторую — третью неделю сентября (после того как учебный процесс войдёт в нормальное русло), а второе — за две недели до окончания учебного года. Систематическое наблюдение за двигательной подготовленностью каждого отдельного ученика позволяет своевременно наблюдать картину развития двигательных качеств и навыков, выявлять отстающие и, на основе дифференцированного подхода с помощью специальных педагогических воздействий, достигать необходимого эффекта в решении задач физического воспитания детей школьного возраста.

Тестирование двигательных возможностей учащихся помогает решению ряда сложных педагогических задач: выявляет уровни развития кондиционных и координационных способностей, позволяет оценивать качество технической и тактической подготовленности. На основе результатов тестирования можно:

- сравнивать подготовленность — как отдельных учащихся, так и целых групп,
- проводить спортивный отбор для занятий тем или иным видом спорта, для участия в соревнованиях,

- осуществлять в значительной степени объективный контроль обучения школьников,
- выявлять преимущество и недостатки применяемых средств и методов обучения, форм организации занятий,

- обосновывать нормы (возрастные, индивидуальные) физической подготовленности подростков. Кроме этого, задачи тестирования сводятся к следующему:

- научить самих школьников определять уровень своей физической подготовленности и планировать необходимые для себя комплексы физических упражнений;

- стимулировать учащихся к дальнейшему повышению своего физического состояния (формы);

- знать не столько исходный уровень развития двигательной способности, сколько его изменение за определённое время;

- стимулировать учащихся, добившихся высоких результатов, но не столько за высокий уровень, сколько за запланированное повышение личных результатов. Тестирование способствует повышению интереса у школьников к занятиям физическими упражнениями, приносит им радость, а не ведёт к развитию комплекса неполноценности. Для этого необходима батарея тестов, в которой:

- результаты тестов не сравниваются с нормативами, оценка их выполнения основана на изменениях, происшедших за определённый период времени;

- все компоненты теста модифицируются; используются облегчённые варианты упражнений (упражнения, входящие в содержание теста, должны быть достаточно лёгкими, чтобы вероятность успешного выполнения была велика, оценки ноль и со знаком минус исключены).

Система контроля служит для получения информации о текущем состоянии процесса физического воспитания. От информационного обеспечения зависит эффективность управления процессом физического воспитания. Знание годичных изменений в развитии двигательных способностей детей позволяет учителю вносить соответствующие корректировки в процессе физического воспитания на следующий учебный год. При оценке общей физической подготовленности детей, как уже отмечалось, можно использовать самые разнообразные батареи тестов, выбор которых зависит от конкретных задач тестирования и наличия необходимых условий. Однако, в связи с тем, что полученные результаты тестирования можно оценивать лишь путём сравнения, целесообразно выбирать тесты, которые широко представлены в теории и практике физического воспитания детей.

Педагогический контроль обусловлен содержанием учебно-воспитательного процесса, правильная организация которого предполагает постоянный обмен информацией между учителем и учеником о реальных результатах их совместного труда. Таким образом, одной из главных задач физического воспитания в общеобразовательной школе является повышение уровня физической подготовленности школьников. Для решения этой и других не менее важных задач физического воспитания необходим систематический педагогический контроль, и его анализ.

Оценивать работу учащихся необходимо по показателям прироста индивидуальных результатов, что позволяет создать у школьников положительный психологический настрой и побуждает их добиваться более высокого уровня физической подготовленности. Информация о положительных результатах педагогического контроля способствует повышению эффективности управления процессом физического воспитания школьников.

**А.В. Кандыбина – студентка,  
А.Ф. Казакова - научный руководитель**

## **РОЛЬ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ ПРАВОВОЙ ГРАМОТНОСТИ ПОДРОСТКА**

В настоящее время российское общество переживает значительные экономические, технологические, социальные и культурные трансформации, которые актуализируют проблему в необходимости формирования у подростков готовности к самостоятельной и принципиальной, с точки зрения социально-правовых норм, жизни. При этом существенное влияние информационной среды на сознание подрастающего поколения зачастую развивает не всегда социально - положительные нормы правового поведения. В этой связи, особую роль приобретает вопрос модернизации приемов обучения подростков правовым ценностям и формирования у них моральных ориентиров об общепринятых моделях поведения в различных жизненных ситуациях. Другими словами, возникает существенная необходимость развития у подростков правовой грамотности.

сти, под которой в нашем исследовании будем понимать сферу или область сознания, «отражающую правовую действительность в форме юридических знаний и оценочных отношений к праву и практике его реализации, социально-правовых установок и ценностных ориентации, регулирующих поведение (деятельность) людей в юридически значимых ситуациях» [2].

Согласно ст. 63 Семейного кодекса Российской Федерации «родители имеют право и обязаны воспитывать своих детей. Родители несут ответственность за воспитание и развитие своих детей. Они обязаны заботиться о здоровье, физическом, психическом, духовном и нравственном развитии своих детей» [5]. Как древнейший социальный институт семья является базисом общества, начальной ступенью социализации человека, первичным связующим элементом, объединяющим людей. Данную позицию определяют и современные исследователи и с точки зрения социологии, и с точки зрения юриспруденции. Семья – это группа людей, взаимные права и обязанности которых возникают в связи с кровным родством, вступлением в брак, усыновлением (удочерением). Таким образом, семья является главным институтом воспитания подрастающего поколения.

Наиболее активное развитие правовой грамотности должно происходить именно в подростковом возрасте, так как в этот период активизируется процесс максимальной социализации человека и создания нравственно-ценностных ориентиров, определяющих характер и поведение личности. Усвоенные в этом возрасте правовые нормы станут основой сознательного и правомерного поведения гражданина. В семье подросток на примере родителей учится вести себя в обществе, придерживаться принципов и правил в той или иной сферы деятельности и ситуации.

Нельзя забывать, что в подростковом возрасте происходит огромное количество изменений в социальном окружении ребенка, которое способствует трансформации его мировоззрения. При этом, как справедливо отмечает Л.М. Мануйлова, «влияние сверстников и значимых взрослых на содержание нормативно-ценностной структуры подростков чаще всего разнонаправленны и плохо сочетаются» [3]. В результате, и без того непростой процесс взросления ребенка осложняется морально-нравственными противоречиями и попытками подростка создать собственную идеологическую систему взаимоотношений. Поэтому важно отметить, что вклад семейного воспитания связан с выбором идейно-ценностной системы в сознании подростка.

Особенности возрастной психологии подростка без должного сопровождения со стороны взрослых и чрезмерного влияния негативного информационного окружения может привести к нежелательным и даже девиантным формам выражения собственной позиции. С этой точки зрения, формирование правовой грамотности позволит пресечь негативные формы неправомерного поведения подростка. Обязанность родителей контролировать информационное пространство своего ребенка, понимать его потребности и желания. Включать в информационную среду подростка моральные принципы, основанные на семейных ценностях (совместный просмотр фильмов, познавательных контентов, привле-

чение к совместной работе в интернете и т.д.). Наличие информационного правового базиса поможет подростку ориентироваться в окружающем его социально-информационном пространстве и вести себя в соответствии с нормами правового поведения.

Безусловно, развитие правовой грамотности подростков представляет собой сложную и многоплановую работу, направленную на особое самоличностное образование, связанное с самоопределением школьника. В период подросткового взросления усваивается огромный пласт правовых знаний, формируется целый комплекс социальных умений и компетенций, а также обосновывается собственная гражданская позиция в наиболее значимых аспектах жизни. Нельзя отрицать тот факт, что качественно сформированная правовая грамотность молодого поколения является ключевым условием сохранения правопорядка в обществе.

Как мы понимаем, задача по формированию правовой грамотности весьма многосторонняя и сложная, а потому во многих случаях ее реализацию отводят исключительно общеобразовательным учреждениям. Нельзя не согласиться, что учреждения образования играют огромную роль в процессе формирования правовой культуры личности, однако основной воспитательный вклад несет семья. Об этом гласит статья 63 Семейного кодекса Российской Федерации «родители имеют преимущественное право на обучение и воспитание своих детей перед всеми другими лицами» [5]. Вклад семейного воспитания в формировании правовой грамотности подростка, безусловно, играет ключевую роль. Остановимся более подробно на воспитательном аспекте.

Как справедливо отмечает И.В. Власюк, семья «остаётся для государства единственным средством, гарантирующим качественное воспроизводство населения» [1]. Семья является важнейшей социально-культурным фундаментом, который формирует нравственный облик молодого поколения, регулирует правомерное поведение своих детей, создавая тем самым основу гармоничного гражданского общества. Для ребенка нравственно – правовые ценности одухотворяются в фигурах родителей. Именно от них он узнает, как необходимо вести себя в различных жизненных ситуациях, копирует с них модель социального поведения. Но степень глубины осознания этих образов поведения и нравственно – правовых установок в значительной мере зависит от взаимоотношений ребенка с конкретным родителем – носителем определенных ценностных ориентаций. При положительном эмоциональном отношении к родителям ребенок синтезирует, «впитывает» образ своих родителей не только в общении, но и их отношение к предметам, явлениям, их образ мышления, жизненные установки, а также привычки, вкусы и даже их увлечения.

Но вследствие активных социально – экономических изменений родители не всегда быстро могут транслировать тот тип культурно – нравственных идеалов, который служил бы реальной опорой в жизни. А с учетом психоэмоциональных особенностей подросткового возраста, когда школьники стремятся минимизировать влияние взрослых на свою жизнь, требуется более тщательно и глубоко подходить к выбору идейно – ценностных основ общественной жиз-

ни. Однако подросток все еще нуждается в опеке и защите со стороны взрослых, в особенности со стороны родителей, но при этом он стремится к ведению самостоятельной жизни, а потому семья должна максимально способствовать развитию у ребенка внутренней сознательной готовности к вступлению во взрослый мир. Эта готовность во многом определяется степенью правовой информированности подростка.

Тема семейного воспитания и развитие воспитания в целом является национальной стратегией Российской Федерации. Одной из задач Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р является развитие на основе признания определяющей роли семьи и соблюдения прав родителей кооперации и сотрудничества субъектов системы воспитания (семьи, общества, государства, образовательных, научных, традиционных религиозных организаций, учреждений культуры и спорта, средств массовой информации, бизнес-сообществ) с содержания и условий воспитания подрастающего поколения России [4]. Безусловно, государство не может не задействовать свои потенциал и инструменты для формирования воспитательного процесса в социальных институтах, в том числе и в семье. Ведь в условиях современного общества можно наблюдать существенное негативное изменение поведения во взаимоотношениях подростков и родителей. Во многих современных российских семьях наблюдается ситуация, когда родители перестают быть источником авторитетного мнения для своих детей подросткового возраста. Однако изменения во взаимоотношениях детей и родителей произошли не только со стороны детей. Многие родители сегодня перекладывают всю ответственность по воспитанию своего ребенка на общеобразовательные учреждения.

Ранее мы отмечали, что «родители имеют преимущественное право на обучение и воспитание своих детей перед всеми другими лицами». И здесь следует вернуться к теме значимости семьи по формированию правовой грамотности подростка. В подростковом возрасте именно семья должна быть примером позитивного правосознания. Наличие крепких эмоциональных связей между членами семьи является ключевым фактором качественного правового образования, «упущения в этом отношении приводят к невозможным последствиям в воспитании человека» [6]. Первый эталон правильного поведения ребенок всегда получает в семье, а не в школе, поэтому первостепенная значимость формирования правовой культуры подростка должна отдаваться именно семье. Школа выступает в качестве своего рода информационного регулятора. Здесь можно привести параллель со способностью ребенка говорить на том языке, на котором говорят члены его семьи, основы которого ребенок получает в семье, а в школе уже учит правила, получает развитие и усовершенствование навыков речи. По такому же принципу должно выстраиваться и обучение правовой грамотности. Но вместе с тем, и родители не всегда знают, как построить воспитательный процесс, не обладая полноценными знаниями в правовой области, не имеют педагогических компетенций. Поэтому равнозначно сложно воспиты-



вать и тем родителям, которые продолжают воспитание на культурно - традиционных ценностях (долг, совесть, преемственность поколений, дружба, патриотизм и др.), и родителям, которые не всегда уделяют родительское внимание и полноценно участвуют в воспитание. Но обе категории родителей хотят, чтобы их ребенок смог реализоваться в профессиональной деятельности и личной жизни.

Таким образом, складывается необходимость в повышении взаимодействия членов семьи для формирования правовой грамотности подростка. Рассмотрим основные направления, на которых строятся базовые знания и навыки в правовой семейной сфере. Безусловно, многие родители не всегда знают, как способствовать развитию правовой грамотности подростка. Для того, чтобы процесс формирования правовой грамотности школьников внутри семьи проходил максимально качественно, необходимо целенаправленно и планомерно конструировать совместные мероприятия в кругу семьи:

1. Совместная работа родителей, подростка и учебного учреждения по созданию условий для просвещения и консультирования родителей и учащихся по правовым, экономическим, медицинским, психолого – педагогическим и иным вопросам семейного воспитания (круглые столы, обратная связь, психолого – педагогическая помощь и т.д.);

2. Участие подростка в социально – семейных процессах (оформление стипендий, пенсий, купля продажа движимого и недвижимого имущества и даже в таких негативных ситуациях, как оформление полиса при ДТП либо урегулирование спорных вопросов в организациях и т.п.);

3. Совместное времяпровождение в информационной среде (подготовка уроков и учебных проектов, сбор и анализ информации для учебной деятельности, помощь родителям в поиске информации, квесты и задания на учебных и развлекательно – познавательных платформах и др.);

4. Участие в экономической семейной среде (оплата жилищно – коммунальных услуг, налоговых и других платежей, покупка билетов на культурно – развлекательные мероприятия и билетов на транспорт и т.д.);

5. Совместная деятельность в повышении правовой культуры (изучение семейных правовых документов: заполнение деклараций, составление заявлений; самообучение: тренинги, вебинары).

Подводя итог вышесказанному, отметим, что именно семья является первоначальным источником формирования у ребенка представлений о морально – нравственной, патриотической, гражданской и правовой сферах жизни. Заменить роль семьи в формировании правовой грамотности невозможно. Сам по себе процесс формирования правовой грамотности постепенный и достаточно кропотливый, он требует регулярного повторения и многочисленных наглядных примеров, с которыми подросток будет сталкиваться ежедневно. Необходимые условия для формирования правовой грамотности может создать только семья. Не будет преувеличением сказать, что от степени участия семьи в формировании норм правового поведения подрастающего поколения зависит гармоничное развитие всего гражданского общества.

## Список используемых источников

1. Власюк И.В. Теоретико-методологические основания социально-педагогического проектирования региональной семейной политики // [Известия Волгоградского государственного педагогического университета](#). – Волгоград: Издательство ВГПУ, 2012. – С. 9.

2. Лазарев В.В. Общая теория права и государства: учебник. – М.: Юристъ, 2002. – С. 243.

3. Мануйлова Л.М., Максимов А.С. Формирование правовой грамотности подростков как педагогическая проблема // Наука о человеке: гуманитарные исследования. – Омск: Издательство ОмГА, 2021. – С. 96.

4. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

[URL:https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_180402/400951e1bec44b76d470a1deda8b17e988c587d6/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_180402/400951e1bec44b76d470a1deda8b17e988c587d6/)

5. Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 N 223-ФЗ  
[URL:https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_8982/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_8982/)

6. Фабриков М.С. Роль семьи в формировании правовой культуры старшеклассников // Молодой ученый. – Казань: Издательство журнала «Молодой ученый», 2015. – №14 (94). – С. 537.

**Т.Е. Осипова,  
Е.А. Гребнева**

## СПОСОБЫ ФОРМИРОВАНИЯ УМЕНИЙ САМОКОНТРОЛЯ И САМООРГАНИЗАЦИИ СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА ВО ВРЕМЯ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ

Актуальность проблемы самоорганизации обучающихся обусловлена требованиями федеральных государственных образовательных стандартов среднего профессионального образования (ФГОС СПО), включающими увеличение доли самостоятельной работы за счет сокращения лекционных часов, а также увеличение доли практических занятий, использование электронной формы обучения, средств информационно-образовательной среды и др. При этом одной из обязательно формируемых компетенций обучающихся является «способность к самоорганизации и самообразованию».

