

Государственное бюджетное учреждение
дополнительного профессионального педагогического образования
центр повышения квалификации специалистов
«Информационно-методический центр»
Кировского района Санкт-Петербурга

ПРИОРИТЕТЫ

ОПЫТ

ИННОВАЦИИ

СОТРУДНИЧЕСТВО

КАЧЕСТВО

№ 1, 2019

Санкт-Петербург

2019

ПОИСК: приоритеты, опыт, инновации, сотрудничество, качество.
Выпуск №1, 2019 – СПб.: Информационно-методический центр Кировского района Санкт-Петербурга, 2019. – 122 с.

ПИ № ТУ 78 – 01073

Тематический выпуск альманаха «Поиск» посвящен реализации здоровьесозидающей деятельности в образовательных учреждениях Санкт-Петербурга.

Выпуск адресован руководителям и специалистам Служб здоровья образовательных учреждений, педагогам образовательных учреждений.

Материалы издаются в авторской редакции.

ПИ № ТУ 78 – 01073

Зарегистрирован в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.

Свидетельство о регистрации СМИ ПИ №ТУ 78-01073 от 28.02.2012.

© Коллектив авторов, 2019

© Информационно-методический центр Кировского района Санкт-Петербурга, 2019

Содержание

Федорчук О.Ф., Кот Т.В.

Здоровьесозидающая деятельность в системе образования Кировского района:
ресурсы, возможности, результаты 5

Актуальные теоретические вопросы и практический опыт реализации здоровьесозидающего подхода в образовании

Татарникова Л.Г.

Здоровая личность: ноосферный контент 11

Каштанова М.Н., Романова М.И.

Комплексно-целевая программа ГБОУ лицея № 378 Кировского района Санкт-Петербурга по формированию экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся «ЗДОРОВЬЕ – ЭТО ЗДОРОВО» 16

Кот Т.В., Троицкая М.Л., Воронова Н.Л.

Здоровьесозидающий формат реализации образовательных практик
в школьном проекте «Живые уроки» 30

Печникова В.С.

Здоровьесозидающее образовательное пространство урока как ресурс сохранения
и приумножения здоровья школьников 33

Сорокина М.Г., Польшгалова Н.В.

Движение на уроках – «воздух для учеников» 36

Ефимов С.В.

Instagram как один из ресурсов использования цифровых технологий в работе
учителя здоровья 38

Петрова Е.Б.

Здоровьесберегающий потенциал использования информационных технологий в
обучении русскому языку и русской литературе 40

Лобанова Н.Н.

Конспект урока математики «Решение задач модуля «Реальная математика»» 43

Жданова Е.А.

Сценарий воспитательного мероприятия в начальной школе «Наше здоровье» 52

Любимов С.В.

Конспект внеклассного занятия по основам самбо для учащихся 5-6 классов 54

Семёнова Д.Д.

Конспект занятия в 3 классе по теме «Как быть здоровым человеком?» 61

Актуальные теоретические вопросы и практический опыт здоровьесозидающего обучения детей с ОВЗ

Бура Л.В.

Психологическая характеристика профессионально-важных качеств сотрудников,
обеспечивающих социально-психологическое сопровождение обучающихся с
нарушением опорно-двигательного аппарата 67

Чеусова А.В.	
Психологические проблемы детей с ОВЗ в условиях цифрового образования	72
Батенина О.Н., Толочко А.А.	
Основные подходы к организации учебного процесса для обучающихся с задержкой психического развития и умственной отсталостью с учётом здоровьесберегающих образовательных технологий	74
Грачёва А.А.	
Предупреждение нарушений формирования навыков чтения и счетных операций у младших школьников с тяжелыми нарушениями речи	78
Хромова С.Г.	
План-конспект внеурочного занятия для обучающихся с ОВ в 3 классе «Такая разная гимнастика»	80
 Эффективные здоровьесозидающие практики дошкольного образования	
Белевич Н.А., Сергеенко А.С.	
Использование синергетического подхода в образовании дошкольников	88
Федорова Т.А.	
За здоровьем в детский сад	90
Пшеничная Н.С.	
«Будь здоров!» - формирование у детей начальных представлений о ЗОЖ с использованием метода проектов	92
Квиткина В.Т., Поздеев С.Л., Байгулова Н.Г.	
Методическая разработка совместного мероприятия с родителями, воспитанниками и педагогами с использованием здоровьесберегающих технологий «Зима, спорт и мы!»	96
Ракутина Е.В.	
План-конспект мастер-класса по проведению Педагогического совета «Здоровый образ жизни – древо познания добра и зла»	101
Байгулова Н.Г.	
Мастер - класс для педагогов «Управляй эмоциями!»	107
Лукьянова Т.А.	
Конспект непрерывной образовательной деятельности с детьми подготовительной к школе группы «Передача о здоровье»	112
Мельникова А.П.	
Конспект непрерывной образовательной деятельности по физическому развитию для детей подготовительной к школе группы «Чемпионат по здоровью»	115

Здоровьесозидающая деятельность в системе образования Кировского района: ресурсы, возможности, результаты

Федорчук Оксана Федоровна,

заместитель директора

ИМЦ Кировского района Санкт-Петербурга

Кот Татьяна Викторовна,

кандидат психологических наук, методист

ИМЦ Кировского района Санкт-Петербурга

В последнее время одной из ключевых проблем современного образования выступает проблема здоровья детей и его сохранения. По результатам различных исследований у 26–37% первоклассников имеются физические отклонения, у более чем 40% детей встречаются различного рода хронические патологии, нервно-психические заболевания имеют более 70% детей. Каждый второй ребенок имеет несколько хронических заболеваний, в их числе нарушения опорно-двигательного аппарата, нарушения зрения, аллергические заболевания. К концу учебного года в среднем у 70% детей присутствует повышенная невротизация. [1]

К факторам, негативно влияющим на состояние здоровья школьников, ученые-исследователи относят недостаточную физическую активность детей в школе и чрезмерную перегруженность в процессе учебы, которые приводят к постоянному стрессу и переутомлению, а также неспособность большинства педагогов реализовать индивидуальный подход в обучении. Имеют место и такие факторы, как неблагоприятная экологическая обстановка, недостаток целенаправленной работы, направленной на формирование культуры здорового образа жизни, недостаток знаний учителей об основах здоровьесбережения, сложность учебных программ, не соответствующих подчас возрастным и индивидуальным возможностям детей и др..

Опыт Санкт-Петербурга и различных регионов России показывает, что система образования может внести существенный вклад в эффективное решение проблемы здоровья детей и подростков, в том числе и через создание в каждом образовательном учреждении Службы здоровья.

Инфраструктура здоровьесозидающей деятельности Кировского района включает в себя комплекс взаимосвязанных обслуживающих структур, объектов, ресурсов и средств, обеспечивающих основу функционирования системы образования в части сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса.

На сегодняшний день во всех образовательных учреждениях района функционируют Службы здоровья. Координация здоровьесозидающей деятельности образовательных учреждений и их информационно-методическая поддержка осуществляется посредством взаимодействия ИМЦ с руководителями Служб здоровья ОУ.

Приоритетной задачей районной системы образования в части здоровьесбережения является повышение квалификации специалистов и распространение лучших практик здоровьесозидающей деятельности ОУ. Важная роль в решении этой задачи отводится ежегодной районной конференции «Здоровая среда – здоровый ребенок – здоровое будущее». Работа конференции направлена на профессионально-общественное обсуждение актуальных вопросов здоровьесбережения, определение точек роста и приоритетных задач развития региональной и районной систем образования в этом направлении.

В 2019 году в работе конференции приняли участие свыше 150 педагогов района.

В рамках конференции обсуждались такие вопросы, как:

- возможен ли баланс между нестабильным, неопределенным, неоднозначным современным миром (The VUCA world) и здоровьем человека,

- теория поколений и особенности взаимодействия с детьми поколения Z,
- спорт для малышей-дошколят и его риски и возможности,
- учитель 21 века как учитель здоровья,
- какой должна быть школа здоровья и др..

Стабильно высокое число участников конференции за последние несколько лет подтверждает актуальность и значимость рассматриваемых вопросов для образовательных учреждений и педагогической общественности района.

Ежегодно в рамках деловой программы Петербургского международного образовательного форума на базе ОУ Кировского района проводится работа секций Межрегиональной научно-практической конференции «На пути к школе здоровья». В этом году конференция была посвящена вопросам цифровизации образования, её влиянию на здоровье подрастающего поколения.

Площадками для проведения секций конференции стали два образовательных учреждения Кировского района: ГБОУ школа-интернат №2 и ГБДОУ детский сад №18. Участниками секций были 150 педагогов из Санкт-Петербурга и Ленинградской области.

На дискуссионных площадках и мастер-классах секций педагоги Кировского района представили свой практический опыт по таким актуальным направлениям, как современный урок с применением цифровых технологий в пространстве здоровьесозидающей деятельности школы, здоровьесозидающие аспекты применения цифровых технологий во внеурочной деятельности обучающихся, факторы риска цифровой образовательной среды школы.

Другими значимыми мероприятиями для педагогов в этом учебном году стали:

- городские семинары региональной опытно-экспериментальной площадки на базе ОУ 269 «Создание современной цифровой среды школы: опыт формирования ЗОЖ средствами школьных СМИ») и «Создание современной цифровой среды школы: опыт формирования ЗОЖ средствами школьных СМИ. Видеоприложение к школьному журналу «Наше здоровье»;

- межрайонные семинары, направленные на методическую поддержку и подготовку педагогов ОУ и ДОУ Кировского и Красносельского районов к участию в конкурсе «Учитель здоровья»;

- межрегиональный семинар на базе ОУ 654 по теме «Применение здоровьесберегающих технологий в практике учителя». Выбор площадки для проведения семинара неслучаен: в школе, в которой хореография является одним из главных предметов, особое внимание уделяется сохранению и укреплению здоровья детей;

- городской семинар на базе ДОУ №33 «Эффективные практики укрепления физического здоровья дошкольников». Педагоги детского сада представили свои авторские идеи и опыт работы «Физкульт-Театра». В занимательной форме, сочетая театрализованную деятельность и физическую культуру, инструктор по физической культуре и музыкальный руководитель учат детей быть здоровыми, ценить и беречь свое здоровье.

Большое внимание в районной образовательной системе уделяется развитию социального партнерства со структурами и организациями, заинтересованными в эффективном решении проблем здоровьесозидающей деятельности в образовательных учреждениях города. В течение многих лет сотрудничество успешно осуществляется с Комитетом образования и Комитетом здравоохранения Санкт-Петербурга, отделами образования и здравоохранения администрации Кировского района, учреждениями здравоохранения района и города, СПбАППО, РГПУ имени И.А.Герцена, НОУ ИСПиП им. Р. Валенберга, Союзом предпринимателей Санкт-Петербурга, Государственной Президентской библиотекой им. Б.Н.Ельцина, учебным центром Санкт-Петербургского океанариума, Городским центром профилактики безнадзорности и наркозависимости, Санаторной школой «Балтийский берег» и др..

Целенаправленная и систематическая работа образовательных учреждений района в направлении здоровьесбережения приносит свои результаты.

Ежегодно Комитетом по образованию и СПБАППО проводится конкурс «Школа здоровья Санкт-Петербурга», в числе задач которого можно выделить обобщение опыта ОУ по сохранению и укреплению здоровья участников образовательных отношений и выявление наиболее перспективных моделей работы ОУ по сохранению и укреплению здоровья обучающихся, методик и технологий здоровьесозидающего обучения и воспитания, построения здоровьесозидающей образовательной среды.

Кировский район традиционно представляют на этом конкурсе несколько образовательных учреждений. 11 школ района (ОУ 249, 251, 274, 277, 378, 381, 389, 480, 502, 565, школа-интернат 2) неоднократно становились участниками конкурса. Дважды ОУ Кировского района завоевывали звание лауреата, 5 раз – звание дипломанта конкурса.

В 2018 году в конкурсе участвовали два образовательных учреждения района (ОУ 277, 378). Лицей №378 стал победителем конкурса в номинации «Общеобразовательное учреждение».

Ежегодно в Кировском районе проводятся различные профессиональные конкурсы. Наиболее значимым среди конкурсов является районный Конкурс педагогических достижений в номинации «Учитель здоровья Кировского района Санкт-Петербурга».

В прошедшем учебном году в конкурсе приняли участие 17 педагогов района, Участниками конкурса стали педагоги из 14 общеобразовательных и дошкольных образовательных учреждений района. Номинация конкурса проводилась в трех подноминациях: «Учитель», «Воспитатель ОУ» и «Воспитатель ДОУ». Победителями конкурса стали 3 педагога района (ОУ 283, 384, ДОУ 16), лауреатами конкурса – 4 педагога района (2 педагога из ОУ 283, ДОУ 18, 65), дипломантами конкурса – 2 педагога района (ОУ 264, ДОУ 28).

Традиционным является и участие педагогов Кировского района в Санкт-Петербургском городском этапе Всероссийского конкурса «Учитель здоровья России». В 2018-2019 учебном году 14 педагогов района приняли участие в семи номинациях: «Учитель», «Воспитатель ДОУ», «Специалист сопровождения», «Педагог дополнительного образования», «Тренер», «Методист», «Воспитатель школы». Призерами конкурса стали 5 педагогов района.