Рассматривая самоорганизацию обучающихся, исследователи выделяют такие процессы, как самоорганизация учения, самоорганизация учебной деятельности, самоорганизация учебно-познавательной деятельности, самоорганизация учебно-профессиональной деятельности и т.д. При этом данные определения условно можно разделить на две категории.

Сущность самоорганизации обучающихся в учебном процессе составляет упорядоченное, взаимосвязанное функциональное объединение данных ключевых компонентов.

Степень упорядоченности и взаимосвязи выделенных компонентов напрямую влияет на уровень профессиональной подготовки:

1. Целеполагание - определение главных целей и задач, которые студент должен ставить перед собой при планировании учебной деятельности.

2. Мотивация - движущая сила самоорганизации, саморазвития, вытекающая из этапа целеполагания.

3. Планирование деятельности - формирование индивидуальной траектории обучения в соответствии с установленными целями и задачами.

4. Самоконтроль и самооценка - соответствие действий построенной траектории и самооценка выполненных задач.

5. Рефлексия - самоанализ учебной деятельности и ее результатов, сопоставление с образцом через предварительно сформированный образ, планирование целей дальнейшей работы.

Основным условием и, в то же время, результатом обучения в колледже является высокий уровень саморазвития, самообразования.

Такие понятия как «самоконтроль», «самоанализ», «саморегуляция», «самоорганизация» являются неотъемлемыми в понятийном аппарате профессиональной педагогики.

Самосовершенствование (самоорганизация третьего типа) - процесс работы над собой в результате, которого появляется способность принятия осознанного правильного решения в системе более высокого порядка по сравнению с ранее достигнутым уровнем.

Развитие самосовершенствования самого субъекта - цель любого процесса обучения.

Профессиональное самосовершенствование представляет процесс развития не только личностно-значимых качеств, но и профессиональных, поэтому для личности самоорганизация обретает социально-значимую роль.

Педагог должен влиять на личность студента опосредованными методами, не ущемляя его свободы, творческой активности какими-либо ограничениями. Собственная активность студентов в процессах как личностной, так и межличностной организации становится реальной предпосылкой для развития более высокого уровня профессионального самосовершенствования, проявляющегося в деятельностном саморазвитии.

Личностная самоорганизация студентов в учебной и практической деятельности представляет собой упорядоченную совокупность целей и мотивов саморазвития, навыков самоконтроля и саморегуляции психических состояний, способностей к самоанализу и адекватной самооценке, преимущественно самостоятельно и целенаправленно сформированную и развиваемую в процессе обучения в колледже.

Самоорганизация учения студентов – это умение систематизировать полученные знания, преобразовывать учебный материал, критически перерабаты-

вать его, представлять в удобной для себя форме. Усвоенные на индивидуально-личностном уровне способы самоорганизации способствуют повышению качества знаний по предмету.

Самоорганизация – серьезный шаг человека к автономности, свободе, к самостоятельному управлению своей жизнью. Для студента колледжа самоорганизация означает, прежде всего, умение систематизировать полученные знания, преобразовывать учебный материал, применить его в практической деятельности. Практически самоорганизация студента означает его умение работать без систематического контроля, помощи и стимуляции со стороны преподавателя.

Для формирования умений самоорганизации студентов необходимо:

- осознание личной значимости умений самоорганизации;
- установка на овладение определенным умением;
- понимание обучающимися обобщенного правила и актуализации знаний;
- раскрытие содержания каждого умения как определенной совокупности действий и операций, его составляющих, и способов выполнения действий;
- организация практической деятельности и упражнения по овладению умением;
- контроль за уровнем сформированности умения;
- учет и оценка хода и результатов деятельности.

Научить студентов этому - значит помочь им овладеть обобщенными способами деятельности, т.е. научить их находить «порядок в беспорядке».

Существуют две формы самоконтроля и самоорганизации: 1) внешняя (осознаваемая); 2) внутренняя (автоматическая). В условиях колледжа полное формирование внутреннего самоконтроля и самоорганизации затруднительно, возможно формирование только их элементов.

Чтобы научиться осуществлять самоконтроль и самоорганизацию, студентов следует:

- научиться понимать и принимать контроль преподавателя;
- научиться наблюдать и анализировать учебную деятельность своих товарищей;
- научиться осуществлять самонаблюдение своей практической деятельности, анализ, корректировку и оценку.

Предлагаемые приемы позволят преподавателю так организовать учебную практику, чтобы студенты практически тренировались контролировать не только товарищей, но и формировали навыки самоконтроля и самоорганизации:

- взаимопроверка с товарищем;
- коллективное выполнение задания и коллективная проверка;
- сочетание коллективной и индивидуальной работы;
- самостоятельное придумывание заданий;
- выполнение заданий по алгоритму;
- выполнение задания по наводящим вопросам;
- выполнения задания по образцу;

- подбор нескольких способов выполнения задания и выбор самого рационального.

Ключевым звеном в проведении контроля над действиями является сверка с образцом. Образец действия должен быть хорошо усвоен, прежде чем он может быть использован в самоконтроле за действиями, которые должны соответствовать именно этому образцу. То есть, чтобы сформировать навыки самоконтроля и самоорганизации у студента, надо сначала обеспечить усвоение образца действия, это значит, надо создать опыт, соответствующий нужному «акцептору действия». Более того, процесс развития самоконтроля и самоорганизации базируется на переходе от готовых образцов к составным и их сочетаниям при постепенном проведении контролируемого действия. Кроме того, чтобы дети научились самоконтролю и самоорганизации, необходимо, чтобы действие с его операторно-предметным составом было представлено достаточно развернуто, а его состав разработан совместно преподавателем и студентами. В этом случае образцы действий предстанут перед студентами не как заданные извне (случайные), а как необходимые и обязательные.

В то же время, понятно, что нужно побуждение к осуществлению самоконтроля и самоорганизации. Контроль извне является тем обязательным условием, соблюдение которого создает необходимую основу для формирования самоконтроля. Таким образом, самоконтроль и самоорганизация не отменяют контроля преподавателя и не снижают его роли. Преподаватель должен систематически изучать и анализировать ошибки студентов в ходе учебной практики, обращать внимание на внутреннее содержание, а не на внешнюю, формальную их сторону, должен выявлять причины их появления и принимать меры к предупреждению ошибок. Конечно, это предупреждение должно быть тактичным и не навязчивым.

Одним из средств обучения самоконтролю и самоорганизации являются указания преподавателя о порядке его проведения при выполнении задания, которые даются в процессе инструктирования студентов. Рекомендуется даже использовать карточки с порядком проведения самоконтроля и самоорганизации, выполнения проверки. В указаниях должны содержаться разъяснения о том, когда и какими способами студентам следует контролировать свои действия и их результаты.

Фронтальные и взаимные проверки представляют собой промежуточное звено между контролем педагога и самоконтролем студентов. Применение их имеет ряд преимуществ при обучении самоконтролю и самоорганизации: положение контролеров обязывает студентов лучше готовиться к учебной практике, чтобы иметь возможность указать товарищу на допущенные им ошибки и установить их причины; коллективный анализ образца позволяет более полно выявить его сигнальные признаки и более углублено их усвоить; разбирая разные способы сличения с образцом выполняемой работы, студенты отбирают те из них, которые наиболее целесообразны в данных условиях. Благодаря этому достигается большая точность сличения; коллективный анализ позволяет более полно выявить допущенные ошибки и установить их причины; в ходе коллек-

тивного поиска выявляются наиболее целесообразные способы исправления ошибок и внесения усовершенствований в выполняемую работу. Благодаря применению коллективных форм контроля студенты быстрее и лучше овладевают всеми звеньями индивидуального самоконтроля.

Из сказанного можно сделать вывод, что организованный на учебной практике самоконтроль и самоорганизация приводят к концентрации внимания всех студентов, формирует в практической деятельности каждого студента умение рассуждать, дает возможность слабым студентам лучше разобраться в практическом материале, что почти исключает ошибки во время производственной и преддипломной практики.

Процессы самоконтроля и самоорганизации нельзя рассматривать отдельно на каких-либо упражнениях, они идут параллельно с отработкой других умений. Преподавателю необходимо при этом внимательно наблюдать за становлением самоконтроля и самоорганизации, и отмечать для себя уровни их развития. Немаловажным является умение самих студентов отмечать и осознавать уровень знаний и умений, способности к самоконтролю и самоорганизации и, следовательно, к самообучению.

А если эту работу проводить систематически и целенаправленно, то студенты быстро её осваивают, и она даёт хорошие результаты. Установка на постоянную самопроверку, отыскивание ошибок и исправление их самим студентом повышает активность и самостоятельность. Постепенно растёт уверенность в преодолении трудностей, повышается ответственность за выполнение каждой практической работы, вырабатывается привычка, а затем потребность в самоконтроле, то есть формируются качества человека, необходимые ему во всех сферах трудовой деятельности.

Самоконтроль и самоорганизация являются средством управления учебным процессом, так как позволяют выявить недостатки и внести необходимые коррективы в организацию и планирование, а так же дают возможность оказать помощь отстающим посредством индивидуальной работы и тем самым обеспечить успешность и стабильность работы всей группы студентов.

### **Список используемых источников**

1. Волков Б.С. Психология юности и молодости: Учебное пособие. – М.: Академический Проект: Трикста, 2015. – 256 с. – («Gaudeamus»).

2. Гура В.В. Новые виды интеллектуальной деятельности в медиасреде как основа развития медиакомпетентности // Медиаобразование. – 2015. – №. – С. 87–99.

3. Зимняя И.А. Педагогическая психология. Учебник для вузов. Изд. второе, доп., испр. и перераб. — М.: Издательская корпорация «Логос», 2014. — 384 с.

4. Нейматов Я.М. Образование в XXI веке: тенденции и прогнозы. – М.: Алгоритм, 2016. – 480 с.

5. Непомнящий А.В., Захаревич В.Г. Самоорганизация, самоконтроль и саморегуляция в учебном процессе. Учебное пособие. - Таганрог: ТРТИ, 2014. - 82 с.

6. Поздняк С.Н. Методические рекомендации к организации самостоятельной работы студентов / Урал.гос.пед. ун-т. – Екатеринбург, 2015. – 30 с.

7. Соловова Н.В. Организация и контроль самостоятельной работы студентов: методические рекомендации (под ред. В.П. Гарькина) – Самара: Изд-во «Универс-групп», 2014. – 15 с.

**О.М. Платонова,  
В.Г. Янкина,  
Е.А. Мелихова**

### **ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ САМООРГАНИЗАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ЧЕРЕЗ ВОЛОНТЕРСКУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ НА ПРИМЕРЕ ГБПОУ "МПК ИМ. В.В.АРНАУТОВА"**

Миллионы людей во всем мире добровольно делают добро. Их зовут, когда нужна помощь! Они легки на подъем, они готовы быть где угодно, чтобы делать то, что надо. Их называют - волонтеры, их называют добровольцы.

Специалисты отмечают, что волонтерская деятельность сегодня не только помогает молодежи решать общественные проблемы, но и способствует формированию таких значимых качеств, как способность к самоорганизации и самоопределению, умение отстаивать свою точку зрения и иметь определенную жизненную позицию.

Волонтерская деятельность имеет огромное общественное значение для развития современного молодого поколения. «Деятельность в волонтерском движении может быть направлена на развитие социального интереса молодежи... Развитие теории социального интереса на сегодня позволяет утверждать, что целенаправленный процесс становления ориентированной личности с положительной шкалой ценностей приводит к ранней социальной зрелости. Одной из технологий развития социального интереса является волонтерское движение».<sup>1</sup>

По данным статистики, основная масса волонтеров сегодня - это молодежь. Социально-психологические особенности молодежи будут способствовать ее к волонтерской деятельности, что в свою очередь может помочь решению многочисленных проблем, связанных с противоречиями, свойственными данному возрасту. Учащаяся молодежь, являющаяся одной из наиболее активных, образованных и культурных групп общества, резервом и потенциальной элитой общества, имеет многочисленные внутренние ресурсы, способствующие ее участию в волонтерской деятельности.

Изучение проблем самоорганизации учащейся молодежи в процессе волонтерской деятельности актуализируется в связи с ростом, с одной стороны, многочисленных социальных проблем, а с другой стороны, важностью волон-

терского движения для развития личности учащегося молодого человека.

Процессы самоорганизации рассматриваются с точки зрения синергетического, системного, структурно-функционального, деятельностного, личностного, интегрального, технического и других подходов. Наиболее отвечающим задачам формирования культуры самоорганизации мы считаем личностно-ориентированный подход к самоорганизации учащейся молодежи в процессе волонтерской деятельности.

Представителями личностно-ориентированного подхода, который понимает самоорганизацию как личностное образование, по нашему мнению, являются (Н.А. Афанасьева, Т.А. Губайдулина, М.И. Дьяченко, Д.А. Ишков, Л.А. Кандыбович, А.Ю.Киселева, О.Н. Князькова, Н.С. Копейна, А.К. Осницкий, О.П. Пальцева, Т.А. Садчикова, А.Г. Сороковой, Л.В. Фалеева, В.А. Халанская, Ж.Б. Хохлова, и др.).

Личностно-ориентированный подход разрабатывается в различных психолого-педагогических концепциях. Представители личностно-ориентированного подхода рассматривают самоорганизацию как личностное образование, основанное на свойствах, качествах и особенностях самой личности, а также формирующее эту личность. Так, М.И. Дьяченко и Л.А. Кандыбович рассматривают самоорганизацию личности как «интегральную совокупность природных и социально приобретенных свойств, воплощенную в осознаваемых особенностях воли и интеллекта, мотивах поведения, реализуемую в упорядоченности деятельности и поведения».

Исследование проблемы самоорганизации учащейся молодежи в процессе волонтерской деятельности носит комплексный, интегративный характер и находится на пересечении проблемных полей философии, социологии, культурологии, психологии, педагогики и социально-культурной деятельности.

Мы придерживаемся мнения А.Д. Жаркова, который, согласно разработанной им концепции ценностно-ориентированного, активно-деятельностного подхода к целостному технологическому процессу в учреждениях образования, рассматривает волонтерскую деятельность как «способ воспитания гражданских чувств у молодежи, определения их гражданской позиции в нашем государстве».

Таким образом, волонтерская деятельность рассматривается как вид благотворительности (Л.В. Хулин), фактор развития социальной активности молодежи (Л.П. Конвисарева), как одну из составляющих системы профессиональной подготовки специалистов социальной сферы к будущей профессиональной деятельности (Л. В. Болотова), как социальное служение молодежи (О.В. Решетникова, Т.В. Склярова), как ресурс личностного профессионального развития (Екимова С.Г.). По мнению Ж.Г. Агаянц, волонтерскую деятельность следует рассматривать как высший уровень включения студентов в процесс социализации.

В связи с этим отчетливо проявляется объективная необходимость в формировании и поддержке деятельности волонтерских объединений. Вместе с тем низкий уровень социально-культурной самоорганизации учащейся моло-



дежи в процессе волонтерской деятельности приводит к тому, что участники процесса испытывают трудности в общении, во взаимоотношении с людьми. Кроме собственно практической волонтерской деятельности российские общественные организации слабо развивают механизм поддержки этих инициатив учащейся молодежи. Медленно разрабатываются и внедряются модели создания молодежных волонтерских центров, поэтому редко встречаются специализированные образовательные программы и т.п.

Волонтером может быть каждый, кто хочет посвятить свое время и энергию, тому чтобы решать общественную проблему, любой человек от 8 до 80 лет. В ГБПОУ «МППК им. В.В. Арнаутова» созданы все условия, чтобы человек, желающий дарить своё тепло другим, мог это делать.

Добровольческая деятельность в стенах нашего колледжа ведется с незапамятных времен. Помощь ветеранам, участие в субботниках, пропаганда здорового образа жизни – это неотъемлемая часть жизни каждого студента. Организация добровольчества в колледже ведется по следующим направлениям:

1. Оказание посильной помощи гражданам из социально незащищенных слоев населения. В рамках данного направления студенты становятся участниками следующих мероприятий:

- Благотворительная елка для малоимущих молодых семей
- Благотворительная акция «От всей души с поклоном и любовью»,
- Донорская акция «Капля жизни».

2. Взаимодействие с общественными организациями заинтересованными в развитии волонтерского движения. В рамках данного направления студенты становятся участниками следующих мероприятий:

- Всероссийский исторический квест «Сталинградская битва»,
- Всероссийский молодежный исторический квест «Артика», в рамках общественного движения «Волонтеры победы»
- Всероссийская интеллектуальная игра «Риск: разум, интуиция, скорость, команда» в рамках общественного движения «Волонтеры победы»
- Праздничное мероприятие, посвященное дню добровольца «Время добрых дел»

3. Экологическое воспитание. В рамках данного направления студенты становятся участниками следующих мероприятий:

- Городская акция «Вода России» в рамках всероссийской Экологической акции "Чистые берега"
- Ежегодные акции по уборке территории и много другое.

Один из наших последних проектов, это участие в экологической акции «Чистые берега».

Данное мероприятие проводилось в соответствии с планом Совета директоров профессиональных образовательных организаций Волгоградской области на базе ГБПОУ «Арчединский лесной колледж». Основная цель этой акции это вовлечение молодежи в волонтерскую деятельность и наведение и поддержание санитарного порядка на берегах рек, озер, родников, ручьев и прудов.

Акция проводилась в три этапа:

На первом этапе нам было необходимо определить водный объект где мы поведем уборку территории. Мы остановили свой выбор на озере Ольховое, располагающееся в 2,5 км, а, следовательно, в пешей доступности для гостей и жителей города, зачастую становясь объектом экотуризма, поэтому из всех представленных водных объектов является наиболее загрязненным.

Второй этап - это непосредственная уборка участка. Собирая мусор, мы так же осуществляли его сортировку: стекло, пластик, бумага, жесть, иной мусор.

Результат радовал глаза, и мы получили истинное удовольствие от проведенного время на природе и совершенного доброго дела.

Таким образом, средние профессиональные образовательные организации вслед за школой должны активно вовлекать обучающихся в волонтерскую деятельность, опираясь на личностно-ориентированный подход к самоорганизации молодежи в процессе волонтерской деятельности, а также разрабатывать и внедрять программы самоорганизации обучающихся в процессе волонтерской деятельности. При наличии указанных условий формирование культуры самоорганизации обучающихся будет наиболее эффективным.

### **Список используемых источников**

1. Жарков, А.Д. Теория, методика и организация социально-культурной деятельности [Текст] / А.Д. Жарков. - М. : МГУКИ, 2012. - С. 226.
2. Калина, Н.М. Благотворительность в современном российском обществе: вопросы теории и практики [Текст] / Н.М. Калинина // ВЭПС. 2019. №2. с. 133-139.
3. Новикова, Н.А. Социально-культурная самоорганизация учащейся молодежи в процессе волонтерской деятельности: личностно-ориентированный подход [Текст] : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.05 / Надежда Анатольевна Новикова; Смоленский гос. инст.-т искусств» - Смоленск.. 2014.- с.16.
4. Митрохина, О.В. Подготовка несовершеннолетних к волонтерской деятельности по профилактике безнадзорности среди сверстников [Текст] : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02 / Ольга Вячеславовна Митрохина; Российский гос. социальный ун-т. - М.. 2004.-С. 13.

**Е.Б. Просветухина**

## **ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ**

Современные науки - психология, педагогика, валеология - определяют здоровье человека как интегративный феномен, содержащий в своей структуре три компонента: физическое здоровье, психологическое здоровье, социальное (нравственное) здоровье.

Физическое здоровье человека - это естественное состояние его организма, обусловленное нормальным функционированием всех его физиологических органов и систем.

Психологическое здоровье человека характеризуется уровнем и качеством его мышления, развитием внимания и памяти, степенью эмоциональной устойчивости, развитием его волевых качеств и другими присущими только ему психологическими свойствами. Эта компонента здоровья студента зависит от того, насколько благоприятен психологический климат в его семье, ближайшем окружении, какова среда общения с преподавателями и сотрудниками образовательной организации, с сокурсниками.

Социальное здоровье человека определяется теми нравственными принципами, которые являются для него основой социальной жизни.

Целостность личности человека проявляется во взаимосвязи и гармоничном взаимодействии его психофизических ресурсов и его устойчивого социального здоровья. Поэтому необходимо уделять особое внимание вопросам сохранения здоровья обучающихся, их приобщения к здоровому образу жизни, использованию здоровьесберегающих технологий в организации студентами своей учебной деятельности.

Результативность самоорганизуемой студентом учебной деятельности (и по уровню освоенных знаний, и по затратам времени на изучение материала, и по уровню и устойчивости сформированных универсальных и профессиональных компетенций) во многом определяется его академическими способностями - способностями и умениями учиться. Понятно, что эти способности и умения приобретались через соответствующие знания, через жизненный опыт, через учебный процесс на предыдущих этапах образования студента. Тем не менее, одной из доминирующих надпредметных, социально-дидактических задач педагогического управления СРС является задача научить студента учиться и самообучаться.

Решать эту задачу представляется возможным, уделяя внимание вопросам научной организации труда студентов (по крайней мере, в отношении «своих» (преподаваемых) дисциплин).

Требования работодателей к современному специалисту, а также Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования ориентированы, прежде всего, на умение самостоятельной деятельности и творческий подход к специальности. В свою очередь, переход на компетентностную модель образования предполагает значительное увеличение доли самостоятельной познавательной деятельности обучающегося. При этом самостоятельная работа направлена не только на достижение учебных целей - обретение соответствующих компетенций, но и на формирование самостоятельной жизненной позиции как личностной характеристики будущего специалиста, повышающей его познавательную, социальную и профессиональную мобильность, формирующую у него активное и ответственное отношение к жизни.

Рассмотрим особенности организации самостоятельной работы по дисциплине Финансы, денежное обращение, кредит (спец. 21.02.05 Земельно-имущественные отношения).

Основными целями самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Финансы, денежное обращение, кредит» являются:

- организация самостоятельной работы по темам, вынесенным на самостоятельное изучение;
- активизация учебной деятельности и познавательной способности обучающихся;
- организация внеаудиторной учебной работы обучающихся;
- обеспечение контроля за ходом самостоятельной работы обучающихся в процессе изучения учебной дисциплины и ее результатами.

Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине «Финансы, денежное обращение, кредит» предполагает:

- проработку лекционного материала;
- подготовку к практическим занятиям (в т.ч. деловым играм) по соответствующим темам;
- освоение тем, вынесенных на самостоятельное изучение;
- изучение нормативных материалов;
- выполнение творческих заданий и т. д.

Вопросы и задания, предлагаемые обучающимся, направлены на развитие профессионального интереса, творческого мышления и приобретение общих и профессиональных компетенций.

В соответствии с п. 7.16 ФГОС СПО организация самостоятельной работы обучающихся профессиональных образовательных организаций предполагает обеспечение учебно-методической документацией всех дисциплин, междисциплинарных курсов и профессиональных модулей ОПОП; обеспечение учебно-методическими материалами внеаудиторной самостоятельной работы.

В связи с вышеизложенным, с целью оказания помощи в организации самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Финансы, денежное обращение, кредит» разработаны методические рекомендации по организации самостоятельной работы.

В методических рекомендациях по организации самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Финансы, денежное обращение, кредит» раскрываются цели и основные задачи самостоятельной работы обучающихся, представлен план самостоятельной работы по отдельным темам дисциплины, вынесенным на самостоятельное изучение, список литературы, вопросы и задания для самостоятельного изучения. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Финансы, денежное обращение, кредит» являются составной частью учебно-методического комплекса по данной дисциплине, способствующего созданию среды актуализации самостоятельной творческой активности студентов и позволяющего не только овладеть методами, способами, приемами самоорганизации и самообучения, но и вызвать потребность к самопознанию, самообучению.

## **ПРАКТИКА АКТИВИЗАЦИИ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ЧЕРЕЗ ВНЕДРЕНИЕ ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Становление профессиональной деятельности будущего специалиста необходимо осуществлять на его внутренней потребности к творчеству, в осознании значимости полученных знаний и их воплощений в различных сферах жизнедеятельности человека.

В этих условиях меняется роль преподавателя в образовательном процессе: его задача состоит в том, чтобы включить каждого обучающегося в деятельность, обеспечивающую формирование и развитие познавательных потребностей.

Помочь обучающимся в полной мере проявить свои способности, развить инициативу и самостоятельность, творческий потенциал — одна из основных задач современного образования. Успешная реализация этой задачи во многом зависит от сформированности у обучающихся познавательных интересов.

Система работы активизации познавательной деятельности обучающихся строится на основных положениях: теории деятельности, теории развития познавательного интереса, теории активизации познавательной деятельности.

Аспекты методики познавательного интереса включают три момента:

- привлечение обучающихся к целям и задачам урока;
- возбуждение интереса к содержанию повторяемого и вновь изучаемого материала;
- включение обучающихся в интересную для них форму работы.

Поскольку методы активизации познавательной деятельности многочисленны и имеют множественную характеристику, то в рамках данного исследования используется следующая классификация:

*- по источникам передачи и характеру восприятия информации* - словесные методы (рассказ, беседа, лекция и пр.); наглядные методы (показ, демонстрация плакатов, таблиц, схем, диаграмм, моделей; использование технических средств и пр.); практические методы (практические задания, деловые игры, тренинги, анализ и решение проблемных ситуаций, лабораторные работы, сочинения и пр.);

*по характеру взаимной деятельности педагога и обучающихся* - объяснительно-иллюстративный метод, репродуктивный метод, метод проблемного изложения, частично-поисковый или эвристический метод, исследовательский метод.

Нами выделены педагогические условия, способствующие развитию познавательной активности:

- создание атмосферы сотрудничества и доброжелательности;
- создание “ситуации успеха” для каждого обучающегося;

- -включение их в активную деятельность, коллективные формы работы;
- -использование элементов занимательности, нестандартности при изучении материала;
- -использование проблемных ситуаций;
- -практико-ориентированная направленность изучаемого материала.

И здесь преподаватель должен понимать, что без интереса к изучаемой дисциплине студент самостоятельно работать не будет, т.е. студента сначала надо мотивировать, повысить его интерес к изучаемой дисциплине, а уже затем обучающийся будет демонстрировать конкретные предметные знания и умения.

На данном этапе рассмотрим значение проектной деятельности в активизации познавательной деятельности обучающихся.

Итак, метод проектов, несмотря на то, что существует достаточно долгое время, считается педагогической технологией XXI века. Использование метода проектов способствует формированию у обучающихся творческого и критического мышления, самостоятельности и способности применять знания при решении разнообразных проблем, а также грамотности в работе с информацией. То есть, формируются те качества, которые в полной мере соответствуют требованиям современного общества.

По мнению Е.С. Полат, метод проектов есть «совокупность приемов, действий, обучающихся в их определенной последовательности для достижения поставленной задачи – решения определенной ПРОБЛЕМЫ, значимой для студентов и оформленной в виде некоего конечного ПРОДУКТА».

Классификационными признаками проектов в образовании являются:

- характер доминирующей проектной деятельности – исследовательский, прикладной (практико-ориентированного характера), творческий и т.д.;
- по продолжительности выполнения – долгосрочный (реализуется в срок от одного месяца и более), средней продолжительности (от одной недели до одного месяца), краткосрочный (реализуется в течение одного урока или серии уроков – до одной недели);
- по количеству участников проекта - индивидуальные, парные, групповые и т.п.

Исходя из нашей педагогической практики, мы пришли к тому, что наибольший интерес у студентов вызывают творческие проекты, выполняемые как в индивидуальном порядке, так и в группе. Выполнение таких проектов требуют от студентов креативности, нестандартного мышления, творческого подхода, способности к самоорганизации.

Так, например, в рамках реализации воспитательной работы в контексте профилактики антикоррупционных действий студенты 2-го курса представили на суд жюри проект, под девизом «Что делать закону там, где царствуют деньги?». В процессе работы над газетой студенты структурировали экономическую и правовую информацию.

В рамках развития финансовой грамотности и формирования бизнес-мышления обучающихся реализован проект «Сказочная экономика или сказки на новый лад». Здесь на подготовительной стадии студентам было дано задание выбрать одну из сказок, пересказать ее на «новый» лад, используя при этом профессиональную экономическую терминологию, затем разъяснить данные термины. На поисково-исследовательском этапе студенты выбирали сказку, самостоятельно интерпретировали текст в современный вариант, после корректировки с преподавателем проблемные вопросы.

Затем оформляли результаты проекта в виде презентации, составляли словарь к сказке и на заключительном этапе представляли свой проект в аудитории. Причем, команда соперников должна была сначала отгадать сказку, а потом уже разъяснить термины.

*Одна из групп представила сказку «Три поросенка».*

*Сказка о том, как каждый из трех братьев решил создать свой бизнес. Для создания юридического лица младший купил уже готовую однодневку у Волгоградской юридической компании, средний – оффшорку в не признаваемой ни кем иностранной юрисдикции, а старший создал компанию в Камышине с четко прописанным соглашением акционеров. Рейдер решил захватить их предприятия. Он быстро захватил предприятие младшего брата, несколько повозился с компанией среднего брата, а компанию старшего брата захватить не смог. Младший и средний братья перевели весь бизнес в компанию старшего брата, так что рейдер остался с двумя пустышками.*

Аналогичный проект был задан студентам специальностей Банковское дело и Экономика и бухгалтерский учет после изучения дисциплины Основы экономики.

Обучающиеся должны были выбрать выдающегося экономиста и составить про него рассказ таким образом, чтобы в тексте «всплывали» экономические термины. В качестве примера им был дан текст: «В Шотландии вырос простой мальчик Адам Смит. Между ним и его друзьями часто возникали споры, но к счастью однажды случилось следующее...» (термины – спрос, рынок). Далее на занятии каждая группа представляла своего экономиста, затем обменивались составленными текстами и вычленили из текста экономические термины, затем расшифровывали их.

В рамках празднования Дня Конституции, обучающиеся получили задание – представить действующую Конституцию РФ в таком формате, чтобы она была понятна любому гражданину, разного возраста.

Было разработано несколько проектов, которые были представлены к открытой защите в день Конституции, а затем был проведен круглый стол, где обсуждались эти проекты. В этом направлении наиболее интересными оказались проекты: «Конституция в стихах» и «Конституция в картинках для детей».

В рамках преподавания профессиональных дисциплин междисциплинарных курсов, педагоги также используют проектные технологии. Например, на одном из обобщающих уроков по бухгалтерскому учету преподавателем проведен конкурс «Музыкальный бух учет». Задание заключалось в том, что, про-

слушав песню, студент должен был правильно сформулировать хозяйственную операцию и назвать корреспонденцию счетов в данной операции. Первоначально данное задание включало около 20-ти песен, взятые из этой книги. Студентам очень понравился конкурс, и таким образом, как бы самим собой возник проект «Я вам спою про бух учет». В настоящее время при помощи студентов собрано около 100 песен, причем студенты сами выбирали фрагменты песен и составляли к ним вопросы. Далее по такому же принципу были реализованы проекты «Литературный бухгалтер», «Исторический бухгалтер» и другие, в которых в качестве примера студентам был озвучен соответственно либо фрагмент литературного произведения, либо исторический факт. Заданы наводящие вопросы.

Также в качестве проектных заданий реализуются, так называемые, мини-проекты, где представлены задания, составленные совместно студентом и преподавателем, и предназначенные для контроля знаний, умений в процессе проведения занятия.

Такие задания позволяют в увлекательной форме расширить и углубить знания по вопросам практических основ бухгалтерского учета источников формирования имущества организаций, методики проведения и оформления инвентаризации имущества и финансовых обязательств организации, пробудить в учащих стремление к творчеству, помочь им это творчество проявить, выработать у них умение быстро мыслить, а затем свои мысли кратко излагать, проявлять находчивость в трудных ситуациях. (т.е. решение творческих заданий направлено на формирование общекультурных и профессиональных компетенций будущего выпускника специальности Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям) в части освоения основных видов профессиональной деятельности). Далее представлены краткие описания заданий:

- построенные по принципам игры «крестики-нолики» - следует найти выигрышный путь, для чего в горизонтальном, вертикальном или диагональном направлении следует соединить прямой линией три клетки по признаку, указанному в условиях игры. В данном случае выигрышный путь составляют названия документов по учету основных средств.

- направленные на построение логической цепочки. В данном случае следует заполнить пропущенные графы, следуя по цепочке на основании перечисленных хозяйственных операций. И далее следуют операции, в данном случае, отражающие поступление материалов, их производство и реализацию.