В рамках здоровьесозидающей деятельности на уровне региональной системы образования при поддержке кафедры педагогики, окружающей среды и здоровья человека СПБАППО создано городское учебно-методическое объединение «Здоровье в школе». Образовательные учреждения Кировского района принимают активное участие в работе УМО. В 2018 году в общем рейтинге районов Санкт-Петербурга, включенных в деятельность УМО и реализующих деятельность здоровьесберегающей направленности, Кировский район занял первое место.

Важнейшая задача районной системы образования состоит в развитии элементов инфраструктуры, способствующих формированию культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся и воспитанников.

Для решения этой задачи в Кировском районе выстроена система районных конкурсов. Традиционно в течение многих лет наиболее крупным конкурсом из числа организованных Информационно-методическим центром является конкурс социальной рекламы «Будь здоров – живи здорово!» для учащихся 5-11 классов.

Конкурс проводится в Кировском районе с 2012 года. Общее число участников конкурса за прошедшие годы составило 259 человек.

Социальная реклама – важнейший вид коммуникации, ориентированный на привлечение внимания к самым острым проблемам общества и его нравственным ценностям.

Основной целью социальной рекламы всегда является актуализация проблем и поиск способов их решения.

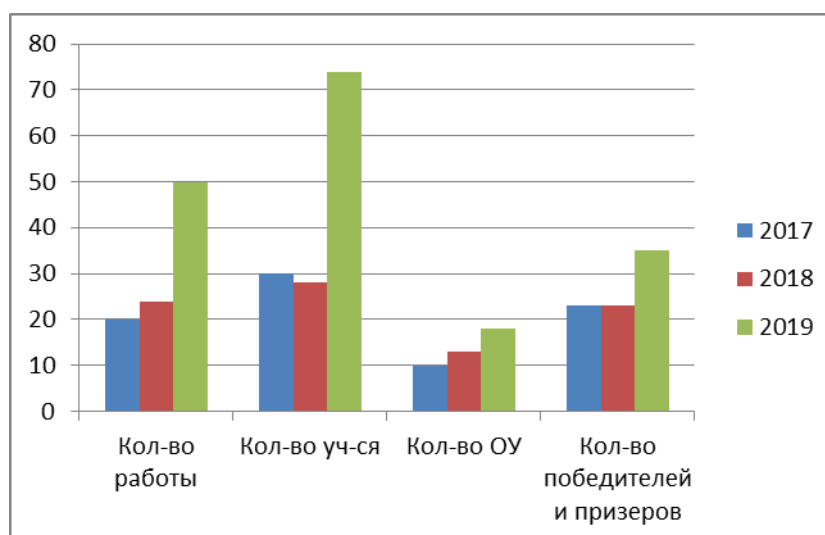
Для участия в Конкурсе «Будь здоров – живи здорово!» учащимся необходимо подготовить рекламный материал социального характера, направленный на популяризацию активного и здорового образа жизни, пропаганду спорта, туризма, здорового питания.

Конкурс проводится в восьми номинациях: социальный видеоролик (презентация); комикс; календарь слоганов; «письмо юному другу»; социальный плакат; сценарий флэшмоба; блог (мини-сайт); сценарий квеста или веб-квеста.

В 2019 году на конкурс было подано 50 работ, участниками стали 74 учащихся 5-11 классов из 18 ОУ района, в том числе коррекционных. По решению жюри конкурса на очный тур были допущены 25 работ. Участниками второго – очного - тура стали 35 учащихся из всех 15 школ района (ОУ 2, 277, 284, 377, 378, 381, 384, 392, 493, 501, 502, 506, 539, 585, Дельта).

По сложившейся в районе традиции итоги конкурса социальной рекламы «Будь здоров – живи здорово!» для учащихся 5-11 классов были подведены в рамках ежегодной конференции «Здоровая среда – здоровый ребенок – здоровое будущее». В церемонии награждения принял участие С.А.Дмитриенко, вице-президент Санкт-Петербургского Союза предпринимателей. Он поздравил победителей и призеров конкурса и вручил им памятные подарки.

Количественные показатели конкурса за последние 3 года



Образование детей с ограниченными возможностями здоровья является одним из ключевых направлений деятельности системы образования Санкт-Петербурга. Важнейшей задачей районных систем образования в последние годы, в том числе в контексте здоровьесбережения, также стало создание в образовательных учреждениях условий, обеспечивающих доступность качественного образования для всех детей, независимо от состояния их здоровья.

В системе образования Кировского района сохранена и развивается сеть образовательных учреждений, реализующих адаптированные общеобразовательные программы для детей с ОВЗ. В районе функционируют 8 дошкольных образовательных учреждений компенсирующего вида и 26 дошкольных образовательных учреждений комбинированного вида. Дети с ОВЗ школьного возраста могут получать образование в специальных образовательных учреждениях района: школе-интернате №2 для слабовидящих детей, ОУ №480 для детей с легкой умственной отсталостью, ОУ 502 и 565 для детей с

умеренной и тяжелой умственной отсталостью. В четырех общеобразовательных школах (ОУ 269, 277, 501, 608) открыты речевые классы.

Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья реализуется в 1-3 классах в ОУ Кировского района.

В 2018-2109 учебном году в районе были организованы и проведены:

- курсы повышения квалификации:

а) 31 человек прошел обучение на базе ИМЦ Кировского района по дополнительной образовательной программе «Реализация ФГОС НОО обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и ФГОС обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями): теория и практика» (36 часов);

б) 31 человек прошел обучение на базе ИМЦ Кировского района по дополнительной образовательной программе «Реализация ФГОС начального общего образования детей с ОВЗ» (36 часов);

- обучающий семинар «Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса для обучающихся с ОВЗ» на базе ОУ 269 (участники - 90 человек);

- обучающий семинар «Эффективные практики реализации ФГОС для слабовидящих обучающихся, обучающихся с интеллектуальными нарушениями и обучающихся с тяжелыми нарушениями речи» на базе школы-интерната 2 (участники - 40 человек);

- межрегиональный семинар «Эффективные практики реализации здоровьесозидающего подхода в образовании в контексте ФГОС ОВЗ» на базе ОУ 2 (участники - 181 человек);

- постоянно действующий семинар «Реализация ФГОС ОВЗ: организация работы с детьми с особыми потребностями» (18 часов, обучено 18 человек). Наиболее актуальные темы: «Система поддержки детей с ОВЗ и их родителей/законных представителей»; «Сопровождение обучающихся с нарушением зрения»; «Особенности работы с детьми с задержкой психического развития и умственной отсталостью, речевыми нарушениями»; «Обучающиеся с когнитивными нарушениями и расстройствами аутистического спектра»;

- секция «Особый ребенок в школе: от понимания к содействию» в рамках ежегодных Педагогических чтений «Учимся вместе: новый формат современной школы» (участники - 35 человек).

Ежегодно, начиная с 2013 года, по инициативе педагогического коллектива школы-интерната №2 в Кировском районе Санкт-Петербурга проводится Конкурс дидактических материалов тифлопедагогов и педагогов, работающих с детьми с нарушением зрения «ИРИС – исследование, развитие, инновации, сотрудничество». Конкурс объединил педагогов, работающих с детьми и взрослыми с нарушением зрения Санкт-Петербурга, Ленинградской области и других субъектов РФ. Его соорганизаторами выступают кафедра коррекционной педагогики СПб АППО и Государственная библиотека для слепых и слабовидящих. Этот конкурс единственный в своем роде (аналогов ему нет). Он способствует созданию доступной среды в условиях инклюзивного образования.

Целью конкурса является повышение качества образования лиц с нарушением зрения через распространение педагогически значимого опыта участников конкурса в условиях реализации новых образовательных стандартов.

Количество участников конкурсного отбора стабильно высокое. Так, в 2016 году в конкурсе участвовало 140 педагогов, в 2017 году – 189 человек, в 2018 году – 199 человек. В 2019 году количество участников составило 218 человек.

Расширяется и «география» конкурса. В этом году в конкурсе участвовали педагоги Ленинградской области (п. Мга), Архангельска, Архангельской области (г. Северодвинск), Тюменской области (г. Ялуторовск), Тамбовской области (г. Мичуринск), Свердловской области (г. Верхняя Пышма), Курганской области (г. Шадринск), Иркутска.

В 2019 году на конкурс было принято 178 работ из 20 образовательных учреждений Василеостровского, Выборгского, Кировского, Красносельского, Кронштадского, Колпинского, Московского, Невского, Петродворцового, Приморского, Фрунзенского, Центрального районов Санкт-Петербурга. Среди них 2 ОУ Кировского района: ГБДОУ детский сад №13 компенсирующего вида (9 заявок); ГБОУ школа-интернат №2 (7 заявок).

По итогам Конкурса ИРИС-2019 в мае 2019 года проведен семинар «Современный тифлопедагогический опыт: традиции и новации», в котором приняли участие педагоги ОУ города и Ленинградской области.

Итоги 2018-2019 учебного года позволяют сделать вывод, что в районе в целом созданы условия, обеспечивающие реализацию в образовательных учреждениях здоровьесозидающей деятельности на основе функционирования Служб здоровья, позволяющие осуществить целенаправленное и планомерное включение ресурсов района в решение проблемы сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса.

Однако анализ социально-экономической ситуации на территории Кировского района показывает, что проблемы сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса по-прежнему остаются актуальными для районной системы образования. Системный характер проблем обуславливает необходимость комплексного решения задач здоровьесбережения не только на уровне отдельного ОУ, но и на уровне формирования целостной районной инфраструктуры, обеспечивающей соответствие качества здоровьесозидающей деятельности современным условиям.

Источники:

1. Ваторопина С.В., Сепп М.Л. Проблема здоровьесбережения в условиях современной школы // Журнал «Молодой учёный», № 42 (228), октябрь 2018.

Актуальные теоретические вопросы и практический опыт реализации здоровьесозидающего подхода в образовании

Здоровая личность: ноосферный контент

Татарникова Лариса Гавриловна,
доктор педагогических наук,
доктор философии, филологии,
профессор кафедры педагогики окружающей среды,
безопасности и здоровья человека СПб АППО

*«Здоровый человек
есть самое драгоценное произведение природы»
Т. Карлейль*

*«Удивление намечает предел наших познаний и
доказывает часто не столько совершенство вещей,
сколько несовершенство ума нашего»
Ф. Ларошфуко*

Контент – вид информации, который составляет содержание информационного ресурса. Ноосферный контент – содержание ноосферного ресурса, парадигмы человековедения, широко внедренный в научный аппарат педагогики и философии. Он связывается с целостными представлениями о системе методологических, теоретических и аксиологических установок. Данный контент обогащает современное образовательное пространство инструментальными критериями качества человеческого измерения. Именно этот критерий поставил вопросы о необходимости пересмотра целей и ценности образования в области здоровья.

Сегодня ученые пытаются найти ответ на вопрос, как оздоровить общество, как сделать обучение безопасным и здоровьесозидающим. Новый ноосферный век приносит новое мировоззрение и новые методы решения проблем. Они заложены в основе внутреннего мира человека, в развитии его сознания и в осознании тех преимуществ, которые дает идея сослужения общему благу, ведущее к необходимости работы каждого по самосовершенствованию.

Чтобы решить эту задачу, чрезвычайно важно учесть исходные ресурсные возможности ребенка, ибо он способен усвоить из окружающего мира только то, что может усвоить. Внешний мир должен быть посилен для ребенка, остальное – за пределами его индивидуальных возможностей. Он (человек) не имеет допуска к своим потенциям и не может создавать реальные коммуникации, если его этому не научат. Человеку необходимо развить способности и овладеть опытом освоения системного, целостного, внутренне интегрированного знания, не истощающего личность, а развивающего ее.

Личность должна понимать и рефлексировать все свои возможности и стремиться к развитию их в себе, т.е. – быть Здоровой Личностью, ибо «Человек, не владеющий своими возможностями, – город разрушенный, не имеющий стен» (Притчи 25:28).

В споре догматов истина не родится. Заявка эпатажна, но почему? Вероятно, такое мнение связано с тем, что интенсивное обновление и интеллектуализация средств производства, их информатизация, большая динамика перемен в этой области масштабно

изменили и продолжают изменять человека, его социокультурное и информационное пространство. (Татарникова, Л.Г. 1975 г.) Вместе с тем решительно изменяются и образ жизни, виды и типы деятельности людей, их субъективность, жизненный потенциал, способность воспроизводить и совершенствовать свою жизнь. Формируется и своя культура, понимание смысла социальной жизни. Ее задают доминирующие смыслы жизни людей, определяемые духовной культурой, характером собственности, общественного уклада жизни и т.д., то есть все то, что социальная наука относит к первичным социальным отношениям. Новая динамика социокультурного развития, его усложнение, становление образовательного общества требуют обучения человека в течение всей жизни. «Инновационный возврат» к старому в 90-е гг., возвращение в социальное время минувших веков создали в России противоречивую, парадоксальную общественную ситуацию. Эта ситуация не могла не породить «такого же парадоксального человека с невыносимыми сочетаниями личностных качеств», компетенций, основных культурных универсалий, констант культуры и, в целом, – социальной жизни» [1]. Активно формируется и традиция постмодернизма, масштабно меняющая роль и характер развития социальных и гуманитарных наук, «повышающая их субъективно-личностную, актуально-прагматическую, сетевую окрашенность» [Там же]. Повышается роль, значимость фундаментального и социогуманитарного знания и его интеграции с математическими и естественнонаучными науками. Усложнение общественного и личностного развития, эволюции и структуры гуманитарных и социальных наук, формирование новой научной картины мира и ноосферной цивилизации со всей очевидностью повышают роль и ответственность каждого человека, общественных наук, в целом – социогуманитарного знания. Возрастают требования к культуре социальной жизни, личностного развития человека, его индивидуальной и социальной субъективности, общественного, физического и психического здоровья, обеспечению благополучия здравствующего человека и общества, их социальной и информационной безопасности. Спор о том, какая теория первична, оптимальна, продолжается столетия. Истины приходят и уходят, а человек все еще размышляет? Почему и о чем? Вероятно, потому, что человек не научился «спасать себя сам», но ожидает, что вокруг него спасутся многие. Одна догма инициирует другую. Обрастая догматами, человек все больше теряет себя, свою суть, ибо в споре догматов истина не рождается. К тому же основная мировоззренческая идея состоит в осмыслении, понимании того, для чего человек явлен в этом мире (телесном) и каков метасмысл этого явления – основной вопрос философии жизни; и он всей современной эпохой, жизнью поставлен так: быть или не быть человечеству на Земле? Не больше, но и никак не меньше.