- головоломка «Ход конем» - следует расшифровать слово. В данном случае зашифрованное слово — это форма отчетности, составляемая исключительно на основании инвентарной описи средств. Такая форма отчетности требуется или при возникновении новой организации, или при изменении хозяйством своей формы (инвентарный баланс).

Наш опыт показывает, что на активизацию познавательной деятельности обучающихся, большое влияние оказывает такая форма, как просмотр фильма, с последующим обсуждением, т.к. считаем этот аспект наиболее важным и эф-



фективным для студентов в становлении восприятия своей будущей профессиональной деятельности.

В чем спрашивается заключается здесь проектная деятельность? Скажу честно, хотела немножко «поволынить», организовав просмотр тематического кино. Но это оказалось только в мечтах. На самом же деле, подготовка фрагмента фильма, содержащего сюжет профессиональной деятельности, а потом еще и организация дискуссии по нему требует определенной подготовки.

Например, замечательный фильм «Если наступит завтра» по одноименной книге Сидни Шелдона. В качестве домашнего задания студентам необходимо просмотреть фильм полностью. А затем, уже на уроке разбираем определенные фрагменты. Например, как героине фильма Трейси удалось перевести денежные средства? Что такое банковские ячейки? Каковы условия хранения в них ценностей? Какие нарушения кассовой и банковской дисциплины были обнаружены и т.д.

А начинали мы с простого.

Для студентов неэкономических специальностей было разработано мероприятие «Мультяшная экономика», включающее в себя одно из заданий: сопоставить фрагмент мультфильма «Каникулы в Простоквашино» с экономической действительностью.

Прямо скажем, задание показалось студентам непривычным, но, когда был показан пример, они с энтузиазмом не только высказывали свои ассоциации, но и на следующий урок по экономике сами начали приносить фрагменты различных мультфильмов и составлять задачи по ним. Причем здесь важно пояснить: в подобного рода заданиях нет неправильных ответов, самое главное студент должен уметь объяснять и аргументировать.

Таким образом, планируя и организуя деятельность студентов, необходимо обеспечить разноплановую педагогическую поддержку в поиске и овладении студентами приемами и способами эффективной самостоятельной работы, использовать разнообразные средства обучения и систему творческих заданий междисциплинарного характера

### **Список используемых источников**

1. Андрюхина, Л. М. Креативность, креативный капитал и креативные практики в образовании / Л. М. Андрюхина. – Екатеринбург : Российский государственный профессионально-педагогический университет, 2019. – 238 с. – ISBN 978-5-8050-0671-6. – EDN MOEEJL.

2. Казакова А.Ф. Затруднения, возникающие у студентов экономических специальностей при формировании профессиональной грамотности и варианты педагогической помощи при их преодолении. - Журнал Специалист СПО, 2016.

## ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ СТУДИЯ КАК СРЕДСТВО ЛИЧНОСТНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ

Разрабатываемые модели учителя XXI века предполагают, прежде всего, профессиональную, компетентную, творчески развивающуюся личность, в которой преобладают духовно-нравственные, гуманные качества. Учитель-гуманист имеет свой почерк педагогической деятельности, устанавливает гуманистический стиль взаимоотношений с учащимися, организует совместный поиск ценностей и норм поведения.

В профессиональном становлении будущего учителя определяющую роль играет личностно-профессиональная готовность к педагогической деятельности как базовое условие профессиональной и личностной самореализации, достижения педагогического мастерства.

Изменения, происходящие с личностью учителя начальных классов в процессе вхождения в профессию как субъекта деятельности, представляют собой важный аспект личностного и профессионального развития. В то же время сущность и закономерности этого процесса еще не стали объектами пристального внимания и исследовательского поиска и требуют более глубокого их рассмотрения [1].

Личностное и профессиональное развитие учителя начальных классов в педагогической деятельности – это динамичный процесс, включающий в себя следующие личностные циклы:

- адаптацию к системе современного образования, к профессиональному образу мыслей и образу действий в современных условиях;
- идентификацию учителя с требованиями и нормами профессиональной деятельности;
- творческое саморазвитие и самореализацию в интересах творческого осуществления своих профессиональных ролей и функций [1].

В организационном плане личностное и профессиональное развитие учителя начальных классов является результатом его целенаправленного включения в систему образования и подготовки к решению профессиональных задач.

В психолого-акмеологическом плане это процесс количественных и качественных изменений в психике учителя в рамках оптимального процесса саморазвития и самореализации. Этот процесс связан с совершенствованием умственных и физических возможностей, формированием новых способностей и психических структур, которые позволяют учителю осуществлять новые для него виды деятельности, определяемые избранной профессией.

В своем содержании личностно-профессиональное развитие учителя начальных классов означает «подтягивание» самого себя до требований избранной профессии. Оно включает личностный опыт преодоления трудностей и препятствий и самостоятельное достижение успешных результатов профессио-

нального роста. Ядро этого процесса можно представить как синтез, органическое единство профессиональной идентичности, профессиональной компетентности и готовности к преобразующей деятельности [1].

Личностно - профессиональное развитие может быть обеспечено, если обучение аналитико-рефлексивной деятельности будет основано на принципах деятельностного подхода, конкретизированного теорией поэтапного формирования умственных действий, на принципах, обеспечивающих субъектно-субъектное взаимодействие-диалогизма, рефлексивности, коллективного «мыслетворчества».

М. В. Николаева рассматривает педагогическую студию как одну из эффективных форм психолого-педагогического сопровождения будущих учителей. Суть студийных занятий заключается в обучении, но это обучение специфично. Оно построено на фундаменте приобретаемых педагогических знаний, получающих свое профессиональное воплощение тут же, на занятиях.

Педагогические студии – это комплексные занятия, направленные на полное и всестороннее овладение определенной проблемой. Организация педагогической студии – дело чрезвычайно тонкое и сложное. Здесь таится множество трудностей, и любая сторона этого интересного дела представляет вопрос, на который нет готовых ответов.

Руководителями студий могут быть преподаватели, методисты, учителя-консультанты. Каждая студия неповторима в сочетаниях методов, средств и личностного элемента, привносимого руководителем в общение со студийцами. Занятия в студии позволяют оказать действенную интеллектуальную и эмоциональную помощь педагогам, особенно тем, кто осваивает новую технологию или методику обучения. Одним из определяющих условий проведения студии является создание атмосферы психологического комфорта, благодаря чему формируется механизм обратной связи, столь важный при групповой форме практического обучения [1].

Для решения разных педагогических проблем очень важным является умение «сохранять состояние»: ничему не удивляться, сохранять эмоционально-волевым настрой (уважение к себе), уметь посмотреть на себя со стороны, не только слушать, но и слышать.

Щуркова Н.Е. предлагает следующие этапы организации педагогической студии:

1. Активизация мыслительной деятельности (разминка).
2. Постановка проблемы («Пролог»).
3. Работа индивидуально или в группах по решению проблем («Этюд»).
4. Изложение научной точки зрения по рассматриваемой теме («Экспликация»).
5. Подготовка общих выводов («Дискуссия»).
6. Рефлексия.
7. Психологическая разгрузка.

Существенным отличием студийной формы занятий от любой другой традиционной является то, что обучение происходит почти одновременно на трех уровнях: теоретическом, методическом и технологическом.

Обращаясь к теоретическому положению и рассмотрев его, педагоги находят методическое воплощение этого положения в системе своего учреждения или коллектива и тут же, воспроизводя предполагаемую ситуацию в игровой форме, находят технологическую инструментовку методического решения [3].

Предназначение педагогической студии как комплексной формы профессионального обучения – всестороннее овладение будущими специалистами способами решения какой-либо вполне определенной педагогической проблемы. Задачи педагогического сопровождения личностно-профессионального развития будущего педагога в процессе профессиональной подготовки целесообразно решать используя возможности педагогических студий. С этой целью нами были разработаны и проведены следующие занятия: «Развитие речевой компетенции будущего учителя начальных классов», «Формирование индивидуального стиля педагогического общения будущего учителя начальных классов», «Развитие эмоциональной сферы личности будущего учителя начальных классов», «Развитие эмоциональной устойчивости будущего учителя начальных классов».

Методика студийного обучения представляла собой органическое единство разнообразных методов, предназначенных для решения задач профессионального обучения. Теоретические сведения преподносились лекционным способом, практические умения формировались через упражнения, педагогические представления иллюстрировались наглядными средствами, педагогическое мышление развивалось через создание проблемных ситуаций и т.д.

Педагогическая студия – это своеобразная лаборатория творческих замыслов, где можно проверить новые идеи и предотвратить педагогические и методические ошибки. В широком контексте гуманизации образования педагогическая студия выступает как элемент движения к совершенствованию образовательного процесса. Студия содействует объединению педагогических сил, а как форма пропаганды педагогических знаний – и движению общества к педагогической культуре.

### **Список используемых источников**

1. Николаева, М.В. Личностно-профессиональное развитие будущего учителя начальных классов в системе высшего педагогического образования: монография [Текст] / М.В. Николаева. – Волгоград: Перемена, 2019. – 347 с.

2. Татарникова Н.С. Совершенствование деятельности педагога в гуманистической парадигме образования: Монография [Текст] / Н.С. Татарникова. – Н.Новгород: ВГИПА, 2018. – 305 с.

3. Щуркова, Н.Е. Педагогическая студия [Текст] / Н.Е. Щуркова, О.П. Залекер. – Москва: ТОО Интел-Тех, 2018. – 168 с.

## ТРАЕКТОРИЯ САМООПРЕДЕЛЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ В УСЛОВИЯХ ТИФЛОШКОЛЫ

Закрой глаза... представь, что ты среди звёзд...

Представь... что ты летишь.

Представь... что льётся звёздный дождь...

И для тебя... нет никаких границ.

Пусть люди говорят... так... не бывает...

Пусть люди говорят... всё ерунда.

Но только знай... кто верит и мечтает...

С ним происходят... в жизни чудеса.

«Как видеть с закрытыми глазами?» - это вопрос волнует миллионы незрячих детей. «Как научить таких школьников правильно видеть и воспринять этот мир?» - это вопрос волнует педагогов этих детей. Думаете, это невозможно, и вы никогда не сможете этого сделать? А зря. Ведь мы многое можем, и многое нам под силу. Понадобится только желание и усилия.

### ***1. Учитель, что родитель – о добре помышляет.***

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) на 2020 год, примерно у 284 миллиона человек в мире есть те или иные проблемы со зрением, из них порядка 39 млн. не видят вообще, среди которых 1.5 млн. – непозволительно слепые дети. Такие дети нуждаются в получении образования в специальных классах или школах.

На современном этапе развития общества особое место занимает вопрос об адаптации детей с ОВЗ и инвалидов к изменяющимся условиям социальной среды. Именно люди с ограниченными возможностями здоровья на рынке труда являются менее защищенными, неконкурентоспособными. Поэтому профессиональная ориентация является важнейшим этапом в процессе образования учащихся со зрительной депривацией.

Круг профессий и видов трудовой деятельности, доступных выпускникам с нарушением зрения, довольно узок, что значительно затрудняет осуществление профориентации. Это требует поиска особых подходов к подаче в доступной форме информации о рабочих профессиях, приоритетность которых не является привлекательной для учащихся.

Таким образом, существует ряд проблем, нерешённость которых препятствует профессиональной интеграции лиц с нарушением зрения и ограниченными возможностями здоровья. Существенную роль в решении этой проблемы может сыграть система организационно-методической профессиональной ориентации учащихся тифлошколы.

Профориентационная работа должна заключаться в содействии подросткам с ОВЗ по зрению в выявлении их профессиональных интересов, в определении будущей сферы их деятельности, а в ней - конкретного перечня профес-

сий, отвечающих интересам, склонностям, возможностям и состоянию здоровья каждого из них.

Главное предназначение классного руководителя, по нашему мнению, – это проследить за становлением личности ребенка, входящего в современный мир, воспитать человека, способного достойно занять свое место в жизни.

Задача педагога - способствовать правильному профессиональному выбору детей, помочь им умным советом, без упреков и натиска.

Принципы, которыми мы руководствуемся при работе с детьми с ОВЗ по зрению, следующие:

1. Я так мало знаю о сложных лабиринтах детства, поэтому я позволяю детям учить меня.

2. Иногда мне нужно, чтобы они меня поняли и приняли, поэтому я стараюсь понимать и принимать детей.

3. Почти всему, что знаю, я научился на собственном опыте, поэтому я позволяю детям приобретать собственный опыт

4. И чтобы это у меня получалось, я не забуду:

- Вовремя ободрить, поддержать, быть рядом в трудной ситуации.

- Не принижать и не завышать планку трудностей.

- Постараться вселять в ребенка веру в себя.

Цель нашей работы как классного руководителя - видение выпускника не только как ученика общеобразовательного учреждения, но и как человека, который выбрал себе профессию по душе.

***2. С мастерством люди не родятся, а добытым ремеслом гордятся.***

Девятиклассник с новеньким аттестатом о среднем образовании – словно былинный витязь на распутье, с той лишь разницей, что перед ним не три дороги, а значительно больше, да перед глазами нет придорожного камня, где было бы четко написано, какие испытания ждут его на каждой из них.

Многие выпускники оказываются беспомощными перед проблемой профессионального самоопределения просто потому, что не знают, как к ней подступиться.

Существует три главных требования, которым должна удовлетворять выбранная профессия.

Во-первых, профессия должна быть интересной.

Во-вторых, важно в будущем найти работу по специальности.

В-третьих, профессия должна соответствовать возможностям данного индивида. И это мы ставим во главу угла на этапе профессиональной мотивации, т.к. дети с ОВЗ по зрению имеют ограниченный выбор профессий в связи с тем, что слепые и слабовидящие учащиеся познают мир через тактильный анализатор и возможности реализовать себя в профессиональной сфере ограничены.

В 14-15 лет происходит активный поиск и выбор вида будущей профессиональной деятельности. Успешность этого выбора зависит от того, насколько широко может ознакомиться подросток с миром профессий и специальностей, насколько реальны его представления о будущей собственной трудовой деятельности. Но, к сожалению, дети с ОВЗ по зрению не всегда могут сами адекватно

важно соотнести свои возможности с требованиями будущей профессии. И ошибка в выборе профессии, профессиональная неудача воспринимается порой молодым человеком как жизненная катастрофа. Итак, на этой ступени мы сужаем круг профессий.

### ***3. К чему душа лежит, к тому и руки приложатся.***

На следующем этапе очень важно предостеречь подростка с ОВЗ по зрению от возможных ошибок, оказать помощь в выборе дела по душе. Сделать свой выбор помогает профессиональная ориентация.

Есть два способа выбора профессии.

**Первый – это метод проб и ошибок:** человек ищет вслепую, пробуя себя в разных сферах, пока не поймёт то, что будет приносить ему средства, чтобы достойно существовать, и удовлетворение от процесса работы. Но это может быть очень трудный и длительный процесс, ведь существуют десятки тысяч профессий.

А возможен и **другой путь:** надо изучить, прежде всего, самого себя – свои интересы и склонности, особенности мышления, памяти, внимания, особенности нервной системы, познакомиться с миром профессий, узнать, какие требования предъявляет профессия к человеку, и только после этого соотнести их со своими личностными особенностями. И только тогда выбор профессии будет верным и удачным.

Целесообразно применить на этом этапе следующие игры, помогающие отобрать профессии с точки зрения особенностей здоровья:

1. Назовите плюсы и минусы выбранной профессии с точки зрения зрительных возможностей. Одна группа ищет положительные стороны профессии, т.е. становится оптимистами, другая – все отрицательные стороны профессии и должна отнестись к данной профессии достаточно скептически.

2. Парад профессий «Потрогай руками». Назовите профессии, где основным выступает тактильный анализатор с минимальным участием зрения.

3. «Реклама» профессии. Назовите специальности внутри выбранного профессионального направления. (Например, мечтаю работать в медицине, хочу быть хирургом, но зрительные возможности не позволяют. «Сужаем» профессию: могу работать в медицине, быть массажистом, психиатром).

### ***4. С охотой можно и в камень гвоздь забить.***

Классный руководитель, сотрудничая с учителями-предметниками, получает информацию об интересе к предмету, знает, кто из ребят любит растения и животных, кто читает технические журналы, кто с удовольствием работает на уроках технологии. Классный руководитель может судить, как долго сохраняется тот или иной интерес, устойчивый он или поверхностный, а также увидеть талант и способности школьника с ОВЗ по зрению. Поэтому одной из задач классного руководителя является выявление и поддержание интереса ребенка. Этой же цели подчинены экскурсии на предприятия города и области, чтение дополнительной литературы профориентационной тематики, различные внеклассные мероприятия.

### ***5. Каков мастер, такова работа. Всякая работа мастера хвалит.***

Выстроенная таким образом профориентационная работа дает определённые результаты. Учащиеся с удовольствием проявляют себя в различных видах деятельности: занятия столярным делом, плетением из лозы, рукоделием. Подростки добиваются успехов в спортивной области, вокальном искусстве и выразительном чтении, искусстве массажа.

Выпускники ГКОУ «Михайловская школа-интернат» с успехом продолжают обучение в ФГБ ПОУ «Кисловодский медицинский колледж», ФГБОУ ВО «ВГСПУ», ГБПОУ «Себряковский технологический техникум», ГОБУК ВО «ВГИИК», ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры», ФКПОУ «Курский музыкальный колледж-интернат слепых» и других.

Поэтому считаем, что такая профориентационная работа позволяет достичь следующих результатов:

- учащиеся с ОВЗ по зрению получают достаточную информацию о профессиях и путях их получения;
- понимают необходимость обоснованного выбора профессии;
- получают уверенность в социальной значимости труда;
- становятся на соответствующую возрасту ступень самопознания.

Таким образом, мы получили траекторию самоопределения школьников с ОВЗ по зрению, которая состоит в следующем:

1. Осознание и принятие своих физических возможностей.
2. Выбор профессии в соответствии с физическими возможностями.
3. Отбор профессий. Поиск профессии «от обратного».
4. Ориентация на таланты и способности.

### **Список используемых источников**

1. Тупоногов, Б. К. Содержание и методы обучения детей с нарушением зрения: научно-методическое пособие [Текст] / Б. К. Тупоногов. - М.: АП-КиППРО, 2005
2. Садлий О.Н., Белых Ж.М.. Формы и методы профориентации обучающихся: сборник методических рекомендаций / авт.-сост.: И.А. Килина, Е.В. Понамарева; под. общ. ред. В.И. Сахаровой. – Кемерово: ГОУ «КРИПО», 2013 – 94с.

**В.И. Редкозубов**

## **ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ САМООРГАНИЗАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ СПО, ОСВАИВАЮЩИХ ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ РАБОЧИХ, СЛУЖАЩИХ И ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА**

Современное состояние общества требует от выпускника СПО не только владения специальными знаниями и умениями в сфере профессиональной дея-



тельности, но и таких социально значимых личностных качеств, как способность и готовность к непрерывному образованию, к инновациям в профессиональной деятельности. В этой связи в образовательном процессе колледжа возрастает потребность в управлении процессом формирования у студентов умений самоорганизации.

Решение проблемы формирования способности личности к самоорганизации требует понимания образования как важнейшей функции культуры, как механизма запуска новых форм культуры, расширенного воспроизводства и трансляция культуры. Одной из задач СПО является обеспечение полноценного развития личности будущего специалиста, в том числе – развитие способности к самоуправлению и саморегуляции, к выбору культуросообразного образа жизни и поведения. Сформированная в период обучения в колледже культура самоорганизации является залогом успешного становления профессиональной культуры, творческого саморазвития и самореализации, достижения личностью пика своего развития. [7]

Среди многих проблем, возникающих при формировании культуры самоорганизации обучающихся, необходимо выделить такие, которые связаны с конкретизацией содержания понятий «культура самоорганизации студента», «арт-педагогические средства», «арт-педагогические методы»; с выявлением подходов к формированию культуры самоорганизации студентов; с разработкой модели формирования культуры самоорганизации обучающихся; с обоснованием содержания процесса формирования культуры самоорганизации обучающихся арт-педагогическими средствами и методами, и ряд других. [14]

Культура самоорганизации обучающихся есть личностное образование, проявляющееся в способностях обучающихся к самоуправлению, к рациональной организации учебно-познавательной деятельности и в осознании данных способностей как личностной ценности. [10]

Формирование культуры самоорганизации обучающихся будет результативным, если:

- раскрытие содержания понятия «культура самоорганизации обучающихся» основывается на научных представлениях о феномене культуры, о понятиях «самоорганизация», «самоорганизация личности обучающихся»;

- обоснование содержания структурных компонентов явления культуры самоорганизации обучающихся (когнитивного, мотивационно-ценностного, рефлексивного, деятельностного) как личностного образования становится основой для разработки содержания процесса формирования такой культуры и выбора средств и методов;

- реализация модели формирования культуры самоорганизации обучающихся, базирующейся на идее использования многообразных граней воспитательной сверх функции искусства, обеспечивается культурологическим подходом;

- при реализации направлений деятельности преподавателя колледжа по формированию культуры самоорганизации обучающихся, средства и методы, используемые в учебно-воспитательном процессе, обогащаются арт-

педагогическими средствами и методами, которые обеспечивают осознание значимости личностно-профессионального саморазвития, инициирование поиска личностных смыслов культуры самоорганизации и формирование личного опыта рациональной организации учебно-познавательной деятельности и самоуправления. [3]

Однако существует противоречие между стремлением преподавателя колледжа содействовать формированию у обучающихся культуры учебной деятельности, способности быть субъектом образовательного процесса и недостаточной разработанностью в педагогической науке содержательных аспектов процесса их формирования. Одним из возможных путей разрешения указанного противоречия является формирование культуры самоорганизации обучающихся в колледже. [2]

Процесс формирования культуры самоорганизации обучающихся обеспечивается реализацией культурологического подхода. Назначение культурологического подхода состоит в развитии ценностного отношения к культуре самоорганизации личности, которое (отношение) принимает форму мотива личностно-профессионального саморазвития и самосовершенствования. Наиболее адекватными назначению культурологического подхода являются принципы сотрудничества, диалогизации педагогического процесса, рефлексивной направленности, гуманизации образовательной среды, воспитания личности через художественно-творческую деятельность. [3]

Являясь одним из условий успешного становления профессиональной культуры обучающихся, их творческого саморазвития и самореализации, культура самоорганизации обучающихся включает четыре компонента: когнитивный, рефлексивный, мотивационно-ценностный и деятельностный.

Когнитивный компонент, содержащий знания о культуре самоорганизации обучающихся представляет собой её теоретическую составляющую и выполняет информационно-ориентационную функцию.

Мотивационно-ценностный компонент, включающий мотивационно-ценностное отношение к культуре самоорганизации обучающихся и учебно-профессиональные мотивы, выполняет мотивационную функцию. [8]

Рефлексивный компонент, содержащий комплекс рефлексивных умений (умение анализировать собственную учебно-познавательную деятельность и возникающие в ходе её осуществления противоречия; умение планировать учебную и внеучебную деятельность, ставить цель, намечать задачи, прогнозировать последствия своих действий; умение оценивать и обобщать опыт осуществления учебной деятельности, деятельности по самоорганизации и самоуправлению), направлен на осуществление аналитической функции.

Деятельностный компонент включает владение умениями рациональной организации учебно-познавательной деятельности (организация режима учебного труда и отдыха, самостоятельной подготовки к различным видам занятий, управление своим временем; слушание и восприятие научной информации; чтение; поиск и работа с учебной и научной литературой; владение средствами организации умственного труда (план, тезисы, выписки, конспект, аннотация,

цитаты, ссылки, рецензия, отзыв); осуществление и оформление исследования (реферата, курсовой и дипломной работы); умение представлять информацию, выступать с устными сообщениями) и способность к самоуправлению. Деятельностный компонент осуществляет регулятивную функцию. [5] [6]

Анализ психолого-педагогической литературы по организации профессионального образования показывает, что самоорганизация как способность к интегральной регуляции природных, психических, личностных состояний, качеств, свойств, осуществляемая сознанием, волевыми и интеллектуальными механизмами, рефлексивными приемами, выделяется многими специалистами как важнейший фактор успешности образования, формирования активной, самостоятельной, творческой личности, умеющей сознательно и ответственно организовывать свою деятельность. [9]

Эффективность преподавания специальных дисциплин зависит от уровня проблематизации содержания учебной и профессиональной информации, применения специальных проблемных задач, направленных на обучение целеполаганию, самоконтролю, самокоррекции, самооцениванию правильности и полноты действий, а также корректировку выполненных действий обучающимися. В процессе изучения дисциплин целесообразно использование творческих работ и познавательных задач с учетом индивидуального социального опыта и особенностей обучающихся, ориентация учебного процесса на их потенциальные возможности, вовлечение в различные виды деятельности с развитием сохраненных возможностей. Как уже отмечалось, необходимым условием формирования саморазвития при обучении, является всеобъемлющее использование информационно-коммуникационных технологий. [8]

Групповые занятия рекомендуется проводить в форме интерактивных методов с вовлечением обучающихся в различные виды деятельности, с созданием рефлексивных ситуаций по развитию адекватного восприятия собственных особенностей и их влияния на социальную и профессиональную деятельность и общение: тренингов и имитационных игр, моделирующих самопрезентацию и трудоустройство, взаимодействие и взаимоотношения в социуме и в профессиональном коллективе, личностный рост и развитие профессиональной карьеры и т.д. [4]

В заключение отметим, что формированию самоорганизации обучающихся способствует искренняя заинтересованность преподавателей и мастеров производственного обучения в успехе обучающихся. Первостепенное значение имеет и сознательность в обучении. Нельзя преподавать, не обращая внимания на уровень понимания материала обучающимися и проведение системной диагностики. Если исходный уровень знаний ниже ожидавшегося, необходимы корректировка программы и заданий. Таким образом, преподаватель должен знать начальный уровень знаний и умений обучающихся, следить за методологической осмысленностью материала, его посильностью, последовательностью и дозировкой с учетом логики предмета, особенностей и психологии усвоения обучающимися. [11]

В современной профессиональной среде востребованными качествами работников помимо специальных знаний, умений и владений выступают целенаправленность (наличие цели, убеждений, смыслов), стремление к систематическому развитию и реализации собственного потенциала, эффективность в использовании возможностей, самостоятельность, регуляция собственного поведения, положительная самооценка и положительные отношения с другими людьми (коллегами, клиентами) и т.д. Высокий уровень данных профессиональных качеств, может быть обеспечен сформированной способностью к самоорганизации даже после окончания обучения. [12]

Предполагаю, что уровни сформированности способности к самоорганизации обучающегося можно разграничивать в зависимости от качества основной деятельности (учебной) и долей участия в ней обучающегося и преподавателя:

Уровень 1 – низкий. Вся аудиторная учебная деятельность осуществляется под руководством преподавателя. На этом уровне обучающийся осваивает базовые элементы самоорганизации (постановка цели, составление плана действий, распределение времени на каждый этап деятельности, выбор методов, технологий, средств реализации, проведение анализа деятельности и т.д.), наблюдая за деятельностью преподавателя и выполняя его указания. В рамках самостоятельной учебной деятельности обучающийся стремится осуществить деятельность по аналогии с аудиторной. При этом все параметры деятельности (цель, содержание, методы, технологии, средства и т.д.) изначально задаются преподавателем.

Уровень 2 – средний. Аудиторная учебная деятельность осуществляется обучающимся совместно с преподавателем, преподаватель задает ключевые параметры деятельности (цель, содержание), вариативные параметры (методы/технологии/средства, время на выполнение каждого этапа деятельности и т.д.) определяются обучающимся. Самостоятельная учебная деятельность проводится в подобном режиме.

Уровень 3 – высокий. Аудиторная и самостоятельная учебная деятельность организуется и осуществляется обучающимся в полном объеме. Преподаватель выступает в качестве наблюдателя/консультанта. [1]

Таким образом, формирование у обучающихся способности к самоорганизации является важным компонентом образования, т.к. данная компетенция обеспечивает выпускникам более эффективную профессиональную конкурентоспособность и реализацию. Данный процесс должен быть ориентирован на усвоение обучающимися знаний, умений, владений по организации различных этапов собственной деятельности и формирование сопутствующих личностных свойств, носить дифференцированный характер в зависимости от имеющихся особенностей обучающегося. Методики определения уровня сформированности способности к самоорганизации позволяют сделать формирующий процесс более корректным и продуктивным. Опыт формирования способности к самоорганизации в рамках учебной деятельности возможно в дальнейшем распространять на другие области жизнедеятельности обучающегося. [13]

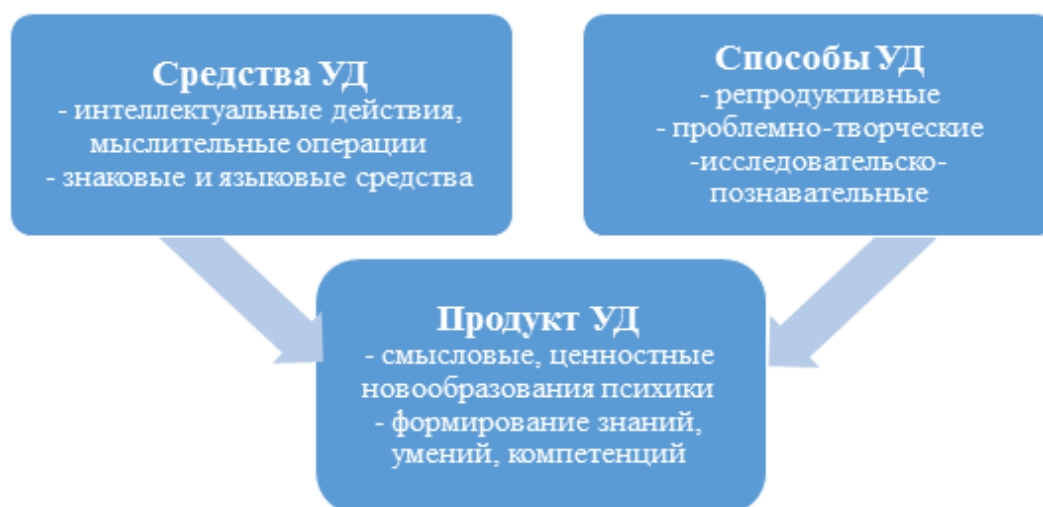
## Список используемых источников

1. Амирова С.С. Самоорганизация обучающего и обучаемого в учебно-воспитательном процессе непрерывного профессионального образования Автореф. дисс.... д-ра. пед.наук [Электронный ресурс]// [www.irbis.gnpbu.ru](http://www.irbis.gnpbu.ru)
2. Андреев В.И. О гарантированности качества высшего образования и саморазвития конкурентоспособной личности [Электронный ресурс]//<https://cyberleninka.ru/article/n/o-garantirovannoe-kachestva-vysshego-obrazovaniya-i-samorazvitiya-konkurentosposobnoy-lichnosti/viewer>
3. Бондаревская Е. В. Ценностные основания личностно-ориентированного воспитания / Е. В. Бондаревская // Педагогика. – 1995. – № 4. – С. 29–36.
4. Булатова О. С. Арт-педагогический подход в образовании / О. С. Булатова. – Тюмень: Изд-во ТГУ, 2004. – 232 с.
5. Галеева Н.А. Взаимосвязи в развитии навыков организации и самоорганизации студентов вуза // Вестник Красноярского государственного педагогического университета им.В.П.Астафьева. 2016. № 4 (38). С.191 – 195.
6. Дьяченко М.И. Психология: Словарь-справочник: личность, образование, самообразование, профессия/ М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович. Минск, 1998. 399 с.
7. Ерастов Н.П. Методика самостоятельной работы: Учебно-методическое пособие. М.: Мысль, 1985. 79 с.
8. Исаев И. Ф. Профессионально-педагогическая культура преподавателя: учеб. пособие для студентов высших учеб. заведений / И. Ф. Исаев. – М.: Академия, 2004. – 208 с.
9. Ишков Д.А. Психическая самоорганизация [Электронный ресурс]//<http://mgsu.ru/organizations/RealizDogovorov/realizatsiya-2009/2009-4.php>
10. Князькова О. Н. О понятии «культура самоорганизации личности студента» / О. Н. Князькова // Молодой ученый. – 2012. – № 11. – С. 428–432.
11. Нос Е.Ю. Способность к самоорганизации деятельности как критерий личностного потенциала и условие достижения психологического благополучия // Сибирский психологический журнал. 2009. № 34. С.106 – 108.
12. Савва Л. И., Солдатченко А. Л., Плотникова Е. Б., Рабина Е. И., Рязанова Л. С. Социализация студентов в профессиональном образовании. Москва. 2012. 300 с.
13. Салихова Н.Р. Самоорганизация на разных уровнях жизнедеятельности человека как субъекта жизни // Ученые записки Казанского университета. Серия Гуманитарные науки. 2014. Т.156, кн.6. С.199 – 211.
14. Сергеева Н. Ю. Арт-педагогическое сопровождение профессиональной подготовки будущего учителя: дис. ... д-ра пед. наук / Н. Ю. Сергеева. – Чебоксары, 2010. – 432 с.