Автор базируется на ноосферной теории (В.И.Вернадского, Н.Н.Моисеева, А.И.Субетто и др.) как новой модели бытия, социоприродного гомеостаза, развивающих новую философию, новую научную картину мира, новое качество человека. В этой философии природа рассматривается в контексте самотворящей природы, Панкреатора. Происходит изменение в осмыслении не только бытия человека как личности (по А.И.Субетто), но и бытия вообще, как креативного бытия Homo valiens (человека здравствующего) (по Л.Г.Татарниковой). А Человеку, необходимо совершать деяния, чтобы быть Личностью, Здравоотворяющей собственную жизнь – Здоровой Личностью. Это требование времени.

Спекуляции и декларации по поводу дефиниции «Здоровье» не дают ответа на вопрос «Здоровая личность. Что это?». Даже с потоком инноваций и нанотехнологий ничего не изменяется. Необходимо новое системно интегративное образование, как высший приоритет в развитии любого сообщества Личностей. Непонимание этого положения – суть невежество или преступление по отношению прежде всего к Личности. Речь идет о фундаментальной рефлексии над ролью образования (самообразования) для развития Человека, в том числе и

над знанием незаслуженно отстраненным. Современная наука изучает человека с разных сторон. [7,8].

Но изучаемый в узком плане антропологами и юристами, человек предстает как нечто весьма малое и даже умаляющее. Слишком выделяемая индивидуальность человека маскирует собою целостность, и наш рассудок, рассматривая человека, склонен дробить природу и забывать о ее глубоких связях и безграничных горизонтах, что можно охарактеризовать как «дурной антропоцентризм».

Существует и научная гипотеза, что опыт реального жизнеустройства человечества в историческом пространстве всегда связан с идеей формирования определенного типа человека с «заданными» свойствами, но как всегда нового, например, «всесторонне развитого», «гармоничного», «безопасного типа» и т.д.

Во всех концептуальных подходах доминирует процесс «формирования». Однако люди конечны и ограничены, если бы между ними была любовь, т.е. если бы они все составляли одну объединенную силу; но они потому и смертны, потому и ограничены, что нет между ними единства, любви, утверждал в конце XIX века Н.Ф.Федоров, ибо только в атмосфере любви и единства может осуществляться личность.

Новая личность со здоровьесозидающими (формирующими, сохраняющими) свойствами – запрос времени. Решение выделенной задачи требует изменения предмета: не «формирование» за счет «правильных теорий», совершенных педагогических, воспитательных технологий, а, прежде всего, благоприятных условий, целенаправленной политики государства, объединенных усилий общества, всех его институтов и того, что проявляется во включении личности в активный процесс саморазвития, прежде всего в образовании. Процесс этот обеспечивает любовь к человеку как феномену! Вместе с тем, заметим, что именно здесь возникает первое противоречие: общество требует сформировать «особые компетенции человека – функции», но не инициирует его способность заботиться о себе. И проблема здесь не столько в противоречии, сколько в возможных последствиях для человека – преобладание одного над другим: компетенций над способностью управлять здоровьем. Духовно-нравственное состояние сознания человека всегда является вектором созидания и творчества, в нашем случае – творчество по самопостроению Здоровой Личности.

Человек должен уметь любить себя, ибо любовь не может не творить добра, а вот знание и профессионализм без любви, без морали легко становится орудием насилия, прежде всего к себе. История цивилизации изобилует такими примерами. Заметим, что в словаре по этике под редакцией И.С.Кона отсутствует понятие – здоровье – здоровая личность. [4]. Культура включает в себя этический процесс духовного прогресса человечества. Именно из духовного начала вытекает и творческая идентичность личности, поэтому так часто (особенно в последнее время) используется конструкт «духовно-нравственное воспитание», хотя единых подходов к его содержанию не существует, да и понятие «духовность» чрезмерно расплывчато. В настоящее время с внедрением «педагогики формальных действий» человек начинает терять природные ориентиры, что, несомненно, приводит к потере понимания сущности и смысла жизни.

В XXI веке особое значение приобрело учение В.И. Вернадского о «феномене человека» в Ноосфере.

Диапазон исследований о человеке расширился, и это положительный фактор, так как возникает возможность углубить, конкретизировать и систематизировать процессы и явления биосоциума с разных позиций и подходов, в том числе и «кричащей проблеме» – здоровье. Если проанализировать исследования последователей В.И. Вернадского (Н.Н. Моисеев, В.П. Казначеев, А.Д. Урсул, А.И. Субетто и др.), то можно выделить и обосновать тезис: новый путь – прогресс ведет современное человечество к принципиально новой форме организации жизнеустройства общества и человека. Следует предположить, что именно

новая форма организации жизни изменит сущностные характеристики личности. В современной научной и философской литературе, рассматривающей проблемы человека и общества, доминирует множество материалистических концепций, согласно которым человек наделен духовной составляющей. Человек, позиционирующий себя как Личность, должен осознавать, что в совершенствовании «системы Человек» система – «Человек – учитель», она (система), должна соответствовать условиям жизни, складывающимся на Планете. Вместе с тем, и способность развивать в себе этические (биоэтические) потребности становится важнейшей задачей цивилизации. Личность не проявляется в вакууме. Ей нужен социум (общество, среда). В эпоху Ноосферы может войти лишь настоящему высокообразованное (высокоразвитое) сообщество, понимающее свои цели, отдающее отчет в тех проблемах и противоречиях, которые возникают на пути развития, способное соизмерить свои потребности с теми возможностями, которые дает Природа. Безусловно, – это признак Личности. [5,6].

Развитие образования (по А.И.Субетто) диктуется происходящей «синтетической цивилизационной революцией, т.е. – истории человечества», (Человека), отражающей потоки радикальных качественных изменений, связанных с: растущей системностью «мира бытия человека»; появлением высоких темпов инновационных изменений в социуме и экономике («мир изменений») интеллектуализацией производительных сил растущей востребованности творчества человека; появление «экономики качества» (в том числе и в области здоровья); «человеческой революцией» (понятие, введенное А. Печчеи), отражает необходимость приведения в соответствие системности внутреннего мира человека с растущей системностью его бытия»; образовательной революцией, обращенной к становлению всесторонне развитого, гармонично-целостного человека в ноосферном видении этой проблемы [4].

К главным итогам этих «изменений» следует отнести и появление интеллектоемких, наукоемких, образованиеемких, здоровьесозидающих экономик во всех странах мира; приобретение образованием статуса, базиса – базиса «духовного и материального воспроизводства общества». Именно видение проблемы оздоровления личности через экономику вне понимания «базисной функции образования» – означает игнорирование тех процессов, которые происходят с человеком в обществе. Устойчивое или ноосферное развитие России становится действительностью тогда, когда выполняется закон опережающего развития качества человека, качества общественного интеллекта Личности и качества образовательных систем в обществе. Опережающее развитие качества жизни человека (Личность в ее индивидуальном проявлении) зависит от социального кругооборота, интеллекта (сопоставление стартовых – новых знаний с имеющимися), которые служат основой развития и движения института знаний (включая ценности и духовно-нравственные нормы).

Именно на восходящей социального кругооборота интеллекта осуществляется не только производство нового знания в «индивидуальных интеллектах людей» (в науке), но и передача этих знаний в социум – «закон объективизации знаний» (по Н.Д.Кондратьеву – «закон деперсонализации знаний») [1].

Речь идет о передаче знаний через ситуацию социально-группового интеллекта (хранителем которых является мировая культура), в социальную память общественного интеллекта. Решить данную задачу может только Личность.

Но есть и нисходящая линия социального кругооборота интеллекта – трансляция знаний через институт образования в индивидуальные интеллекты людей («Закон субъективизации знаний»). И главной доминантой этого процесса является функция управления будущим – «будущетворение». Возникают вопросы: Личность, если она таковой является, участвует в «будущетворении», в том числе себя – любимого? Какое место в этом

процессе занимает здоровье? Личность – прогнозирует, планирует новые ценности (в нашем случае – здоровье как ценность)?

Заметим, что здоровье – это (прежде всего) понимание человеком самого себя, своего внутреннего мира и окружающей среды. Здоровье – сопряжение волн одних поколений с другими, что можно рассматривать в контексте генетического воспитания; воспитание же – суть становление мировоззрения, понимание собственного «Я», генеральных целей своей жизни, нравственных ценностей. Здоровье Личности – это и потребность в «вопрошании» («вопросы к самому себе и их рефлексия»).

Вместе с тем категория «общественный интеллект – категория неклассической, ноосферо-ориентированной парадигмы социологии в XXI веке меняется. Она (категория) становится – Неклассической + Ноосферной» [5,6]. Меняются и общественно необходимые потребности – отражение этих пределов. А.И.Субетто и др. утверждают, что Личность, находясь в пространстве XXI века, должна обладать критериями определения этих пределов; «Личность» (в современном ее позиционировании) должна придерживаться иной формы универсалий, в которой человек в природной его сущности отменяется? Зададимся вопросом: «должна» или «нет»?

Продолжим исследование. Человеку, для того чтобы жить, пользоваться рефлексивным или теоретическим, эмпирическим знанием, необходимо постоянно развивать свой интеллект. Это рефлексивный процесс. Рефлексия – процесс самопознания субъектом внутренних психических актов и состояний. Человек осмысливает свое состояние, но не может отличить знание от незнания. Непонимание этого приводит к эгоизму, консерватизму. Человеку сложно жить. Ему проще осуществляться.

Но почему же так трудно пользоваться теоретическим знанием? И опять новый вопрос: «Легко ли общаться на уровне теоретического мышления и часто ли это приходится делать?». Ответ ясен. Разумная реальность наградила человека мыслью и мозгом для обеспечения работы мысли. Человек нашел собственные инструменты для эффективной реализации вселенской обязанности – совершенствовать и ускорять эволюционный процесс. Эти инструменты – все грани культуры, выступающие в качестве человеческой деятельности как гармоничного способа взаимодействия со всеми формами жизни во Вселенной. Однако возникают такие ситуации, когда человеку приходится общаться на уровне теоретического мышления, чтобы мыслить глобально, создавая интеллектуальные ценности, иметь способность к осмыслению мира, содержать весь мир в себе. Полагаю, что на уровне теоретического мышления общаться сложно, если не развита культура мышления, но это необходимо для гармоничного развития личности человека.

Сложно, но необходимо, подчеркнем мы, если это – Человек – Личность – Здоровая Личность. Важно, чтобы человек сам это осознавал.

Таким образом, образовываясь, человек, – с одной стороны, действительно, сможет «делать сам себя», а с другой – осознавать и воспитывать индивидуальную культуру здоровья, т.е. осознавать, понимать зависимость (взаимодействие) своей жизни от культурных норм (традиций), ценностей (духовности), этики общества и природы, осознавать свое предназначение во Вселенной, Мире, видеть ясно смысл своей жизни в целом.

Литература

1. Казначеев, В.П. Феномен Человека: Космические и земные истоки. Новороссийск, 1991.
2. Контурь грядущей цивилизации: коллект. моногр. Ноосферная общественная академия наук. М., 2010.
3. Психология здоровья и образ жизни: Учебник для вузов // под ред. Г.С.Никифорова. СПб., 2003

4. Словарь по этике / под ред. И.С. Кона. М., 1981.
5. Субетто, А.И. Доктрина духовно-нравственной системы современного человека и ноосферного образования. СПб., 2008.
6. Субетто, А.И. Ноосферное или неклассическое обществоведение: поиск оснований; собр. соч. в 20 томах. Т.5. СПб., 2009.
7. Татарникова, Л.Г. Ноосферные основания педагогической валеологии // Ноосферное образование в евразийском пространстве // под ред. А.И.Субетто. СПб., 2009.
8. Татарникова, Л.Г. Диалектика единичного и общего в эволюционном движении ноосферной валеологии // Ноосферное образование в евразийском пространстве / под ред. А.И.Субетто Т.2.: От ноосферного образования – к Ноосферной России. СПб., 2010.

**Комплексно-целевая программа
ГБОУ лицея № 378 Кировского района Санкт-Петербурга
по формированию экологической культуры,
культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся
«ЗДОРОВЬЕ – ЭТО ЗДОРОВО»**

Каштанова Мария Николаевна,
кандидат педагогических наук,
методист ГБОУ лицея №378
Кировского района Санкт-Петербурга
Романова Марина Игоревна,
социальный педагог ГБОУ лицея №378
Кировского района Санкт-Петербурга

1. Пояснительная записка

Программа формирования экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся «ЗДОРОВЬЕ – ЭТО ЗДОРОВО» (далее Программа) это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психического, социального и духовного здоровья обучающихся.

1.1. Введение. Актуальность программы

Здоровье человека – это самое ценное, что у него есть. Понимание этого возникает, чаще всего, у людей при достижении определенного возраста, поэтому очень важно начать формировать ценность здоровья как можно раньше. Здоровье ребенка это не только физическое здоровье, но и его психическое, социальное и конечно духовное здоровье (успешная адаптация ребенка в школе, адекватное социальное развитие ребенка, позитивное восприятие жизни, ценностное восприятие жизни, развитие экологической культуры, нравственное здоровье, проявляющееся в культуре поведения, общения с людьми, понимания смысла жизни). Именно поэтому программа, реализуемая в лицее № 378, направлена на формирование культуры всех составляющих здоровья.

В целом, здоровье ребенка во многом определяется средой, в которой он находится, в связи с этим, первостепенной задачей образовательного учреждения является создание здоровьесберегающей и здоровьесозидающей среды для полноценного и всестороннего развития обучающегося.

С введением нового Федерального государственного стандарта (ФГОС) направление здоровьесберегающей работы школы с использованием педагогических средств становится

одним из приоритетов. ФГОС формулирует цели, ключевые задачи, средства, формы формирования у обучающихся культуры здоровья, предусматривающей самостоятельную сознательную регуляцию своих действий, деятельности, поведения в интересах своего здоровья, здоровья окружающих людей и социоприродного окружения. Стандарт также предусматривается развитие у обучающихся универсальных учебных действий как средств самостоятельного приобретения в течение жизни знаний о здоровом образе жизни, их обновления и применения в нестандартных жизненных ситуациях.

В связи с этим, основное направление деятельности при реализации программы состоит в возможности предоставления условий для развития обучающихся, условий, при которых у обучающихся происходит формирование культуры здоровья. Условий, которые создаются в самых различных направлениях деятельности: урочной, внеурочной, деятельности дополнительного образования, в рамках проектов Российского движения школьников и т.д.

1.2. Нормативно-правовая база программы

Нормативно-правовой и документальной основой Программы формирования экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни являются:

- Гражданский процессуальный кодекс РФ (с изменениями на 28 июня 2009 года);
- Закон Российской Федерации «Об образовании в РФ» от 10.06.92 № 3266-1 (в ред. Федерального закона от 13.01.96 №12-ФЗ);
- «Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан» от 22 июля 1993 года № 5487-1 (в ред. Указа Президента от 24.12.93 № 2288, в ред. ФЗ от 02.03.98 № 30-ФЗ);
- Федеральный государственный образовательный стандарт;
- «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.98 г. N 124-ФЗ (с изменениями от 20 июля 2000 г.);
- «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях, СанПиН 2.4.2.1178-02»;
- «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» СанПиН 2.4.5.2409–08;
- «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи». Постановление Правительства РФ от 29 декабря 2001 года № 916.

Программа построена на основе общенациональных ценностей российского общества, таких, как гражданственность, здоровье, экологическая культура, безопасность человека и государства. Программа направлена на развитие мотивации и готовности обучающихся осознанно придерживаться здорового и безопасного образа жизни, повышать свою экологическую культуру, ценить природу как источник духовного развития, информации, красоты, здоровья, материального благополучия.

Формированию экологической культуры в программе уделяется особое значение, поскольку у лица имеются давние традиции в направлении работы с обучающимися в отношении их экологического просвещения, развития понимания ценности природы и как следствие ценностного отношения к окружающему миру, к окружающим людям к своей собственной жизни.

1.3. Цели и задачи программы

Программа формирования экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни сформирована с учётом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:

- неблагоприятные экологические, социальные и экономические условия;
- факторы риска, имеющие место в образовательных организациях, которые приводят к ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения;
- особенности отношения обучающихся к своему здоровью, существенно отличающегося от отношения взрослых, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья» (за исключением детей с серьёзными хроническими заболеваниями) и восприятием ребёнком состояния болезни главным образом как ограничения свободы (необходимость лежать в постели, болезненные уколы и т.п.).

В связи с этим, основная **цель** Программы – сохранение и укрепление физического, психологического, социального и духовного здоровья обучающихся, формирования культуры здорового образа жизни, способствующего развитию ребёнка, его успешной социальной адаптации в обществе:

(1) Создание в лицее организационно - педагогических, организационно-методических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения и здоровьесозидания обучающихся;

(2) Создание условий работы с участниками образовательного процесса, способствующих формированию у обучающихся понимания значимости сохранения и укрепления здоровья, а также навыков ведения здорового образа жизни;

- (3) Разработка и внедрение мер по поддержанию здоровья педагогических работников лицея.

Задачи Программы:

(1):

- Разработать план мониторинговых исследований в отношении оценки уровня создаваемых условий для здоровьесбережения обучающихся;
- предоставлять педагогам возможность осваивать и применять в процессе обучения школьников методы работы, сберегающие здоровье обучающихся;
- способствовать развитию психолого-медико-педагогической службы лицея для профилактики и оказания своевременной помощи в отношении сохранения психологического и физического здоровья обучающихся.

(2):

- описать систему работы с участниками образовательного процесса в области здоровьесбережения, демонстрирующую ее системность и комплексность;
- создать условия при работе с участниками образовательного процесса, способствующие у учащихся формированию понимания значимости вести здоровый образ жизни.

(3):

- создать условия для сохранения здоровья педагогов лицея.

1.4. Адресность программы

Участниками программы являются:

- обучающиеся школы;
- родители обучающихся;
- педагогический коллектив лицея.

1.5. Сроки и этапы реализации программы

Реализация программы рассчитана на три учебных года

Программы реализуется в три этапа:

Подготовительный этап, реализуемый в течение полугодия, на котором осуществляется следующая работа:

1. Оценка и анализ состояния здоровья детей и подростков, обучающихся в лицее. Оценка организационно - педагогических, материально - технических, санитарно -

гигиенических и других условий предоставляемых лицеем в отношении здоровьесбережения и здоровьесозидания обучающихся.

2. Психолого-педагогическая и методическая подготовка кадрового состава к реализации Программы.

3. Ознакомление родителей обучающихся с реализацией Программы.

4. Организация взаимодействия с сетевыми и межведомственными партнерами.

Практический этап реализации Программы (в течение 2 лет).

Организация различного рода мероприятий с различными участниками образовательного процесса в направлениях осуществления деятельности по здоровьесбережению обучающихся.

Аналитический этап реализации Программы: обобщение и оценка результатов реализации программы (в течение полугода)

1. Анкетирование родителей, учащихся, педагогов на предмет удовлетворённости результатами реализации Программы.

2. Мониторинг показателей состояния здоровья учащихся до и после реализации Программы Мониторинг сформированности экологической культуры и культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся лица.

3. Подведение итогов реализации Программы в коллективе педагогов, родителей, учащихся и создание новой перспективной программы с учетом полученного опыта в отношении сохранения и укрепления здоровья обучающихся.

4. Распространение опыта.

2. Организация реализации программы

Решение поставленных задач предполагает организацию работы по формированию экологической культуры, культуры здоровья и безопасного образа жизни обучающихся в следующих направлениях (см. схему 1):

Схема 1.



Диагностическое направление работы подразумевает:

- проведение различного рода мониторингов **по оценке создания условий в отношении сохранения здоровья обучающихся:** мониторинги условий деятельности в лицее, обследование санитарно-гигиенических норм процесса обучения, организация питания и т.д.

- проведение мониторингов за состоянием здоровья обучающихся.

*Мониторинги проводятся различными службами, действующими на базе образовательного учреждения. Перечень мониторингов согласовывается на каждый учебный год и является приложением Программы.

Организация различных видов деятельности с участниками обр. процесса в отношении здоровьесбережения обучающихся предполагает деятельность педагогов и различных служб лицея в отношении организации и проведения:

- занятий с обучающимися с использованием различных технологий здоровьесбережения в урочной и внеурочной деятельности

- просветительских мероприятий для детей и родителей (интерактивных занятий с детьми в отношении сохранения и укрепления здоровья, совместных мероприятий для детей и родителей);

- спортивных мероприятий для участников образовательного процесса с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;

- мероприятий различных объединений обучающихся (деятельность Эко-отряда, сообществ юных журналистов и т.п.);

- мероприятий, приобщаемых к празднованию памятных дат, направленных на сохранения культурного наследия страны, духовно-нравственного становления школьников;

- мероприятий, способствующих формированию комфортного психологического климата в образовательном учреждении (мероприятия направленные на успешную адаптацию учащихся, созданию комфортной психологической обстановки в классе и т.п.);

- проведение обучающих семинаров для педагогов в отношении здоровьесбережения обучающихся.

*План предлагаемых мероприятий согласовывается на каждый учебный год и является приложением Программы

Анализ осуществляемой деятельности как отдельное направление работы по Программе ***подразумевает:***

- анализ деятельности педагогов и различных служб лицея в отношении эффективности проведенных мероприятий, запланированных на учебный год;

- оценку результативности деятельности в соответствии с Программой и ее корректировку.

Основные службы лицея, организующие организацию и проведение различного рода мероприятий в отношении формирования экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни представлены на схеме 2.



Основные направления работы представленных служб с участниками образовательного процесса:

Службы лицея	Виды работы в соответствии с представленными направлениями работы Службы здоровья лицея 378
Администрация лицея	<p>Диагностическое направление работы</p> <ul style="list-style-type: none"> • Контроль за учебной нагрузкой обучающихся • Контроль за весом ежедневных учебных комплектов обучающихся • Контроль за соответствием сменной детской обуви требованиям профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата • Мониторинг оценки соответствия условий ОУ для деятельности обучающихся и педагогов (оценка температуры, влажности воздуха, освещенности помещений) • Мониторинг организации питания • Удовлетворенность педагогов и родителей деятельностью ОУ в отношении работы Службы здоровья <p>Организация различных видов деятельности с участниками обр. процесса:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Повышение квалификации педагогов в отношении здоровьесбережения обучающихся (курсы, конференции, семинары, педагогические советы) <p>Анализ осуществляемой деятельности</p> <ul style="list-style-type: none"> • Анализ деятельности службы здоровья

Медицинская служба	<p>Диагностическое направление работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Проведение медицинских осмотров обучающихся • Проведение диспансеризации обучающихся • Мониторинг оценки состояния здоровья обучающихся <p>Организация различных видов деятельности с участниками обр. процесса:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Просветительские мероприятия (лекции, занятия с обучающимися, родителями, педагогами) <p>Анализ осуществляемой деятельности</p> <ul style="list-style-type: none"> • Оценка уровня здоровья обучающихся. Статистический сравнительный анализ
Психолого-педагогическая служба	<p>Диагностическое направление работы</p> <ul style="list-style-type: none"> • Оценка психологического климата в коллективах обучающихся (Выборочно в 2-х классах ОУ) • Выявление групп обучающихся соматического и социального риска • Мониторинг оценки психоэмоционального состояния обучающихся в образовательном процессе • Мониторинг оценки сформированности готовности обучающихся к здоровому образу жизни • Мониторинг оценки поведенческих рисков обучающихся <p>Организация различных видов деятельности с участниками обр. процесса:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Интерактивные занятия с обучающимися в целях успешной адаптации обучающихся, социализации обучающихся • Интерактивные занятия в отношении профилактики употребления ПАВ • Интерактивные занятия с обучающимися в отношении актуализации общечеловеческих ценностей и др. <p>Анализ осуществляемой деятельности</p> <ul style="list-style-type: none"> • Анализ работы деятельности службы в отношении деятельности по здоровьесбережению обучающихся
Отделение дополнительного образования детей	<p>Диагностическое направление работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Оценка численности обучающихся, посещающих кружки ОДОД <p>Организация различных видов деятельности с участниками обр. процесса:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Реализация обучения по дополнительным образовательным программам • Организация различного рода мероприятий оздоровительной направленности для обучающихся лица и их родителей <p>Анализ осуществляемой деятельности</p> <ul style="list-style-type: none"> • Анализ работы деятельности ОДОД в отношении вовлечения обучающихся и их родителей в деятельность по здоровьесбережению
Школьные объединения	<p>Диагностическое направление работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Оценка численности обучающихся, посещающих школьные объединения

	<p>Организация различных видов деятельности с участниками обр. процесса:</p> <ul style="list-style-type: none"> Организация различного рода мероприятий оздоровительной направленности для обучающихся лица и их родителей <p>Анализ осуществляемой деятельности</p> <ul style="list-style-type: none"> Анализ работы деятельности школьных объединений в отношении вовлечения обучающихся и родителей в деятельность по здоровьесбережению
Воспитательная работа с обучающимися	<p>Диагностическое направление работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Оценка численности обучающихся, вовлекаемых в различного рода мероприятия <p>Организация различных видов деятельности с участниками обр. процесса:</p> <ul style="list-style-type: none"> Организация различного рода мероприятий оздоровительной направленности для обучающихся лица и их родителей <ul style="list-style-type: none"> - физкультурно-оздоровительной направленности (соревнования, спортивные игры, дни здоровья и т.д.) - духовно – нравственной направленности (акции, творческие мероприятия и т.д.) - экологической направленности (акции, мероприятия и т.д.) <p>Анализ осуществляемой деятельности</p> <ul style="list-style-type: none"> Анализ воспитательной работы в отношении вовлечения обучающихся и их родителей в деятельность по здоровьесбережению

Представленные направления работы с участниками образовательного процесса включаются в план организации работы Службы здоровья лица.