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АЛГОРИТМОВ НА УРОКАХ ХИМИИ КАК УСЛОВИЕ ОПРЕДЕЛЯЮЩЕЕ УСПЕШНОСТЬ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ХОДЕ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС

Стандарты образования ставят перед педагогами одну важную цель — научить студентов обходиться без учителя. Для достижения данной цели преподавателям необходимо сформировать у обучающихся устойчивый навык самоорганизации и тем самым достигнуть хороших образовательных результатов. Рассмотрим структуру учебной деятельности на примере хорошо всем известного педагога, Д.Б. Эльконина. Автор рассматривал структуру учебной деятельности как цепочку: учебная цель - учебные действия - контроль - оценка. Часто, среди элементов учебной деятельности, рассматриваются такие, как мотивы, теоретико-познавательный интерес, эмоциональная окраска, средства (методы, способы), результат, характер процесса.

Для реализации поставленной задачи разберем такие элементы в структуре учебной деятельности, как средства учебной деятельности (УД), способы УД и продукт УД (рисунок1).



**Рисунок 1. Структура учебной деятельности**

Продуктом учебной деятельности является формирование знаний, умений и навыков в формировании необходимых компетенций. Достижение этих результатов возможно посредством появления новообразований психики в смысловой и ценностной сфере. В процессе обучения учащийся становится его субъектом, т.е. обучается ради самоизменения. Казалось бы, такой «побочный», случайный результат учебной деятельности, как самоорганизация, превращает-

ся в главную задачу, как для педагога, так и для самого ученика. Эта задача оказывается достаточно сложной, если задаться ее решением только в университете, желательно решать ее последовательно, начиная со школы, а в учреждении профессионального образования создать условия для её максимальной реализации. Эта задача требует перестройки всей логики организации обучения и взаимодействия преподавателя со студентами. Поэтому особое внимание при разработке блока «Технология» в нашей модели уделено компонентам педагогического процесса. Это эмоционально-мотивационный, содержательно-целевой, организационно-деятельностный и контрольно-оценочный компоненты.

В решении данного вопроса преподавателям можно применять в ходе своих занятий Алгоритмы.

Алгоритм – это упорядоченная конечная последовательность шагов в решении задачи, приводящая от исходных данных к требуемому результату, представленная с помощью точных и понятных команд.

Большинство действий, которые мы выполняем в течение своей жизни, требуют соблюдения ряда правил. От того, насколько верное представление имеет человек о том, что, как и в какой последовательности он должен сделать, зависит качество и результат выполнения поставленных перед ним задач. С детства родители пытаются выработать в своем чаде алгоритм основных действий, например: проснуться, заправить постель, умыться и почистить зубы, сделать зарядку, позавтракать и т. д., список, который человек всю жизнь выполняет с утра тоже можно считать своеобразным алгоритмом.

#### **Рассмотрим основные свойства алгоритма**

1. Дискретность (последовательность отдельных действий) — любой алгоритм должен представляться в виде ряда простых действий, каждое из которых должно начинаться после завершения предыдущего.

2. Определенность — каждое действие алгоритма должно быть настолько простым и понятным, чтобы у исполнителя не возникало вопросов и не оставалось свободы действий.

3. Результативность — описание алгоритма должно быть понятным и законченным, чтобы после выполнения всех инструкций задача достигала логичного конца.

4. Массовость — алгоритм должен быть применим к целому классу задач, решить которые можно, лишь поменяв в алгоритме цифры.

Хотя есть мнение, что последний пункт относится не к алгоритмам, а ко всем математическим методам в целом.

#### **Этапы работы по алгоритму:**

1. Формирование знаний о приеме
2. Развитие умений пользоваться приемом самостоятельно и в различных связях
3. Формирование умений пользоваться приемом по аналогии и в сходных условиях.

#### **Алгоритмы, которые я применяю на своих уроках:**

- правила составления электронной формулы;
- правила составления формул и уравнений;
- правила определения степени окисления и составления формул по степени окисления;
- правила составления уравнений реакций ионного обмена;
- правила составления уравнений методом электронного баланса;
- последовательность описания химических элементов, свойств веществ, протекания химических реакций;
- определенный порядок приготовления растворов заданной концентрации;
- рациональный способ решения расчетных и экспериментальных задач;
- оптимальный план проведения химического анализа неорганических и органических веществ;
- и другие

Работая по алгоритму, мы можем формировать самоорганизацию, которая является объектом педагогического воздействия. Навыки самоорганизации, так же как и прочие учебные навыки, прививаются в процессе учебной деятельности. Только научившись разбираться в собственных приоритетах и ставить цели, имея ясные ценностные ориентации, можно эффективно организовывать свою деятельность для получения знаний, умений, навыков и формирования требуемых компетенций в конкретной сфере.

### **Список используемых источников**

1. Приказ Министерства просвещения РФ от 17 мая 2021 г. № 253 “О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты среднего профессионального образования”
2. <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202006080007?index=2&rangeSize=1>
3. [https://pedsovet.su/metodika/priemy/6074\\_algorithmy\\_na\\_uroke](https://pedsovet.su/metodika/priemy/6074_algorithmy_na_uroke)
4. <https://infostart.ru/1c/articles/1006979/>
5. <https://videouroki.net/razrabotki/algorithm-ponyatie-svoystva-vidy.html>

**Е.Ю. Чурюмова**

### **СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ БАРЬЕРЫ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ САМООРГАНИЗАЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Вопросы самоорганизации деятельности обучающихся остаются актуальными в современной психолого-педагогической науке уже долгое время. Это продиктовано требованиями современного общества, ориентирующего человека на самореализацию своего уникального личностного потенциала, собственных целей, проектов, установок. Не смотря на это, процесс развития навыков



самоорганизации еще до конца не изучен, образовательная практика требует новых методик, приёмов, разработок.

Самоорганизацию деятельности в широком смысле слова можно рассматривать, как умение организовать себя на достижение своих целей. Целеполагание – базовый элемент самоорганизации деятельности личности, это осознанный процесс определения своих потребностей и мотивов, то есть постановка личных или рабочих целей.

В основе целеполагания всегда лежит потребность, так как в первую очередь цели исходят из того, что человеку действительно необходимо. Вторым элементом целеполагания является мотив – это то, что подталкивает личность к действию. При расстановке целей очень важно определить свой уровень мотивации, так как без нее достичь что-либо намного сложнее. Третья составляющая целеполагания – осознанность. Чтобы стремиться к цели – личной или коллективной, – необходимо делать обдуманый выбор, соответствующий внутренним мотивам, либо идти своим путем, осознавая саму цель и шаги к ней. То есть понимать, что и для чего человек делает. Это и есть осознанное целеполагание.

Кроме того, сегодня многие исследователи весь процесс самоорганизации делят на две части: целеполагание и целедостижение [1;202]. Чтобы двигаться к осуществлению своего желания методично и целенаправленно необходимо его осознать и сформулировать, то есть поставить цель. Максимальное сосредоточение на цели есть важнейшее качество людей, добивающихся выдающихся результатов в любом деле, в любой области. Даже малую долю своего потенциала невозможно реализовать, не научившись ставить цели.

Осознанная цель представляет собой образ конечного результата и, задавая направление движения, побуждает человека к действиям, не позволяя ему размениваться по мелочам, тратить время впустую. Получив конкретную цель, подсознание человека начинает по-новому перерабатывать всю поступающую информацию, безошибочно направляя личность на ее достижение и выдавая порой очень неожиданные и эффективные решения. Если цель ясна, а человек достаточно настойчив, то процесс достижения цели происходит почти автоматически. Но именно определение целей и является главной проблемой для большинства людей.

Исходя из этого, высокий уровень личной самоорганизации – это:

- автономность человека в организации собственной жизни;
- способность самостоятельно и осознанно ставить цели;
- умение анализировать ситуацию;
- умение моделировать работу по достижению выдвинутой цели;
- способность выделять критерии оценки ситуации и контролировать ход выполнения промежуточных и конечных результатов деятельности;
- навык адекватного и оперативного реагирования на любые изменения ситуации.

Наиболее обстоятельно позволяет выявить внутренний механизм процесса самоорганизации и её связь с умениями целеполагания голографическая мо-

дель процесса самоорганизации А.Д. Ишкова, которая включает в себя пять функциональных компонентов. По мнению автора, каждый компонент голографической модели процесса самоорганизации может быть рассмотрен как совокупность мини-процессов, повторяющих по составу и последовательности структуру «большого» процесса самоорганизации [3;84]. Компоненты голографической модели самоорганизации характеризуются следующими особенностями.

1. Целеполагание – это этап поиска, принятия, конкретизации и удержания цели (предполагаемого результата деятельности).

2. Анализ ситуации – это этап выявления и рассмотрения обстоятельств, существенных для достижения поставленной цели.

3. Планирование будущей деятельности. План представляет собой состав и последовательность действий.

4. Самоконтроль за ходом реализации плана, оценка выполняемых действий и выявление возможных отклонений.

5. Коррекция – это этап изменения человеком своих целей, способов и направленности анализа существенных обстоятельств, плана действий и др.

6. Волевые усилия – это компонент, характеризующий уровень развития у человека навыков регуляции собственных действий, психических процессов и состояний.

Важно, что в каждом из перечисленных мини-процессов участвуют волевые усилия, направленные на мобилизацию собственных сил и концентрацию активности субъекта в заданном направлении, что обеспечивает необходимое побуждение, инициирующее каждый мини-процесс этапа планирования и поддерживающий его в ходе осуществления.

Так почему же обучающиеся не ставят перед собой цели и тем самым нарушается развитие процесса самоорганизации?

Существуют как механизмы, помогающие запустить и поддержать процесс самоорганизации, так и, наоборот, ему препятствующие.

Во-первых, обучающийся как субъект не всегда готов взять на себя ответственность за собственную деятельность и жизнь в целом. Принятие на себя полной ответственности за свою жизнь и все, что в ней происходит, является первым шагом к постановке цели.

Во-вторых, барьером становится низкая самооценка обучающегося. Человек, живущий с ощущением того, что он ничего хорошего не заслуживает или, что он недостаточно талантлив, умён, подготовлен, вряд ли способен оптимистично смотреть вперед, ставить перед собой серьезные цели.

Третья причина в том то, что часто люди не осознают важности целеполагания. У обучающихся часто просто отсутствуют четко определенные цели, на достижение которых направлена их деятельность.

Четвертая причина – обучающиеся не знают, как это делается. Иногда можно получить университетский диплом, так ничего не узнав о целеполагании.

Пятая причина – это страх неудачи, включая в том числе, страх получить отказ и страх быть раскритикованным [1; 200].

Кроме того, ряд исследователей выделяют распространенные ошибки в целеполагании.

- Отсутствует конкретика, сроки не определены, не установлены качественные, количественные характеристики измерения результата.
- Нереалистичные цели. Человек должен научиться ставить реальные цели, не создавайте сами себе заведомо проигрышные условия.
- Не расставлены приоритеты. Хватаясь за все и сразу, человек, как правило, ничего не достигает.
- Нет плана работы. По плану работа идет быстрее и эффективнее.
- Нет контроля и анализа. Выявление и устранение ошибок, коррекция плана в связи с изменившимися условиями повышают эффективность всего процесса [2;59].

Зная ошибки целеполагания, дестабилизирующие процесс самоорганизации обучающимися собственной деятельности, в педагогическом процессе необходимо применять следующие психологические установки, повышающие эффективность самоорганизации и целеполагания. Данные установки формулируются как право человека на то, чтобы сохранять собственную позицию, целенаправленно реализовывать собственные замыслы, преодолевать барьеры самоорганизации деятельности. Например, это:

- право отказываться, не испытывая чувства вины, так как это может нарушать процесс реализации собственных целей;
- право не оправдываться перед другими за особенности своего поведения, т.к. человек зачастую ведет себя в соответствии с поставленными целями, другим не известными и для других не значимыми;
- право на то, чтобы не нравиться кому-то или, тем более, всем, т.к. человек проявляет те личностные качества, которые необходимы для достижения именно его целей;
- право на собственную оценку своих поступков, мыслей и чувств, т.к. сильная зависимость от мнения окружающих становится помехой для реализации собственных целей;
- право на ошибки и ответственность за них, т.к. путь к достижению цели всегда сопровождается ошибочными действиями, которые становятся базой личностного опыта;
- право решать, принимать ли на себя чужие проблемы и ответственность за них, т.к. каждый человек, помогая окружающим, прежде всего, должен нести ответственность за результаты собственной деятельности;
- право на нелогичное решение, в котором зачастую и проявляются индивидуальность личности и её стиль поведения и достижения поставленных целей;
- право на незнание, т.к. на пути к достижению цели возникает множество новых вопросов, ответы на которые человек, тем более, в процессе обучения и личностного становления, вправе не знать [4; 11].

Таким образом, социально-психологические барьеры формирования культуры самоорганизации деятельности обучающихся связаны, прежде всего, с нарушением процесса целеполагания как осознанной организации собственной деятельности на определение и достижение своих потребностей, желаний, замыслов. Преодоление данных барьеров должно быть связано с осознанием человеком прав на самореализацию, на отстаивание своих позиций, на сохранение собственной идентификации, при этом сохраняя конструктивные отношения с социальным окружением.

### **Список используемых источников**

1. Комова О. В. Теоретические основы педагогического сопровождения самоорганизации школьников // Научный журнал КубГАУ. –2015. – №114. – С. 202–222.
2. Орлова Д. В. Сущность понятия самоорганизация в психолого- педагогических исследованиях // Евразийский Союз Ученых. – № 4 (25). – 2016. – С. 57–59.
3. Розин А. А. Анализ механизмов развития универсальной компетенции самоорганизации на уровнях бакалавриата и магистратуры // Мир науки, культуры, образования. – 2019. – № 5 (78). – С. 83–85.
4. Трофимов К. В. Самоорганизация как условие организации жизнедеятельности студентов вуза // Научно-педагогическое обозрение. Pedagogical Review. – 2019.– № 5 (27). – С. 9–16.

## РАЗДЕЛ 6.

### ПРОБЛЕМЫ ЭКОЛОГИИ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ

Н.С. Близнюк – студентка,  
Н.В. Зайцева - научный руководитель

#### ТЕХНОЛОГИЯ ВЕБ-КВЕСТА КАК ОДИН ИЗ СПОСОБОВ РЕАЛИЗАЦИИ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ ИГРЫ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

В современном мире естественной средой жизнедеятельности молодежи выступает пространство Интернет среды, которое имеет более мощное воздействие на личность, чем образовательные учреждения. Поэтому, становится актуальным совместное творческое освоение Интернет-пространства, где участники образовательно-воспитательного процесса объединяются в единую структуру. Современные студенты – это будущие специалисты, от потенциала которых напрямую зависит формирование идеалов и ценностей, национальных идей и проектов России.

Актуальность выбранной темы состоит в том, что в современном образовательном пространстве появились новые технологии и формы взаимодействия педагогов с учащимися. Современный учащийся, это человек, разбирающийся в большинстве новейших «гаджетов», умеющий дискутировать и доказывать, искать и находить быстро информацию [2]. Для него интересным становится участие в новых интерактивных мероприятиях, позволяющих проявить себя среди сверстников, отличиться разносторонними знаниями и способностями. Благодаря неординарной организации образовательной деятельности и захватывающего сюжета, квест-технологии стали очень популярны среди подростков.

Детективный жанр очень популярен среди людей разных возрастов. Запутанные сюжеты, расследования и различные авантюры полностью захватывают и увлекают в таинственный мир. К тому же, детектив можно выбрать на любой вкус – будь то исторический, романтический, ироничный или политический.