3. Планирование деятельности

№	Этап реализации программы	Планируемые мероприятия	Содержание мероприятий
1.	Подготовительный этап	<p>1. Мониторинг состояния здоровья детей и подростков, обучающихся в лицее.</p> <p>Мониторинг организационно - педагогических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий предоставляемых лицеем в отношении здоровьесбережения и здоровьесозидания обучающихся.</p> <p>2. Психолого-педагогическая и методическая подготовка кадрового состава к реализации Программы.</p>	<p>1. Обследование обучающихся лица.</p> <p>Оценка организационно - педагогических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий предоставляемых лицеем в отношении здоровьесбережения и здоровьесозидания обучающихся.</p> <p>2. Проведение различного рода обучающих семинаров, педагогических советов для педагогов в лицее в отношении их подготовки к использованию различных технологий</p>

		<p>3.Ознакомление родителей обучающихся с реализацией Программы.</p> <p>4.Организация взаимодействия с сетевыми и межведомственными партнерами.</p>	<p>здоровьесбережения в урочной и внеурочной деятельности.</p> <p>3. Проведение родительских собраний, с целью ознакомления родителей с реализацией программы.</p> <p>4. Заключение договоров с сетевыми и межведомственными партнерами.</p>
2.	Практический этап реализации	<p>1.Организация различного рода мероприятий с различными участниками образовательного процесса в направлениях осуществления деятельности по здоровьесбережению обучающихся различными службами лица.</p> <p>2. Использование и совершенствование педагогами различных технологий здоровьесбережения в рамках урочной и внеурочной деятельности.</p>	<p>1.Планирование организации и проведения мероприятий по формированию экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся</p> <p>2.1. Написание педагогами методических разработок для различных участников образовательного процесса по здоровьесбережению обучающихся.</p> <p>2.2. Участие педагогов лица в конкурсах по здоровьесбережению обучающихся.</p> <p>2.3. Диссеминация опыта педагогов в отношении работы по здоровьесбережению обучающихся.</p>
3.	Аналитический этап	<p>1.Мониторинги:</p> <p>1.1.Мониторинг для родителей, обучающихся, педагогов на предмет удовлетворённости результатами реализации Программы.</p> <p>1.2. Мониторинг показателей состояния здоровья учащихся до и после реализации Программы</p> <p>1.3.Мониторинг сформированности экологической культуры и культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся лица.</p> <p>2.Подведение итогов реализации Программы в</p>	<p>1.1.Анкетирование родителей, обучающихся, педагогов на предмет удовлетворённости результатами реализации Программы.</p> <p>1.2. Оценка показателей состояния здоровья учащихся до и после реализации Программы</p> <p>1.3. Оценка сформированности экологической культуры и культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся лица.</p> <p>2. Проведение педагогических</p>

	<p>коллективе педагогов, родителей, учащихся и создание новой перспективной программы с учетом полученного опыта в отношении сохранения и укрепления здоровья обучающихся.</p> <p>3. Диссеминация опыта.</p>	<p>советов, родительских собраний, обсуждений с обучающимися в отношении получения опыта работы лица по Программе.</p> <p>3. Выступление педагогов на конференциях, семинаров в целях распространения опыта реализации Программы.</p>
--	--	---

4. Результативность программы

4.1. Критерии оценки результативности программы

В соответствии с поставленными задачами для подтверждения результативности программы необходимо выделить критерии оценки достигнутых результатов.

Цель	Задачи	Результаты	Критерии оценки
Создание в лицее организационно - педагогических, организационно-методических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения и здоровьесозидания обучающихся	<ul style="list-style-type: none"> Разработать план мониторинговых исследований в отношении оценки уровня создаваемых условий для здоровьесбережения обучающихся 	<ul style="list-style-type: none"> Разработанный план проводимых мониторинговых исследований в отношении оценки уровня создаваемых условий для здоровьесбережения обучающихся; Поддержание высокого уровня, созданных условий в отношении здоровьесбережения учащихся лица 	<p>Полнота и целесообразность мониторингов оценки условий, создаваемых лицеем, для здоровьесбережения обучающихся;</p> <p>Уровень созданных условий для здоровьесбережения обучающихся лица</p>
	<ul style="list-style-type: none"> предоставлять педагогам возможность осваивать и применять в процессе обучения школьников методы работы, берегающие здоровье обучающихся 	<p>Повышение уровня квалификации педагогов в области здоровьесбережения;</p> <p>Применение педагогами здоровьесберегающих технологий в процессе обучения и воспитания</p>	<p>Уровень владения педагогами знаниями в области здоровьесбережения - количество педагогов обученных на курсах повышения квалификации в области здоровьесбережения - количество педагогов, использующих</p>

			технологии на занятиях; - знания педагогов о методах и формах здоровьесбережения при работе с детьми
	<ul style="list-style-type: none"> способствовать развитию психолого-медико-педагогической службы лица для профилактики и оказания своевременной помощи в отношении сохранения психологического и физического здоровья обучающихся 	Развитие психолого-медико-педагогической службы лица в отношении сохранения психологического и физического здоровья обучающихся: представленная система работы службы в области здоровьесбережения обучающихся	Уровень удовлетворенности участников образовательного процесса действиями службы психолого-педагогического сопровождения в области здоровьесбережения
Создание условий работы с участниками образовательного процесса, способствующих формированию у обучающихся понимания значимости сохранения и укрепления здоровья, а также навыков ведения здорового образа жизни;	<ul style="list-style-type: none"> <u>описать систему</u> работы с участниками образовательного процесса в области здоровьесбережения, <u>демонстрирующую</u> ее системность и комплексность 	Представленная модель работы с участниками образовательного процесса в отношении формирования экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, демонстрирующая системность и комплексность работы	Показатели сформированности целостной системы работы с участниками образовательного процесса в области здоровьесбережения: -Численные показатели; Качественные показатели удовлетворенности участников образовательного процесса созданной моделью здоровьесбережения
	<u>Создать условия</u> при работе с участниками образовательного процесса, <u>способствующие</u> у учащихся формированию понимания значимости вести здоровый образ жизни	Описание условий работы с участниками образовательного процесса, <u>способствующих</u> у учащихся формированию понимания значимости вести здоровый образ жизни	Уровень актуальности и результативности предлагаемых форм работы с участниками образовательного процесса; Уровень актуальности и результативности предлагаемых

			материалов для работы с участниками образовательного процесса
Разработка и внедрение мер по поддержанию здоровья педагогических работников лица.	<ul style="list-style-type: none"> создать условия для сохранения здоровья педагогов лица 	Разработка и внедрение мер по поддержанию здоровья педагогических работников лица	Удовлетворенность педагогов предлагаемыми мерами по поддержанию и сохранению здоровья педагогов

4.2. Оценочные и методические материалы

Оценка результативности программы по соответствующим критериям оценки требует подбор и создание оценочных и методических материалов. В качестве предлагаемых материалов могут выступать:

Критерии оценки результативности программы	Диагностические материалы для оценки	Показатель результативности программы
<p>Полнота и целесообразность мониторингов оценки условий, создаваемых лицеем для здоровьесбережения обучающихся;</p> <p>Уровень созданных условий для здоровьесбережения обучающихся лица</p>	<p>Анализ полноты и целесообразности проводимых мониторингов для оценки здоровьесберегающей среды лица на основе анкетирования участников образовательного процесса.</p> <p>Анкета «Какой должна быть школа для сохранения здоровья учащихся» (разработка службы здоровья лица)</p> <p>Оценка уровня создаваемых условий отслеживается результатами <u>проводимых диагностических обследований</u> среды лица</p>	<p>Разработка и проведение мониторинговых исследований в соответствии с пониманием участников образовательного процесса о том, какой должна быть здоровьесберегающая среда</p> <p>Сохранение или положительная динамика показателей оценки условий здоровьесберегающей среды лица</p>
<p>Уровень владения педагогами знаниями в области здоровьесбережения:</p> <p>- количество педагогов обученных на курсах повышения квалификации в области</p>	<p>оценка численности педагогов, повысивших квалификацию в области здоровьесбережения;</p>	<p>Сохранность или увеличение численности педагогов, повысивших свою квалификацию в области здоровьесбережения;</p>

<p>здоровьесбережения; - количество педагогов, использующих технологии на занятиях; - знания педагогов о методах и формах здоровьесбережения при работе с детьми.</p>	<p>оценка численности педагогов, использующих технологии здоровьесбережения Анкета для педагогов <i>«Использование форм и методов здоровьесбережения в учебном процессе»</i></p>	<p>Сохранность или увеличение численности педагогов, использующих различные технологии здоровьесбережения.</p>
<p>Уровень удовлетворенности участников образовательного процесса действиями службы психолого-педагогического сопровождения в области здоровьесбережения</p>	<p>Анкетирование участников образовательного процесса (педагогов, родителей, учащихся)</p>	<p>Достаточный уровень удовлетворенности действиями службы сопровождения в области здоровьесбережения (положительная оценка работы службы по результатам анкетирования)</p>
<p>Показатели сформированности целостной системы работы с участниками образовательного процесса в области здоровьесбережения: - Численные показатели; - Качественные показатели удовлетворенности участников образовательного процесса созданной моделью здоровьесбережения</p>	<p>Количественная оценка вовлеченности участников образовательного процесса в мероприятия по здоровьесбережению всех служб лица (ОДОД, школьные объединения, психолого-педагогическая служба и др.); Анкета удовлетворенности участников образовательного процесса системностью и целостностью работы лица в области здоровьесбережения</p>	<p>Сохранность или увеличение численности участников образовательного процесса в мероприятиях по здоровьесбережению всех служб лица; Достаточный уровень удовлетворенности (положительная оценка работ)</p>
<p>Уровень актуальности и результативности предлагаемых форм работы с участниками образовательного процесса; Уровень актуальности и результативности предлагаемых материалов для работы с участниками образовательного процесса</p>	<p>Анализ данных, характеризующих результативность использования различных форм работы с участниками ОП в области здоровьесбережения Анкеты для родителей и учащихся на предмет оценки ими предлагаемых и реализуемых мероприятий по здоровьесбережению</p>	<p>Рост численности учащихся пропагандирующих здоровый образ жизни; увеличение количества обучающихся, демонстрирующих свою активную позицию в области здоровьесбережения и т.д. Позитивная оценка участниками образовательного процесса (родителями и учащимися) предлагаемых мероприятий по здоровьесбережению</p>

Удовлетворенность педагогов предлагаемыми мерами по поддержанию и сохранению здоровья педагогов	Анкететы для педагогов на предмет оценки ими предлагаемых и реализуемых мер по здоровьесбережению педагогов	Позитивная оценка педагогов предлагаемых мер по здоровьесбережению
---	---	--

Приложение

Анкета для родителей

Оценка удовлетворенности действиями образовательного учреждения в отношении сохранения и укрепления здоровья обучающихся лица

Уважаемые родители, просим Вас ответить на несколько вопросов, касающихся организации лицеем здоровьесозидающей среды для развития и воспитания подрастающего поколения. Спасибо за Ваши ответы.

1. Как бы Вы в целом оценили работу лица в отношении создания здоровьесозидающей среды для сохранения и укрепления здоровья обучающихся (создание условий для физического, нравственного развития обучающихся, комфортных условий пребывания в школе, создания благоприятного психологического климата в школе и т.д.)

- хорошо
- удовлетворительно
- неудовлетворительно

2. Как Вы оцениваете степень психологической комфортности в лицее для Вашего ребенка

- степень комфортности высокая
- степень комфортности удовлетворительная
- степень комфортности неудовлетворительная

3. Как Вы оцениваете степень безопасности в лицее для Вашего ребенка

- степень безопасности высокая
- степень безопасности удовлетворительная
- степень безопасности неудовлетворительная

4. Достаточно ли, на Ваш взгляд, в лицее проводится мероприятий (спортивных, просветительских, игр, квестов и т.д.) для формирования культуры здорового и безопасного жизни обучающихся

- да, не совсем, хотелось бы больше
- нет, совсем не достаточно
- достаточно

Источники

1. Об образовании в Российской Федерации. Федеральный закон от 29.12.2012 №273 - ФЗ.// Официальные документы в образовании. – 2013.
2. Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования. Приказ Минобрнауки России.// Вестник образования. – 2.

3. Богдан Н.В., Клестова О.А. Особенности здоровьесбережения в современном образовательном процессе. // Педагогические науки, №1, 2004.
4. Власова А.В. Профилактика стрессовых состояний в период подготовки к экзаменам. Занятие для старшеклассников. // Психолог в школе. – 2015. - №4. – С.25.011.
5. Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения / Под ред. М.М. Безруких, В.Д. Сонькина. - М.: Триада-Фарм, 2002.
6. Панцова Н. И. Здоровьесберегающие технологии в учебно- воспитательном процессе. // ОБЖ. – 2015. - №4. – С.5.
7. Здоровьесбережение школьников в учебном процессе. Открытый урок <http://xnai1abbnckbmcl9fb.xnp1ai/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/610423/>
8. Здоровьесбережение в школе. Педагогический совет.su <http://pedsovet.su/publ/159-1-0-1499>
9. Электронный научный журнал. Современные проблемы науки и образования <https://www.science-education.ru/ru/article/view?id=24977>

Здоровьесозидающий формат реализации образовательных практик в школьном проекте «Живые уроки»

Кот Татьяна Викторовна,
кандидат психологических наук,
старший преподаватель СПБ АППО,
методист ИМЦ Кировского района Санкт-Петербурга
Троицкая Маргарита Леонидовна,
директор МОУ «Щегловская СОШ»
Всеволожского района Ленинградской области
Воронова Надежда Леонидовна,
заместитель директора МОУ «Щегловская СОШ»
Всеволожского района Ленинградской области

В соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта (ст. 1.6) одной из задач современной школы является объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества. Кроме того, стандарт рекомендует педагогу существенное расширение образовательного пространства: 30% учебного времени он должен проводить с детьми вне класса.[1]

На основании «Конвенции о правах ребёнка» (ст.29) образование должно быть направлено на воспитание ребёнка в духе понимания мира, уважения к родителям, его культурной самобытности, языку, к национальным ценностям страны, в которой он проживает. [2]

На протяжении последних трех лет в нашей школе реализуются экскурсионно-туристские образовательные практики в рамках школьного проекта «Живые уроки». Они не только дополнили и разнообразили образовательный процесс в нашей школе, но и дали возможность детям применить на практике изучаемый учебный материал.

Наша школа одна из старейших во Всеволожском районе и Ленинградской области. Ей уже 90 лет. Школа расположена в уникальном, очень живописном месте (п. Щеглово). В непосредственной близости от школы на несколько километров простирается Щегловский парк, памятник архитектуры садово-паркового искусства XIX века. На его территории растут вековые деревья: дубы, липы, кедровые сосны. Парку уже более двухсот лет, а он продолжает радовать посетителей своей красотой. Во время Великой отечественной войны на территории сельского поселения располагалась 136 стрелковая дивизия, принимавшая активное участие в боях за Ленинград. С 2015 года (с года 70-летия победы) школа носит имя 136 стрелковой дивизии.

В образовательном учреждении уже более 20 лет работает и активно участвует в краеведческой и воспитательной работе школьный музей.

Наличие таких ресурсов как Щегловский парк и школьный музей позволило нам осуществить проект «Живые уроки» и на практике внедрить экскурсионно-туристские мероприятия в общеобразовательный процесс. Это способствовало не только более глубокому усвоению школьной программы, но и творческому и духовно-нравственному развитию личности каждого ученика. Инновационный проект «Живые уроки» обеспечивает междисциплинарный подход, подразумевает исследовательские и творческие задания, выходящие за рамки школьной программы.

«Живые уроки» - это занятия и мероприятия, которые проводятся в школьном музее, в других музеях, на производстве или предприятии. Там дети приобщаются к истокам родной культуры, воссоздают старинные обряды и обычаи, расширяют школьные знания. Это способствует формированию социального и психологического здоровья обучающихся. На «живых уроках» развиваются личностные качества ребенка. Он учится понимать и принимать себя, других и окружающий мир, конструктивно взаимодействовать с собой, с другими людьми и с окружающим миром с позиции сотрудничества, взаимопонимания, эффективного решения возникающих жизненных задач.

Теоретическим и методологическим обоснованием внедрения экскурсионно-туристских мероприятий в образовательный процесс являются концептуальные идеи, известные с первой четверти XX века и принадлежащие основателям Школы экскурсионизма Н.П.Анциферову, Б.Е.Райкову.[3,4]

Идея проекта заключается в создании образовательного пространства школы с развитой сетевой инфраструктурой: школьный музей, парк, предприятия и организации, музеи и библиотеки и в тематическом целенаправленном использовании культурно-исторического пространства сельского поселения, Всеволожского района, Санкт-Петербурга и других городов.

Образовательные практики реализации проекта предоставляют возможность не только практического освоения информации о культурно-исторических традициях поселения, района, области и страны, но и имеют определенный здоровьесозидающий потенциал.

Здоровьесозидающий формат реализации проекта основан на подходе в образовании, подчеркивающим развивающий и формирующий характер влияния образования на здоровье участников образовательных отношений на основе понимания здоровья как многомерной системы, состоящей из взаимозависимых компонентов и признания определяющей роли культуры здоровья как ценностно-мотивационной составляющей целенаправленного оздоровления образа жизни. [5,6]

Здоровьесозидающий характер реализации образовательных практик в контексте психологического здоровья прослеживается в рефлексивном, эмпатийном, персонализированном взаимодействии всех участников образовательных отношений. В целях мониторинга метапредметных и личностных образовательных результатов учащихся

используются цифровые «дневники впечатлений» учащихся, портфолио, рефлексивные практики.

Потенциал проекта для сохранения и укрепления физического здоровья реализуется занятиями, мероприятиями, осуществляющимися в парке, на свежем воздухе, с различными формами двигательной активности (туристический слет, экологический фестиваль и др.)

Цель проекта «Живые уроки»: интерактивное (т.е. непосредственно-контактное, рефлексивно-эмпатийное) изучение родной страны, своей малой родины и приобщение к национальным, историко-культурным и природным ценностям для обеспечения творческого и духовно-нравственного развития личности.

Задачи проекта:

- формирование социального здоровья обучающихся через развитие таких компетенций, как навыки конструктивного взаимодействия с другими людьми;
- формирование психологического здоровья через обучение рефлексии, т.е. умению глубже осознавать и анализировать свои и чужие действия и поступки;
- формирование физического здоровья обучающихся путем проведения мероприятий включающих разнообразную двигательную активность (экскурсионные прогулки и экскурсионные пробежки).

Проект включает в себя образовательные модули:

1. «Я поведу тебя в музей!», в рамках которого организуются занятия на базе музеев Санкт-Петербурга, Всеволожска и других городов Ленинградской области и Российской Федерации.

2. «Щегловские живые уроки», в рамках этого модуля дети изучают историю поселения, знакомятся с памятными и интересными местами п. Щеглово.

3. «Музейные уроки», в этот модуль входят занятия, которые проходят в школьном музее. Это встречи с ветеранами и другими интересными людьми.

В реализацию проекта включены все участники образовательных отношений: обучающиеся, педагоги и родители. Взаимодействие с представителями всех трех групп заключается в привлечении их к путешествиям, экскурсиям и школьным мероприятиям, таким как День семьи, Единый школьный день музея и т.д. День семьи - традиционное тематическое школьное мероприятие. В 2019 этот праздник был посвящен теме: "Школьные династии выпускников". Дети и родители каждого класса создавали плакаты и стенгазеты о родителях-выпускниках школы. Родители делились воспоминаниями о своем обучении в этой школе. В Единый школьный день музея все учащиеся в сопровождении учителей и родителей отправляются в поездку. Посещены большое количество музеев как в Ленинградской области и Санкт-Петербурге, так и других городах России.

В проведении мероприятий военной тематики наша школа осуществляет профессиональное сотрудничество с государственным бюджетным учреждением культуры Ленинградской области «Музейно-мемориальный комплекс «Дорога жизни» и Военно-историческим клубом «ДОЗОР». Клуб предоставляет выставку оружия и униформы. На таких мероприятиях школьники общаются с ветеранами Великой Отечественной войны, совместно исполняют стихи и песни военных лет, знакомятся с видеоматериалами проекта «Блокада. Голоса» и военными артефактами. Для ребят интересны как интерактивные выставки, так и увлекательные беседы.

В рамках проекта «Живые уроки» занятия проводятся не только педагогами, но и самими детьми. Формы занятий: лекции; игры и путешествия; очные и заочные экскурсии; экскурсионная пробежка.

Остановимся подробнее на том, что такое «экскурсионная пробежка». На музейных занятиях учащиеся разработали и изготовили информационные стенды для памятных мест в Щегловском парке. Они призваны помочь посетителям совершить экскурсию и получить представление о памятниках культуры и информацию о парковой территории. По

составленному маршруту, на котором расположены стенды, юные экскурсоводы пробегают по парку. При этом гиды останавливаются у каждого стенда и рассказывают о достопримечательностях. Такой формат проведения экскурсий является и интересным и одновременно полезным для укрепления физического здоровья.

Исследовательская и проектная деятельность учащихся в нашей школе также осуществляется в соответствии с задачами здоровьесозидания. Темы исследовательских и проектных работ связаны с тематикой формирования, сохранения и укрепления здоровья, ведения здорового образа жизни.

Таким образом, предложенный опыт работы по реализации школьного проекта «Живые уроки» направлен на формирование всех аспектов здоровья: нравственного, социального, психологического, физического и является важным направлением воспитательной работы школы.

Литература

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 декабря 2010 г. № 1897)
2. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20 ноября 1989 г.). Ратифицирована Постановлением ВС СССР 13 июня 1990 г. № 1559-1 // СПС Консультант Плюс.
3. Анциферов Н.П. Из дум о былом. – М.: Феникс; Культурная инициатива, 1992. – 512 с. 3.
4. Райков Б.Е. Методика и техника ведения экскурсий. – Пб: Время, 1922. – 128 с.
5. Колесникова М.Г. Служба здоровья образовательного учреждения: от замысла до реализации: Монография. – СПб: СПб АППО, 2010
6. Кучма В.Р. Школа здоровья: организация работы, мониторинг развития эффективности (аудит школы в сфере здоровьесбережения детей) //В.Р. Кучма, Л.М. Сухарева, М.И. Степанова и др. – М.: Издательство Просвещение, 2011 – 142 с.

Здоровьесозидающее образовательное пространство урока как ресурс сохранения и приумножения здоровья школьников

Печникова Виктория Сергеевна,
учитель истории и английского языка
ГБОУ лицея №179
Калининского района Санкт-Петербурга

Аннотация: Большую часть школьной жизни ученик проводит на уроках, где сталкивается с ситуациями «успеха» и «неуспеха», трудностями и удачами. За сорок пять минут школьного урока ребенок может пережить целую палитру эмоций, недаром урок можно назвать маленькой жизнью. Для учителя очень важно не только осуществить успешное решение поставленной задачи и сформировать определенные навыки и умения, но и организовать эффективное взаимодействие на своем уроке с целью создания комфортного психологического микроклимата, способствующего продуктивной работе. Школьный урок обладает огромнейшим здоровьесозидающим потенциалом, реализация которого будет способствовать сохранению и приумножению физического, психологического и духовно-нравственного здоровья учащихся. Ключевую роль в реализации данного потенциал играет личность учителя, готового использовать новые подходы к организации образовательного

процесса, новые технологии в подаче учебного материала и новые идеи для создания комфортного психологического микроклимата на уроке.

Ключевые слова: здоровьесозидающий, потенциал, технологии, учитель, критерии.

Здоровьесозидающая образовательная среда - это комплексная система, включающая в себя множество элементов, начиная с материально-технического оснащения образовательного учреждения и заканчивая системой воспитательной работы, направленной на формирование культуры здорового образа жизни.

Здоровьесозидающий потенциал школьного урока является ключевым звеном в этой системе, так как большую часть школьной жизни ребенок проводит именно на уроках, где сталкивается с трудностями, проблемами, конфликтными ситуациями и ситуациями «неуспеха».

Ключевыми проблемами являются эмоциональное переутомление и нервное перенапряжение школьников, не позволяющие им в полной мере реализовать свои способности и вызывающие негативное восприятие школьной жизни.

Личность учителя играет главную роль в решении данных проблем, а именно его методическая грамотность, готовность и способность применять новые приемы и технологии, позволяющие реализовать здоровьесозидающий потенциал школьного урока и минимизировать риски, связанные с психологическим здоровьем школьников.

Критерии здоровьесозидающего потенциала школьного урока разработаны в Санкт-петербургской системе образования, а именно в Академии Постдипломного образования, на кафедре педагогики окружающей среды, безопасности и здоровья человека [1,34].

Первый критерием является соблюдение санитарно-гигиенических требований не только к организации рабочего места и применению технических средств обучения, но и, самое главное, к дозированию учебной нагрузки и соблюдению динамики работоспособности учащихся на уроке [1,34].

Как показывает практика, вопрос объема и уровня сложности домашнего задания – на данный момент является одним из самых острых не только для детей, но и для их родителей. Главные правила, которыми должен руководствоваться учитель, чтобы выполнение домашнего задания из эффективного средства обучения не превратилось в бессмысленную «каторгу» для ученика, следующие: 1. Четкое разграничение домашнего задания по типу: либо на отработку пройденного материала, либо задание «опережающего» характера. 2. Домашнее задание опережающего характера должны быть посильны для ученика. 3. Объем домашнего задания не должен превышать установленных законом норм. 4. Реализация дифференцированного подхода (индивидуальные и разноуровневые домашние задания, задания на выбор).

Соблюдение динамики работоспособности учащихся на уроке – тоже немаловажная составляющая здоровьесозидающего урока. Ключевой вопрос – четкое соблюдение этапов урока. После 3-5 минутного периода вработывания наступает период высокой работоспособности, который длится у младших школьников в течение 10-15 минут, в основной школе – в течение 20-25 минут [2,133]. Самая распространенная ошибка – затягивать период проверки домашнего задания (возвращаемся к вопросу об его объеме). Это приводит к тому, что объяснение и отработка нового материала приходится уже на период «прогрессивного падения» работоспособности и внимания.

Методы «эффективной проверки» домашнего задания, позволяющие за минимальное время 5-10 минут опросить и оценить максимальное количество человек достаточно разнообразны и включают в себя: а) сочетание устного и письменного опроса (индивидуальные задания по картам); б) фронтальный экспресс-тест; в) взаимная проверка в парах; г) самопроверка на основе алгоритма, предложенного учителем. Последние два способа являются не только менее затратными по времени, но и эффективными в вопросе

снятия тревожности, так как момент проверки и оценивания домашней или классной работы для многих ребят является одним из самых стрессовых на уроках.