Неудивительно, что элементы детективных расследований, отражающиеся в образовательных технологиях развивающего, проблемного, эвристического, проектного обучения, так динамично внедряются в учебно-воспитательные процессы образовательных учреждений.

Веб-квест «Экологическое агентство» создан на платформе wix.com <https://aminaschihahmedovv.wixsite.com/my-site>. Исследовательская игра предполагает разбор конкретных проблемных экологических ситуаций и активную самостоятельную деятельность учащихся по их изучению, в результате чего и происходит творческое овладение практическими знаниями, навыками, умениями и развитие мыслительных способностей.

Цель итоговой работы - активизация экологической деятельности учащихся посредством использования квест-технологии, переориентация студентов из позиции потребителя информации в активного участника образовательного процесса.

Для реализации цели были сформулированы задачи работы:

- изучить методическую литературу по использованию квест-технологии;
- описать стратегию проведения экологической квест-игры;
- активизировать экологическое образование учащихся путем использования квест-технологии;
- использовать новые интерактивные технологии и формы взаимодействия педагогов с обучающимися в учебной и творческой деятельности.

Квест-технология прочно закрепилась в образовательном пространстве, является педагогической технологией, потому что открывает возможность изучения учебных предметов в новом образовательном формате [1],

Квест-технология является педагогической технологией, потому что открывает возможность изучения учебных предметов в новом образовательном формате [2].

Участники веб-квеста должны овладеть навыками:

- использования информационных технологий для решения поставленных задач (в т.ч. для поиска необходимой информации, оформления результатов работы в виде компьютерных презентаций, веб-сайтов, флеш-роликов);
- самообучения и самоорганизации;
- работы в команде (планирование, распределение функций, взаимопомощь, взаимоконтроль);
- принятия самостоятельных решений, поиска альтернативных творческих вариантов решения проблемных ситуаций;
- публичного выступления (обязательно проведение предзащит и защит проектов с выступлениями авторов, с вопросами, дискуссиями).

Вариации проведения веб-квеста могут быть разные. Экологические агентства ведут расследования по поступившим заявлениям от жителей города. После выполнения заданий студентам выдаются «улики» - буквы, из которых на финишном задании необходимо сложить предложение.

Отличительная особенность данной игры заключается в том, что обучающиеся решают не выдуманные, а реальные задачи, тем самым получают «продукт», который отражает действительную жизненную ситуацию, и всё это делается в непринуждённой игровой форме с соответствующей атрибутикой

В игре участвует несколько команд по 6 человек.

В начале игры предстоит собрать команду экологического агентства, дать ему название, выбрать капитана и подать заявку на участие в игре, заполнив регистрационную форму.

Каждой команде предстоит побывать на 6 игровых станциях.

Для ориентирования по квесту участникам предлагается скачать и распечатать карту движения, где команда делает отметки.

На этом же этапе обучающиеся знакомятся с памятками по совместной работе в сети и информацией о безопасной работе в Интернете и сетевом этикете. Команда может начать с любого места на карте. Одно из заданий предполагает сборку пазла в сервисе Learning, собрав который получается картинка указывающая движение по маршруту и получают две буквы – подсказки.

В следующем задании необходимо разобраться с жалобами жителей города об утилизации отходов. Результаты исследования студенты оформляют с помощью Google – презентации при совместном доступе.

Есть задание, где жители просят агентство найти растения, которые наиболее часто встречаются в нашей местности. Выполняя исследовательскую работу студенты узнают из интернет источников об особо охраняемых растениях на территории нашей страны. Отчет оформляют как коллаж с помощью онлайн сервисов и размещают на сайте квеста. Выполняя другие задания, студенты создают видеофильм (о сборке мусора), разрабатывают информационный буклет (о влиянии экологической обстановки города на здоровье человека) и заполняют и google-форму.

Игра считается законченной, если команда пройдет все станции и соберет из подсказок предложение - девиз. После прохождения всех станций у каждой команды должна быть заполнена карта продвижений. Каждый участник квеста получает сертификат.

Экологический квест создаёт атмосферу познания и соперничества, закрепляет знания о природных объектах местности.

В условиях современной экологической ситуации этот проект очень актуален, ведь взаимодействие человека и природы очень сложный процесс, и каждый должен понимать, что без перестройки сознания человека и его отношения к природе, наша жизнь находится в большой опасности.

### **Список используемых источников**

1. Осяк С. А., Султанбекова С. С., Захарова Т. В., Яковлева Е. Н., Лобанова О. Б., Плеханова Е. М. Образовательный квест – современная интерактивная технология/С. А. Осяк [и др]//Современные проблемы науки и образования – 2015 - № 1,2

2. Полат Е. С., Бухаркина М. Ю. Моисеева М. В., Петров А. Е. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования/ Учебное пособие для студ. пед. вузов и системы повыш. квалиф. пед. кадров/под ред. Е. С. Полат – М: Издательский центр «Академия», 2001

3. Жуковская, Р. И. Игра и ее педагогическое значение. [Текст] / Р.И. Жуковская. – М.: Просвещение, 1975.

4. Николаева, С. Н. Теория и методика экологического образования детей. [Текст] / С. Н. Николаева. – М.: Издат. центр Академия, 2002. – 336 с.

## АКТУАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДОШКОЛЬНИКОВ

Сегодня взаимодействие человека и природы превратилось в одну из актуальных тревожных проблем, в связи с этим важной задачей общества является формирование экологической культуры подрастающего поколения.

Экологическое образование личности предполагает формирование экологической культуры уже с дошкольного возраста. В проекте федерального закона «Об экологической культуре», концепции дошкольного воспитания подчеркнуто, что именно в дошкольном возрасте закладываются этические принципы отношения к природе.

Целью экологического воспитания дошкольников, является воспитание экологической культуры, т.е. выработка навыков гуманно-действенного и эмоционально-чувственного взаимодействия с природными объектами, понимание детьми элементарных взаимосвязей, существующих в природе, и особенностей взаимодействия человека и общества. В настоящее время появился ряд исследований в области экологического образования детей дошкольного возраста (В.П. Арсентьева, Н.Н. Вересов, Т.А. Маркова, М.Ю. Попова), в которых рассматриваются отдельные аспекты формирования экологической культуры.

В дошкольные годы необходимо воспитание потребностей, поведения и деятельности, направленных на соблюдение здорового образа жизни, улучшения состояния окружающей среды. Ребенок должен получить начальные сведения о природе и целесообразности бережного отношения к растениям, животным, о сохранении чистоты воздуха, земли, воды.

Природа - необходимое условие становления целостной личности. Сведения о природе имеют большое значение в формировании начинаний экологической культуры, в воспитании разносторонней гармоничной личности, ориентированной на воссоздание экологической культуры общества, комплексный подход, который предусматривает развитие чувственной сферы, усвоения определенного круга знаний и овладения практическими умениями. В экологическом образовании дошкольников еще много нерешенных проблем. Для современного образования характерно обострение противоречия между актуальной потребностью в формировании экологической культуры подрастающего поколения и неразработанностью ее теоретико-методологических основ.

Экологическая культура - это новая дисциплина, возникшая в рамках Культурологии. Сущность понятия «экологическая культура» рассматривается разными исследователями и в разных аспектах. Одни ученые считают, что экологическая культура должна быть связана с социально-нравственной деятельностью, вызывая потребность в улучшении окружающей среды. Другие связывают сущность понятия с природоиспользованием, с осознанием опасности, недопустимости хищнического использования ресурсов. Третьи говорят о необходимости переориентации нашего мышления, которое в центр всего ставило



человека на то, чтобы рассматривать человека наравне с природой. Академик Лихачев рассматривает экологическую культуру как производное от экологического сознания, поэтому она должна строиться на экологических знаниях, глубокой заинтересованности человека в природоохранной деятельности в грамотном ее осуществлении и богатстве нравственно-эстетических чувств и переживаний, порождаемых общением с природой.

С конца 20 века понятие «экологическая культура» рассматривается как феномен общей культуры человека.

Ясвин В.А. дает другое определение. Экологическая культура - это способность людей пользоваться своими экологическими знаниями и умениями в практической жизни.

По мнению А.А. Вербицкого, экологическая культура выступает как совокупность опыта взаимодействия людей с природой, обеспечивающая выживание и развитие человека.

В.А. Игнатова, изучая процесс становления экологической культуры у школьников, выделила критерии её сформированности: поступки, поведение, деятельность человека, а также ключевые показатели экологической культуры: обобщенная картина мира, понимание системности и процессуальности мира, экологическое мышление, экологически целесообразная деятельность. А первоосновой экологической культуры должно быть знание экологических законов природы.

Экологическая культура - одно из сложных психических образований - формируется через развитие нравственных черт личности. Для этого человек должен в своей деятельности руководствоваться экологическими, этическими, эстетическими и социальными критериями. Экологическая культура включает в себя культуру труда и широкую (естественнонаучную, философскую, политическую, правовую, нравственную) образованность. Культура труда основывается на принципе природосообразности, который включает осознание человеком себя как части природы.

Экологическая культура предполагает определенную степень осмысления мира. На этапе дошкольного детства ребенок начинает осознавать живое и неживое, себя как живое существо. Происходит постепенный переход от эмпирически складывающейся культуры взаимодействия человека со средой обитания и различными её представлениями до осознанного понимания этого взаимодействия. Конечно же, у детей складываются лишь первые представления о жизни природы, но тем важнее отобрать для них базовый минимум экологических знаний, который в последствии составит фундамент для овладения наукой естествознания.

В детском саду закладываются основы экологической культуры в совместной деятельности педагога и ребенка. Понятие «экологическая культура» сложное и многогранное - это сложная категория, которая включает в себя: сознание, экологическое мышление, отношение, деятельность, которая берет начало в дошкольном возрасте и развивается на протяжении всей жизни человека. Становление ее происходит при участии и

под руководством взрослого. Поэтому педагог должен быть носителем экологической культуры. Экологическую культуру дошкольников Н.А. Рыжова определяет как качество личности, компонентами которой являются: интерес к природе и проблемам ее охраны; знания о природных объектах и способах их охраны, защиты живого; нравственные и эстетические чувства по отношению к природе; экологически грамотная деятельность по отношению к природной среде (совместно со взрослыми); мотивы, определяющие деятельность и поведение личности в природном окружении.

Формирование основ экологической культуры дошкольников - это становление осознанно-правильного отношения к природе. Такое отношение включает интеллектуальный, эмоциональный и действенный компоненты. Их сочетание составляет нравственную позицию ребенка, которая проявляется в разных формах его самостоятельного поведения. Исходным звеном воспитания осознанного - правильного отношения к природе является система конкретных знаний, отражающая ведущие закономерности живой природы: многообразие видов, их приспособленность к среде обитания, изменения в процессе роста и развития, жизнь в обществе. Возможность усвоения таких знаний детьми 5-7 лет доказана педагогическими исследованиями многих ученых (И.А. Комарова, Н.Н. Кондратьева, Саморукова П.Г., И.А. Хайдуровой). В концепции экологического образования (С.Н. Николаева) в ДОУ указывается, что формирование основ экологической культуры как качества личности включает: формирование знаний и отношения к природе, ее единству, ее значению для жизни человека, взаимодействие в системе человек – природа – общество; формирование интеллектуальных и практических умений средствами игр; воспитание ценностных ориентаций экологического характера; формирование мотивов, потребностей, привычек целесообразного поведения и деятельности, способности нравственных суждений, в том числе и в ходе игровой деятельности; участие в активной практической деятельности по охране окружающей среды. Итак, разные исследователи неоднозначно трактуют структурно - компонентный состав данного понятия, что дает право обосновать собственный подход к определению его сущности.

Экологическая культура как одно из базовых оснований личности представляет собой сформированность духовно-нравственного сознания и эмоционально-окрашенного отношения дошкольника к природе. Первоначальные элементы экологической культуры дошкольников складываются на основе взаимодействия детей с предметно-пространственным миром, который их окружает. Дальнейшее воспитание экологической культуры в детях идет под воздействием системного подхода - решение дидактических проблем связывается с процессом обучения, у которого точно заданы цели, определены и описаны пути их достижения.

Для формирования экологической культуры у детей дошкольного возраста были выявлены три педагогических условия: создание развивающей предметно-пространственной экологической среды в ДОУ; включение дошкольника

в природоохранную деятельность как форма экологического образования; взаимодействие с родителями как условия формирования экологической культуры.

В системе воспитания экологической культуры у детей 5- 7 лет важна и диагностика экологической грамотности детей. Данные этапы в работе воспитателя: цель - процедура - результат. Не всегда результат скажется сейчас же.

Он может появиться гораздо позже.

Знакомя дошкольников с природой, педагог должен учитывать возрастные особенности детей и организовать их деятельность так, чтобы они активно обращались с природой, овладевая новыми навыками и умениями. Дети рано начинают замечать и интересоваться окружающими объектами неживой и особенно, живой природой. Природа привлекает внимание детей сезонными изменениями, яркостью красок, запахами, звуками. Знакомясь с природой, дети открывают для себя новый мир: они трогают руками, нюхают, рассматривают.

Воспитать экологически культурного человека следует с раннего возраста. Учитывая наглядно-действенное мышление детей этого возраста. Знакомство с окружающей средой должно включать наблюдения, на основе которых и разовьется интерес к живой и неживой природе: в доступной форме следует показать ребенку, что все в природе находится в определенной связи, зависимости.

Старший дошкольный возраст - самоценный этап в процессе развития основ экологической культуры. В этот период происходит качественный скачок. В значительной степени определяющий процесс развития экологической культуры личности, в дальнейшем выражающийся в формировании у ребенка осознанного отношения к окружающему миру. В старшем дошкольном возрасте более отчетливо проявляются элементы основ экологической культуры ребенка и интерес к природе, к определенным видам деятельности, эмоциональные реакции, более сознательные оценки поведения людей в природе, формируется способность к мотивационной оценке поведения в природе.

Итак, понятие экологической культуры соединяет в себе: знание основных законов природы; понимание необходимости считаться с этими законами и руководствоваться ими во всякого рода индивидуальной и коллективной деятельности; стремление к оптимальности в процессе личного и производственного природопользования; выработку чувства ответственного отношения к природе, окружающей человека среде, здоровью людей.

Таким образом, экологическая культура охватывает интеллектуальные, эстетические и этические, деятельно - волевые аспекты человеческой жизни, практику бытовой и профессиональной деятельности. Таким образом, экологическая культура - это сложная категория, которая развивается на протяжении всей жизни человека; но начало оно берет в дошкольном детстве, ее становление происходит при участии и под руководством взрослого.

Воспитание экологической культуры - долгий путь формирования способов взаимодействия с природой. Чем раньше начинается воспитание, тем ощутимее его результаты.

Понимание элементарных связей, существующих в природе, чувство сопереживания всему живому, действенная готовность его созидать, восприятие красоты природы, понимание самооценности здоровья, бережное отношение к предметам рукотворного мира: вот составляющие экологической культуры, формирование которых сопутствует полноценному развитию личности маленького ребенка.

### Список используемых источников

1. Андреев В. И. Диалектика воспитания и самовоспитания творческой личности/ В. И. Андреев. – Казань: Изд-во КГУ, 1988.
2. Венгер Л. А. Воспитание и обучение: (дошкольный возраст): учеб. пособие/ Л. А. Венгер. – М.: Просвещение, 2009.
3. Веретенникова С. А. Ознакомление дошкольников с природой/: учебник для учащихся пед. училищ по спец. № 2002 «Дошкольное воспитание» и № 2010 «Воспитание в дошкольных учреждениях». / С.А. Веретенникова. – М.: Просвещение, 1980.
4. Виноградова Н. Ф. Умственное воспитание детей в процессе ознакомления с природой. Пособие для воспитателя детского сада. / Н. Ф. Виноградова. – М.: Просвещение, 2005г
5. Воронина К.С. Проблемы и перспективы экологического образования в дошкольном учреждении/ К.С. Воронина. // Дошкольное образование.– 2015. – №5. – 36 с.
6. Дерябо С. Д. Экологическая педагогика и психология. / С.Д. Дерябо, В.А. Ясвин. – Ростов–на–Дону: Изд-во «Феникс», 1996.