Следующий критерий здоровьесозидающего потенциала урока – использование приемов для профилактики переутомления [1,35]. Для профилактики гиподинамии необходимо увеличить двигательную активность ребят посредством различных педагогических технологий (игры, инсценировки, групповая работа, а также различные способы расстановки парт, для младших школьников – подъем при ответе с места). Также неотъемлемой частью урока должны быть динамические паузы и гимнастики, включая гимнастику для глаз. Самомассаж ушей и ладоней – один из самых простых, но очень эффективных и приятных способов снять напряжение и активизировать работу мозга. В зависимости от ситуации, динамические паузы можно заменить на релаксационные, во время которых ребята не только отдыхают, но и получают эстетическое удовольствие. Как приятно положить ручку на парту, отодвинуть учебник, расслабиться и послушать мелодичные звуки природы, музыку или плавную речь учителя. Важно понимать необходимость мотивации учащихся на активную работу и создание доброжелательного эмоционального настроения на начальном этапе урока. Методы, которые могут быть использованы на уроках истории и английского языка достаточно разнообразны: наглядность, загадки, игровые моменты, интрига, неожиданные вопросы и т.д.

Одним из важнейших критериев здоровьесозидающего потенциала школьного урока является обеспечение его психологической безопасности [1,35], являющейся базовой потребностью человека.

Самое главное для ребенка на уроке - когда ничто не угрожает. Как этого добиться? 1. Принять ученика таким, какой он есть. 2. Называть учеников по имени. 3. Устанавливать контакт глазами. 4. Учителю сохранять позитивный настрой и не терять чувство юмора. 5. Установить положительную обратную связь и разнообразить способы и приемы, как можно похвалить ученика за успешную работу. 6. Организовать взаимодействия учащихся друг с другом, так как общение является одной из самых важных потребностей ребенка. В этом вопросе важно соблюдать тонкий подход к организации парной и групповой работы. Главное – видеть и чувствовать учеников и избегать «фиктивных» пар или групп, где ребята не взаимодействуют, а выполняют задание каждый сам. Встречаются дети, которые не любят парную или групповую работу. Причин много: межличностные отношения; разный уровень знаний; разный темп работы. Если по каким-то причинам ребенок совершенно не готов к работе в паре или группе (это видно и чувствуется) – он может и должен получить индивидуальное задание.

Взаимодействие учителя и ученика порой не обходится без возникновения конфликтных ситуаций. Это естественный процесс. Грамотно построенный урок и эффективное взаимодействие учеников и учителя минимизируют риск возникновения ситуаций, когда ребенок начинает «занимать» себя сам.

Известно, что наибольший стресс у учащихся вызывает проверка их знаний. Какие приемы наиболее эффективны для снижения уровня тревожности и стресса на этом этапе урока? 1. Система безопасного оценивания. Сначала – обратить внимание на сильные стороны ответа и только потом указывать на недочеты. 2. Активную работу на уроке можно отслеживать посредством специальных жетонов или балльной системы. 3. Организация самопроверки или взаимной проверки в парах.

Неотъемлемая составляющая комфортного и безопасного психологического микроклимата на уроке – когда все у всех получается, когда учащимся понятен и интересен смысл происходящего на уроке. Безусловно, все имеют разные способы восприятия информации и обладают разными способностями. Для учителя важно использовать индивидуальный подход при подаче и объяснении учебного материала: разный уровень

заданий (задания на выбор); разные способы опроса; разные способы представления информации (таблица, текст, схема, иллюстрации, видео, аудиофайлы).

В любом предмете есть материал сам по себе интересный, яркий и легко усваиваемый. Однако чаще всего предметные темы – объемные, сложные, а бывают просто не интересные и «скучные». Мастерство и профессионализм учителя способны сделать сложный материал – легким, неинтересный материал – захватывающим. Например, в английском языке – сухие грамматические темы необходимо разбирать в контексте ярких и интересных детям языковых ситуаций. Изучение грамматики, вырванной из живого языка, – это потерянное время и силы.

Урок должен быть лично ориентирован. Это следующий немаловажный критерий здоровьесозидающего потенциала школьного урока. Обращение на уроке к личному, житейскому опыту, предоставление возможности высказать собственное мнение, проанализировать свое эмоциональное состояние – все эти педагогические приемы помогают удовлетворить одну из главных потребностей учащихся – потребность в самоактуализации.

Содержание уроков истории может быть направлено на формирование здорового образа жизни школьника.

Изучение быта и нравов народов в разные исторические периоды является основой для этого: гигиена древних римлян, йога Древней Индии, продукты питания восточных славян, проблемы с чистотой и гигиеной в Средневековье.

Таким образом, реализация критериев здоровьесозидающего потенциала школьного урока позволит учителю создать необходимые условия для успешного и психологически комфортного взаимодействия учителя и учеников, а также будет способствовать сохранению физического и психологического здоровья школьников.

Литература

1. Колесникова М.Г. Здоровье как личностный результат образования в контексте новых образовательных стандартов // На пути к школе здоровья. – 2013 – с. 34 – 37.
2. Колесникова М.Г. Практикум. Учебно-методическое пособие к курсу «Здоровый образ жизни». - СПб: СПб АППО, 2010 – с.160

Движение на уроках – «воздух для учеников»

Сорокина Марина Геннадьевна,
педагог учебного центра «Современное образование» г. Пермь
Польгалова Наталья Валерьевна,
педагог учебного центра «Современное образование» г. Пермь

Начать разговор о том, почему для достижения результатов в обучении нового поколения педагогам надо искать результативные формы и приёмы, которые разовьют ребёнка, увлекут, будут здоровьесберегающими и при этом сформируют необходимые знания и навыки, хочется со слов А.В. Семенович, профессора кафедры клинической психологии факультета психологического консультирования МГППУ: «Последствия ядерных испытаний, появление новых информационных технологий, применение искусственных заменителей пищи, гормональных добавок, консервантов, лекарственных препаратов, изменение электромагнитного поля земли и изменение экологических факторов привели к запуску иных ритмов, новой биохимической, гормональной, вегетативной

организации. Современный ребёнок и ребёнок, рождённый до девяностых годов, — это два разных человека, каждый из которых говорит на своём языке тела и на своём языке мозга».

О том, как движение связано с обучением, педагоги нашего учебного центра «Современное образование» задумывались уже давно. Наш центр — учреждение дополнительного образования, к нам на занятия в течение учебного года приходит более 2000 учеников из разных школ Перми, и часто мы видели, что в каждой группе всё больше стало появляться детей, которые не усваивали учебный материал.

Мы начали искать пути, которые могут привести к результату. В 2006 году познакомились с московским Научно-исследовательским центром детской нейропсихологии имени А.Р. Лурии и вот уже много лет используем нейропсихологические методики в учебном процессе. Благодаря этому мы видим, что работа с телом, работа с движением может повлиять не только на социализацию ребёнка, но и на учебную деятельность.

Соединив усилия и находки филологов и нейропсихологов, специалисты учебного центра «Современное образование» создали курс «Движение. Логика. Грамотность», содержанием которого является не традиционная отработка орфографических навыков, основанных на знании и применении правил русского языка, а система упражнений, предполагающих активизацию и «включённость» всех психических функций ребёнка (мышления, всех видов памяти, воображения, внимания, пространственного восприятия и др.).

На первом месте в названии курса стоит слово «Движение». Это и есть квинтэссенция необычного методического подхода, который позволяет решить проблему детской безграмотности, развить языковое чутьё, улучшить отношение ребёнка к урокам русского языка.

Важно не «ставить на паузу» ни одну из функций мозговой деятельности во время урока. Мало слушать и писать. Нужно и прыгать, и проговаривать, и хлопать, и подбрасывать, и ловить, и дуть, и петь, и топать, и танцевать, и шептать, и угадывать на ощупь, и успевать на скорость, и бросать, и приседать, и смеяться. И в каждом случае на результат будет работать определённый участок мозга.

Идея программы «Движение. Логика. Грамотность» универсальна. Она соединяется и с обучением английскому языку, и математике, и чтению. И даже на уроках в 10-11-х классах наши педагоги обязательно используют элементы двигательной активности.

Действительно, лучше сохраняется та информация, для усвоения которой задействованы разные системы организма (и слух, и зрение, и речь, и движение). А это невозможно в полной неподвижности и тишине.

До 85 процентов дневного времени большинство школьников находится в статическом положении.

Доктор медицинских наук профессор А.Б. Ситель в книге «Соло для позвоночника» пишет: «Возмутительно заставлять сидеть детей за партой 40–45 минут неподвижно! Возникает напряжение мышц спины и шеи, снижается вентиляция легких, легко возникают воспалительные процессы... И хорошо, что многие «оболтусы», словно повинувшись могучему инстинкту, всё-таки вертятся на уроках и, получая замечания, а порой и тумаки, находят любой повод, чтобы спасти себя от неподвижности. И правильно делают!»

Почему же течение нескольких веков учителя упорно добиваются на уроке от детей неподвижности и молчания, несмотря на то, что все знают о колоссальной пользе естественного двигательного развития, а в лексикон педагогов прочно вошел термин «здоровьесберегающие образовательные технологии»?

Потому что руководить процессом обучения детей, при этом разрешать им двигаться, говорить, перемещаться по классу, играть, выражать эмоции, задавать вопросы, не дожидаясь, когда дадут слово, — это высший педагогический пилотаж. И этому не обучают в педвузах.

Интуитивный учительский порыв «упорядочить, сковать, утихомирить» постепенно приучает детей к отсутствию живого активного участия в процессе «образовательного путешествия».

Современным педагогам стоит повышать квалификацию, изучая достижения смежных с педагогикой наук – психологии, нейропедагогики, нейропсихологии, физиологии. Иначе невозможно совместить естественную потребность ребенка двигаться с успешным освоением школьной программы.

Безусловно, если движение никак не связано с обучением, то оно может отвлекать. Но если вы сумеете сделать движение одной из методических составляющих вашего урока, ваши ученики будут намного быстрее запоминать, намного радостнее бежать на ваш урок, намного лучше себя чувствовать.

Поколение Z будет вынуждено постоянно и очень быстро учиться, переключаться между смежными областями деятельности. Развивать мозг учащихся и поощрять любовь к обучению, чтобы дети смогли адаптироваться к новым вызовам, которые нам выдвигает современное общество, – важнейшая задача педагога.

Instagram как один из ресурсов использования цифровых технологий в работе учителя здоровья

Ефимов Сергей Владимирович,

заместитель директора,
учитель английского языка ГБОУ СОШ №129
Красногвардейского района Санкт-Петербурга

“Цифровые технологии” - за этими сухими словами кроется огромный мир, который до сих пор для многих учителей остается неизведанным. Все новое кажется сомнительным и пугающим, потому что лишает определенности и уверенности в завтрашнем дне. “Зачем нам цифровые технологии?” “С ними дети забудут обо всем на свете!” или “Это суррогат прогресса”. Как часто мы слышим подобные фразы. А вместе с тем, как говорит профессор С.В.Алексеев: “Желаем мы того или нет, но цифровые технологии прочно вошли в нашу повседневную жизнь”. С этим трудно поспорить. Особенно остро стоит, так называемый “телефонный вопрос”. Трудно представить себе ученика без сотового телефона или планшета. Как убедить школьников отказаться от использования гаджетов на переменах? Как обратить их внимание на укрепление своего физического здоровья?

С этими вопросами пришлось столкнуться и мне. Для меня - как для учителя здоровья - стало делом чести найти возможные пути выхода из сложившейся ситуации. Как говорит советский и российский психолог Ю.Б. Гиппенрейтер: “Если у ребенка есть какая-нибудь потребность – ее нужно цивилизованно удовлетворить”. Легко сказать, но как это сделать? Решение мне подсказали мои друзья, которые после моего возвращения с победой во Всероссийском этапе конкурса “Учитель здоровья России” категорично заявили: “Ты просто обязан сделать что-то полезное и интересное для всех без исключения – учеников, учителей, родителей и друзей!”

По данным компании Aitarget, официального реселера Instagram и Facebook в России, по итогам 2018 года Россия занимает 6 место в мире и 1 место в Европе по числу активных пользователей Instagram. Он находится на третьем месте по популярности – 42,9 % . В настоящее время по прогнозам специалистов популярность Instagram будет расти. У него есть все шансы в 2019 догнать “Одноклассники” по размеру аудитории. Кто-то использует

его для общения, кто-то для того, чтобы рассказать о себе, кто-то слушает музыку или смотрит видео. Для меня такое использование является непродуктивным. Я считаю, что было бы очень полезно посмотреть на Instagram, как на образовательную платформу и способ пропаганды здорового образа жизни нового поколения. Тогда мне в голову пришла идея создания проекта под названием: “Марафон здоровья”. Целью марафона стала популяризация здорового образа жизни и раскрытие понятия “здоровья” как многокомпонентного и разнопланового явления. К участию в марафоне я пригласил всех своих подписчиков: друзей, учеников и коллег, независимо от их опыта использования Instagram. Каждый день в Instagram на моей страничке ровно в 6.00 появлялся видеоролик, в котором я рассказывал о задании на предстоящий день. Для многих ранний подъем стал новым полезным начинанием в изменении ритма их жизни. В 23.00 я проводил прямой эфир, в котором компетентное жюри оценивало выполнение задания по предлагаемым критериям. Это создавало соревновательный момент и добавляло азарта всем участникам. 5 дней, которые должны были перевернуть жизнь участников марафона: выйти из зоны комфорта, обратить внимание на свое здоровье, посмотреть на здоровье с разных сторон. В первый день марафона нужно было создать небольшой видеоролик-презентацию, продолжительностью 1 минуту, в котором участникам предлагалось озвучить цель участия в предстоящем марафоне. Во второй день мы следили за продуктивным временем в течение дня и составляли таблицу продуктивного и непродуктивного времени. Третий день был посвящен правильному питанию и анализу своего питания. Наибольший интерес вызвал у всех четвертый день марафона, заданием которого было продемонстрировать свой необычный полезный навык, направленный на развитие своих способностей. Многие в этот день показали большое количество интересных и полезных навыков. К моей огромной радости в марафон включились не только ребята, но и учителя, методисты и даже директора не только из Санкт-Петербурга, но и из других городов России.