**Н.С. Погорелова,  
А.П. Мурадова**

### АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНО-ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ ТЕХНИКУМА

Человечество, вступив в третье тысячелетие, стало более глубоко осмысливать проблемы, которые накопились за всю историю его существования. Некоторые из проблем имеют локальный характер, но есть и глобальные, в частности, социально-экологические, рассматривающие проблемы взаимодействия в системе «общество - природа».

Система экологического воспитания студентов нашего техникума готовит будущего специалиста к экологически целесообразной деятельности в любой сфере активности: будь то в профессиональной производственной деятельности или на отдыхе и в быту. Ее основные цели и задачи, методологические принципы и подходы отражены в Концепции воспитательной работы техникума, над реализацией которой работает весь педагогический коллектив.

Анализ теории и практики экологического образования в образовательных учреждениях среднего профессионального образования свидетельствует о том, что его основной задачей должно стать формирование социально-экологической активности студентов. Связано это с тем, что, с одной стороны, любая экологическая деятельность носит социальный характер, т.к. осуществляется в обществе и в интересах общества, ради сохранения комфортной и безопасной среды существования цивилизации. С другой стороны, эффективной экологической деятельностью будет только при условии проявления активности каждым членом общества. Таким образом, можно предположить, что организация в техникуме целенаправленной работы по развитию социально-экологической активности будущих специалистов является залогом стабильности и экологического благополучия региона, страны и в конечном итоге – человечества.

Однако практическая реализация поставленной задачи связано с необходимостью решения некоторых проблем. Так, одним из условий успешности работы ссуза по развитию экологической активности студентов является её соответствие уровню сформированности их экологической культуры. При этом деятельность всех структур и подразделений учебного заведения в этом направлении должна проводить системно и целенаправленно. Необходимы отбор и разработка специальных форм и методов проявления социально-экологической активности студентов с учетом профиля подготовки, особенностей предстоящей профессиональной деятельности и личностных особенностей обучающихся. Таким образом постепенно должно осуществляться развитие творческой личности, умеющей объяснять различные явления природы, прогнозировать результаты своей профессиональной деятельности в системе «природа-человек» и предпринимать адекватные меры по преодолению возникающих проблем. При этом включенность в сложное социальное и производственное пространство помогает будущему специалисту в выработке демократических и профессиональных норм общения – гибкости мышления, коммуникативности, эмпатии, а также формирует широкий круг социально-экологических знаний и интересов.

Развитие социально-экологической активности студентов - сложный процесс, который обеспечивается согласованными влияниями политики, права, науки, производства, образования и просвещения. В значительной мере он определяется состоянием научных исследований в области проблем и перспективы отношений человека и природы. Поэтому есть все основания утверждать, что развитие социально-экологической активности будущих специалистов среднего звена обусловлено изменениями современных тенденций в науке и степенью их включения в непосредственную исследовательскую деятельность.

Поскольку наука, техника и производство выступают в качестве важнейших источников формирования содержания профессионального образования, необходимо рассмотреть основные особенности их взаимосвязи на современном этапе как объективной основы дидактической интеграции в целях развития социально-экологической активности студентов.

Сегодня на место работника, непосредственно включающего свои трудовые усилия в технологический цикл производства, приходит специалист нового типа, стремящийся к управлению производственным процессом, в определенной степени выполняющий функции программиста, наладчика, оператора, технолога, инженера и вместе с тем понимающий всю степень ответственности за потребительский характер нашей цивилизации.

Экологический подход позволяет рассматривать в широком смысле гармонизацию человека и его социального и физического окружения, в более узком смысле - взаимные адаптивные процессы, необходимые для такой гармонизации. В науке в качестве самостоятельного направления выделяется экосистемный подход.

Суть экосистемного подхода заключается в обеспечении успешного социально-экологического функционирования человека через развитие индивидуальности, самобытности, самооценности как активного носителя субъективного опыта. Средством деятельности в этом подходе являются взаимодействия - связи, возникающие в процессе жизнедеятельности, с помощью которых человек строит свое окружение и под его влиянием изменяется сам.

Таким образом, перед ссузами поставлены ответственные задачи: заблаговременно и планомерно обучать специалистов среднего звена, уровень подготовки которых не только отвечал бы требованию научно-технического прогресса, широким техническим и экономическим знаниям, но и включал социально-экологическую активность.

**В.А Свенсен.,  
К.С. Свенсен**

## **ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ**

Состояние здоровья человека на 30 - 40 % зависит от качества окружающей среды. Среди таких экологозависимых заболеваний онкологические, заболевания верхних дыхательных путей, органов пищеварения, врожденные пороки развития и др. В целом, состояние здоровья населения более объективно, чем показатели загрязнения воздуха, воды и почв показывает, что на многих территориях экологическая обстановка в области крайне неблагоприятна.

Особо хочется отметить проблемы охраняемых природных территорий региона.

В области 54 особо охраняемых природных территорий: семь природных парков (Волго-Ахту бинская пойма, Донской, Нижне-хопёрский, Усть-Медведицкий, Цимлянские пески, Щербаковский, Эльтонский), 18 памятников природы, восемь государственных природных заказников регионального значения (в т.ч. шесть охотничьих - Задонский, Куланинский, Кумылженский, Лещевский, Ольховский, Раздорский), 18 территорий особой ценности для сохранения объектов растительного и животного мира, занесенных в областную Красную Книгу, одна лечебно-оздоровительная местность и курорт, один охраняемый

ландшафт. Общая площадь ООПТ составляет 8,7 % от общей площади региона (986,6 тыс. га), что близко к среднему по России. В 2011 г. ЮНЕСКО включило территорию Волго-Ахтубинской поймы в список Всемирной сети биосферных резерватов. В 2011 г. создано семь новых памятников природы («Камышинские горы «Уши» и «Лоб», «Урочище Косарка», «Голубинский песчаный массив», «Козий Яр - Ледниковая морена», «Соколовский пионовый луг», «Салтовский лес», «Грядина»). Но в целом, ситуация с охраняемыми природными территориями области не благоприятна. Область - среди немногих в России, где нет ни одного государственного заповедника. В 2006 г. из ООПТ области были исключены семь охраняемых природных территорий в Волгограде, под предлогом, что ООПТ на территории города должен содержать муниципалитет. Несомненно, это было сделано под давлением застройщиков: бывший памятник природы «Григорова балка» уже застроен. На границе Кировского и Советского районов Волгограда официально планировалось создать региональный ботанический сад, но на этом месте возник очередной гипермаркет. Ежегодно сокращается число сотрудников всех природных парков.

Приведенные выше материалы показывают, что экологическая ситуация в области не улучшается, а ухудшается, а значит - предпринимаемые усилия оказываются недостаточными и неэффективными. Экологическое неблагополучие становится тормозом социально-экономического развития области.

Для решения проблем охраны биоразнообразия необходимо изменение отношения к ним Администрации области, как малозначащим, и, как минимум, разработать и принять целевые программы по:

- снижению опасности природных пожаров;
- восстановлению рыбных богатств;
- озеленению городов и других поселков;
- развитию лесного хозяйства (включая лесо-, поле- и водозащитные насаждения на основе современных технологий и устойчивых к местным условиям форм):
- развитию экологического туризма и рекреации (включая спортивную и любительскую рыбалку и охоту).

Таким образом, приоритетным для власти должно стать привлечение инвестиций для развития производства, с учетом обеспечения экологической безопасности и благополучия населения Волгоградской области.

## СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

- Абросимова Л.В.** учитель технологии МКОУ "Отрадненская средняя школа городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Агафонова Н.В.** учитель русского языка и литературы ГКОУ "Михайловская школа-интернат"
- Алексеев Г.В.** музыкальный руководитель структурного подразделения "Родничок" МБДОУ "Детский сад комбинированного вида "Лукоморье" городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Алмазова Е.В.** учитель английского языка МКОУ "Кумылженская средняя школа №1 имени Знаменского А.Д. Кумылженского муниципального района Волгоградской области"
- Антонова В.В.** студентка ГАПОУ "Волгоградский социально-педагогический колледж"
- Антоньева О.А.** преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова"
- Бабенко Л.А.** воспитатель структурного подразделения "Созвездие" МБДОУ "Детский сад комбинированного вида "Лукоморье" городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Батурина Т.И.** преподаватель ФГБОУ ВО "Волгоградский государственный технический университет", Себряковский филиал
- Барышникова Н.Б.** преподаватель ФГБОУ ВО "Волгоградский государственный технический университет", Себряковский филиал
- Близнюк Н.С.** студентка ГБПОУ "Дубовский педагогический колледж"
- Богачева Н.В.** учитель начальных классов МКОУ "Средняя школа № 3 городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Богучарская О.И.** учитель начальных классов МКОУ "Средняя школа № 11 городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Бумагина О.Н.** преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова", руководитель центра героико-патриотического воспитания "Русь"
- Бурдынова Л.Г.** учитель начальных классов МКОУ "Средняя школа № 9 городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Бурлакова А.С.** мастер производственного обучения ГБПОУ "ВПТ"
- Васильев В.Н.** преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова"



- Витаева А.И.** студентка ГБПОУ "Дубовский педагогический колледж"
- Гамзатова З.А.** студентка ГБПОУ "Дубовский педагогический колледж"
- Гребнева Е.А.** преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова", почетный работник СПО Волгоградской области
- Гусева З.П.** преподаватель физвоспитания ГБПОУ "Дубовский педагогический колледж"
- Егунова Г.В.** председатель ПЦК физической культуры, преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова", отличник народного просвещения
- Елатонцев А.О.** учитель физики и математики ГКОУ "Михайловская школа-интернат"
- Железнякова С.В.** воспитатель структурного подразделения "им. П.А. Юдина" МБДОУ "Детский сад комбинированного вида "Лукоморье" городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Заболотнева И.Б.** методист, преподаватель психолого-педагогических дисциплин ГБПОУ "Дубовский педагогический колледж", магистр педагогики
- Зайцева Н.В.** преподаватель ГБПОУ "Дубовский педагогический колледж"
- Знаешева С.Б.** учитель физической культуры МКОУ "Средняя школа № 4 городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Каблова Т.Н.** председатель ПЦК математических и естественнонаучных дисциплин, преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова"
- Казакова А.Ф.** ФГАОУ ВО "ВолГУ", к.п.н., доцент
- Кандыбина А.В.** студентка 2 курса ФГАОУ ВО "ВолГУ" ИИМОСТ, программа магистратуры «Педагогическое образование», профиль Педагогика поддержки одаренных
- Кириличева Н.Г.** учитель русского языка и литературы МКОУ "Рогожинская основная школа городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Косминская Т.В.** музыкальный руководитель структурного подразделения "Ромашка" МБДОУ "Детский сад комбинированного вида "Лукоморье" городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Кряковская О.Н.** преподаватель Себряковского филиала ФГБОУ ВО "Волгоградский государственный технический университет"
- Кулябкина А.В.** педагог-психолог МКОУ "Средняя школа №3 городского округа город Михайловка Волгоградской обла-

- сти"
- Кулябкина О.В.** учитель начальных классов МОУ "Средняя школа №14 "Зеленый шум" г. Волжского Волгоградской области"
- Купряхина Е.М.** студентка ФГБОУ ВО "Волгоградский государственный технический университет", Себряковский филиал, отделение СПО
- Кустова М.Л.** заведующий отделением ГАПОУ «Волгоградский социально-педагогический колледж»
- Лобова Е.С.** учитель начальных классов МКОУ "Рогожинская основная школа городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Макарова Л.М.** преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова"
- Масленникова Е.П.** учитель русского языка и литературы МКОУ "Средняя школа № 3 городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Мелихова Е.А.** преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова"
- Мельникова С.А.** учитель английского языка МКОУ "Отрадененская средняя школа городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Меркулова Н.В.** воспитатель структурного подразделения "Октябренок" МБДОУ "Детский сад комбинированного вида "Лукоморье" городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Мурадова А.П.** преподаватель ГБПОУ "ВПТ"
- Никулова И.А.** воспитатель структурного подразделения "Теремок" МБДОУ "Детский сад комбинированного вида "Лукоморье" городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Носова Е.С.** воспитатель МКДОУ детский сад №4 "Колокольчик" г. Серафимовича Волгоградской области
- Объедкова Л.В.** учитель математики ГКОУ "Михайловская школа-интернат"
- Осипова Т.Е.** председатель ПЦК социально-гуманитарных и юридических дисциплин, преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова", почетный работник СПО Волгоградской области
- Паратунова О.В.** преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова"
- Платонова О.М.** преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова"
- Плешакова А.В.** преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова"
- Погорелова Н.С.** преподаватель ГБПОУ "ВПТ"
- Просветухина Е.Б.** методист, преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова", почетный работник СПО Волгоградской области

- Разуваева Е.А.** учитель английского языка МКОУ "Кумылженская средняя школа №1 имени Знаменского А.Д. Кумылженского муниципального района Волгоградской области"
- Редкозубов В.И.** преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова", почётный работник НПО РФ
- Рыбальченко Е.М.** студентка ГБПОУ "Дубовский педагогический колледж"
- Рыбальченко М. М.** студентка ГБПОУ "Дубовский педагогический колледж"
- Садкова Л.М.** зав. отделом учебно-производственной практики, преподаватель изобразительного искусства с методикой преподавания ГБПОУ "Дубовский педагогический колледж", Почетный работник среднего профессионального образования Российской Федерации
- Сафронова М.В.** студентка 1 курса ФГАОУ ВО "ВолГУ" ИИМОСТ, программа магистратуры «Педагогическое образование», профиль Педагогика поддержки одаренных
- Сбойчаков Д.А.** преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова"
- Свенсен В.А.** председатель ПЦК экономических дисциплин, преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова"
- Свенсен К.С.** студентка ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова"
- Семёнова Е.С.** преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова"
- Синицына Т.М.** преподаватель ОБЖ ГБПОУ "Волгоградский технологический колледж"
- Сидорова М.Г.** воспитатель структурного подразделения "Октябренок" МБДОУ "Детский сад комбинированного вида "Лукоморье" городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Скуратов И.В.** преподаватель естественнонаучных дисциплин ГАПОУ "Волгоградский социально-педагогический колледж", кандидат сельскохозяйственных наук
- Смирнова В.Г.** преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова", почетный работник СПО Волгоградской области
- Смоляева Н.В.** преподаватель психолого-педагогических дисциплин ГБПОУ "Дубовский педагогический колледж"
- Солодова Н.В.** учитель русского языка и литературы ГКОУ "Михайловская школа-интернат"
- Сукочева Н.В.** учитель физической культуры МКОУ "Кумылженская средняя школа №1 имени Знаменского А.Д. Кумылженского муниципального района Волгоградской области"
- Сучкова А.С.** преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова", отличник физической культуры и спорта

- Ткаченко Т.В.** - учитель начальных классов МКОУ "Средняя школа № 3 городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Ткаченко Ю.В.** студентка ФГБОУ ВО "Волгоградский государственный технический университет", Себряковский филиал, отделение СПО
- Терехова И.С.** учитель русского языка и литературы МКОУ "Кумылженская средняя школа №1 имени Знаменского А.Д. Кумылженского муниципального района Волгоградской области"
- Тытюк Н.С.** преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова"
- Филева К.А.** студентка ГБПОУ "Дубовский педагогический колледж"
- Филина Н.Н.** воспитатель структурного подразделения "Октябренок" МБДОУ "Детский сад комбинированного вида "Лукоморье" городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Фурсова О.В.** учитель начальных классов Государственное казённое специальное (коррекционное) образовательное учреждение для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья «Михайловская специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III,IV вида» Волгоградской области.
- Харсеева О.В.** преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова"
- Харитонов Д.И.** студент ГБПОУ "ВПТ"
- Чурюмова Е.Ю.** преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова", к.п.н.
- Шаревич А.В.** преподаватель физической культуры ФГБОУ ВО "Волгоградский государственный технический университет", Себряковский филиал, отделение СПО
- Шилина А.В.** учитель иностранных языков МКОУ "Реконструкторская средняя школа городского округа город Михайловка Волгоградской области"
- Шлыкова А.А.** студентка ГБПОУ "Дубовский педагогический колледж"
- Янкина В.Г.** преподаватель ГБПОУ "МППК им. В.В.Арнаутова"