Таким образом, можно сказать, что марафон стал международным событием-здоровья. В последний день марафона участникам предлагалось создать свой неповторимый девиз-слоган здоровья, который был бы выполнен на толстовке, которая стала главным призом марафона. Победителем стала золотая медалистка Елизавета Абучкаева, выпускница школы №129, которая предложила такой девиз: “Не будет лучшего момента в жизни, чтобы начать делать то, о чем ты мечтаешь, чем сейчас.”

Я считаю, что ее слова, как нельзя лучше подходят для завершения моей статьи. Приглашаю и вас, дорогие читатели, присоединиться ко всем идущим по пути здоровья. Заходите на мою страничку в Instagram и подписывайтесь, чтобы не пропустить марафон здоровья – [sergios_efimov](https://www.instagram.com/sergios_efimov).

Литература

1. Гиппенрейтер, Ю.Б. Введение в общую психологию / Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: ЧеРо, 1998. – 336 с.
2. <https://www.aitarget.ru/>

Здоровьесберегающий потенциал использования информационных технологий в обучении русскому языку и русской литературе

Петрова Елена Борисовна,
учитель русского языка и литературы
ГБОУ СОШ №182
Красногвардейского района Санкт-Петербурга

Аннотация: В статье рассматриваются вопросы здоровьесозидающего характера применения информационных технологий в учебном заведении в условиях цифрового образования, как они используются в образовательном процессе и как направлены на пользу здоровья учащихся.

Ключевые слова: здоровьесозидающий потенциал, информационные технологии, цифровое образование

Понятие «информационные технологии обучения» трактуется как совокупность методов и технических средств сбора, упорядочения, хранения и предоставления информации, позволяющих накапливать знания. Часто информационные технологии обучения рассматривают как совокупность обучающих программ, которые помогают организовать обучение, усвоение, закрепление и контроль знаний. Для введения таких технологий в процесс обучения необходимо создание единой среды, содержащей техническую, программную, предметную и методическую базы. Техническая база представлена компьютерной техникой (персональными компьютерами, сервером, наличием единой информационной сети, мультимедийным проектором, сканером, телевизором и пр.). Программная база подразумевает наличие различного программного обеспечения (программы, набор видеокассет и мультимедийных дисков), вид и тип которого зависит непосредственно от технической базы. Использование компьютерных средств на уроках русского языка и русской литературы позволяет воспользоваться следующими преимуществами такого метода: расширение возможности изложения и предоставления информации учащимся, повышение уровня доступности излагаемого материала; повышение мотивации к обучению; моделирование комбинированных уроков на основе использования компьютерной техники; контроль усвоения учебного материала каждым учеником, используя тестирующее программное обеспечение.[1].

Таким образом, использование информационных технологий способствует объединению в одном блоке (одном уроке, части урока) текстовой информации, графики, звука, видео, анимации. Это позволяет выполнить большой объем работы за короткий промежуток времени, предотвратить усталость и сохранить эмоциональные ресурсы учителя и ученика.

Сохранение и укрепление здоровья детей может осуществляться не только на специальных уроках, посвященных данной тематике, где школьники могут целиком посвятить время знаниям и навыкам здоровьесбережения и здоровьесозидания, но и на обычных уроках. Учителю следует помнить о том, что необходимо делать 3-5 минутные паузы, предотвращая утомление детей. В этих паузах эффективно переключать внимание на другую предметную область, выполнять двигательные упражнения. [3]. В некоторых случаях, уроки могут проходить в форме, отличной от традиционного сидения за партами. Наиболее подходящие формы уроков, сочетающие двигательную и когнитивную активность: викторины; квесты; живые скульптуры; олимпиадные соревнования на заданную тему; просмотр и обсуждение видеосюжетов. В процессе реализации здоровьесозидающего подхода в контексте применения электронных образовательных ресурсов необходимы специальные

условия, которые создают возможности взаимодействия и взаимопонимания между педагогом и учащимся на основе тщательно продуманного содержания занятий, которые имеют смысловую значимость для учащихся [2].

По мнению авторов статьи, в обучении русскому языку и русской литературе наиболее эффективно использовать следующие виды программного обеспечения:

1. презентации, созданные в приложении POWER POINT;
2. флеш - анимации, созданные с помощью программы Macromedia Flash MX;
3. обучающие и справочные программы и курсы;
4. контролирующие программы и тестовые оболочки.

Power Point является самой доступной программой для создания презентаций (входит в стандартный пакет Microsoft Office). Одно из наиболее часто используемых достоинств данной программы — высокая наглядность при изучении материала. Данная программа поддерживает корректное отображение различных типов данных: графических объектов, видеофрагментов, звука, диаграмм. PowerPoint поддерживает большое количество сложных эффектов, таких как «ожившие» диаграммы, музыкальное и голосовое сопровождение показа слайдов. Таким образом, с помощью презентаций можно воздействовать на несколько каналов восприятия (зрительный, слуховой, кинестетический).

Представление учителем методического материала, направленного на реализацию идей здоровьесбережения, особенно эффективно в формате презентации. Процесс создания презентации включает несколько этапов: постановка задач; разработка структуры и содержания презентаций; создание отдельных слайдов; создание связной последовательности слайдов; создание эффектов анимации для отдельных элементов слайдов; настройка презентации.

Обучающие и справочные программы в основном предназначены для самостоятельного изучения материала учащимися. Однако некоторые их элементы (эксперимент, задача, видео, тест) могут быть использованы и как отдельные фрагменты урока, и как часть презентации, теста, демонстрации при объяснении материала. К контролирующим и тестовым программам относятся программы, предоставляющие возможность обучающимся проводить самостоятельный опрос. В связи с введением централизованного тестирования существуют диски с готовыми пробными тестами.

В качестве основных направлений информационной деятельности субъектов образовательных отношений мы выделяем: создание, развитие и поддержку сайта школы; создание презентаций, видеофильмов, клипов о работе школы; выпуск школьной газеты; участие в работе районных, городских, всероссийских и международных семинаров, конференций; публикации из опыта работы.

Использование информационных технологий на уроках русского языка и литературы открывает перед учителем возможности более экономичной и рациональной организации информационных процессов, повышения их динамичности, расширения диапазона анализируемых факторов для принятия решений, что в результате позволяет многократно повысить уровень обучения. Экономия времени на уроке позволяет сделать процесс обучения более здоровьесберегающим.

В результате совместной с обучающимися деятельности по освоению информационных технологий наблюдаются следующие здоровьесозидающие эффекты. Учащиеся перестают быть пассивными слушателями. У них возникает потребность свободно ориентироваться в информационном пространстве, находить нужную информацию, пользуясь различными источниками, уметь систематизировать полученную информацию в виде диаграмм, графиков, разбираться в программном обеспечении. Становясь активными участниками учебного процесса, учащиеся самостоятельно находят в информационном пространстве новые источники знаний и осваивают их. Активное использование интернет-сервисов позволяет целенаправленно ориентировать учащихся на поиск информации,

связанной с тематикой здоровьесбережения и здоровьесозидания. Внедрение информационных технологий обуславливает получение необходимой учебной информации, которая имеет индивидуально-личностный характер, позволяет увидеть продвижение каждого ребёнка в ходе обучения. Обучение с использованием компьютерных технологий позволяет значительно повысить мотивацию детей к самостоятельной исследовательской деятельности. Учителю информационные технологии дают возможность более полно реализовать свои педагогические идеи, разнообразить формы проведения занятий, сделать урок более насыщенным, содержательным, интересным.

Как показывает опыт, применение информационных технологий на уроках русского языка и литературы и во внеурочной деятельности расширяет творческие возможности как учителя, так и обучающихся, повышает интерес к предмету, стимулирует освоение ими новейших достижений в области компьютерных технологий, интенсифицирует процесс обучения и повышает качество знаний учащихся. Добиться реального вовлечения в процесс информатизации всех участников информационной образовательной среды можно, только если их участие в этом процессе будет осмысленным и мотивированным.

Образовательный процесс с использованием компьютерных технологий будет носить здоровьесберегающий характер если будет осуществляться комплексный подход к решению психолого-педагогических задач, который связан с применением здоровьесберегающих и здоровьесозидующих технологий. Данный процесс требует привлечения широкого спектра заинтересованных лиц, к которым кроме педагогов могут относиться администрация школы, классные руководители, психологи, социальные педагоги, сами учащиеся и их родители, медицинские работники.

Следует также отметить, что большую роль в реализации здоровьесберегающего потенциала образовательного процесса играют родители. Например, контролируя подготовку домашнего задания ребёнком, они должны также придерживаться здоровьесозидательного подхода. Родители могут организовать досуг ребёнка вне дома во внеурочное время, а также направлять деятельность школьников на выполнение заданий учителя, тем самым минимизируя свободное времяпровождение ребёнка перед экраном телевизора или неконтролируемое пользование сетью Интернет.[4].

Литература

1. ГОСТ Р 53620-2009 Информационно-коммуникационные технологии в образовании. Электронные образовательные ресурсы. Общие положения.
2. Маджуга А.Г. Педагогическая концепция здоровьесозидательной функции образования. 2010-11 г.г.
3. Панина С.В. Здоровьесберегающие технологии в контексте цифрового образования. Педагогические науки. Теория и практика общественного развития 2013 №11 <https://cyberleninka.ru> (дата обращения: 25.01.2019)
4. Федеральные Государственные Образовательные Стандарты

Конспект урока математики «Решение задач модуля «Реальная математика»»

Лобанова Наталия Николаевна,
учитель математики ГБОУ СОШ №283
Кировского района Санкт-Петербурга

Предмет: математика

Класс: 6

Тема урока: «Решение задач модуля «Реальная математика»»

Цели урока: обретение практических навыков решения задач модуля «Реальная математика», пропаганда здорового образа жизни посредством решения задач по математике.

Формируемые результаты (задачи урока):

Предметные: формировать умение решать текстовые задачи, задачи на проценты, на расчеты по формулам, анализировать диаграммы, таблицы, графики.

Личностные: формировать потребность быть здоровым, чувство ответственности, умение оценивать свои и чужие поступки, самостоятельно делать свой выбор, повышать интерес к изучению математики, осознавать значение математики в различных сферах человеческой деятельности.

Метапредметные:

познавательные: формировать умение ставить и решать проблемы, умение работать с информацией (поиск и выделение), развивать умение строить речевое высказывание.

регулятивные: формировать умение ставить учебную задачу, определять последовательность решения учебных задач (планирование), воспроизводить контроль и оценку, выполнять саморегуляцию.

коммуникативные: планирование действий, выражение своих мыслей, аргументация своего мнения, учет мнений соучеников, контролировать действия партнера.

Планируемые результаты: учащийся научится решать текстовые задачи, задачи на проценты, на расчеты по формулам, анализировать диаграммы, таблицы, графики.

Форма проведения: урок - практикум по решению задач (коллективная деятельность)

Тип урока: комбинированный

Здоровьесберегающие технологии урока (организационно-педагогические, психолого-педагогические, учебно-воспитательные):

- Оптимальная продолжительность и частота чередования видов деятельности;
- Наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и ЗОЖ;
- Физическая динамическая пауза;
- Нестандартный способ рассадки детей на период решения задачи в группах, позволяющий увеличить двигательную активность на уроке;
- Многообразие видов и форма преподавания (словесный, наглядный, самостоятельная, индивидуальная, групповая работа);
- Снятие стрессовых ситуаций через организацию парной работы, групповой работы, самооценки;
- Плотность урока не более 80%;
- Использование ИКТ-технологий согласно нормам.

Формы и методы проведения урока:

- Словесный (рассказ с применением диалога);
- Наглядный (демонстрация презентации);
- Частично – поисковый (самостоятельная работа с использованием раздаточного материала);

- Элементы педагогического менеджмента (осуществление постоянного контроля за усвоением материала).

Приемы повышения внимания и интереса обучающихся: проблемная постановка вопросов, демонстрация презентации, использование примеров и фактов.

Межпредметные связи: специальные предметы (валеология).

Проверка качества усвоения материала: самостоятельная работа обучающихся с использованием раздаточного материала; самооценка.

Оборудование, наглядные пособия, раздаточный материал: презентация в Power Point, ПК, мультимедийный проектор, карточки с заданиями, справочный материал.

Организационная структура урока

	Этапы проведения урока	Форма организации УД	Задания, выполнение которых приведет к достижению планируемых результатов
1	Организационный этап		
2	Постановка формируемых результатов и задач урока. Мотивация учебной деятельности учащихся		
3	Актуализация знаний	Ф	Устно: справочный материал
4	Обобщение и систематизация знаний (+ физкультминутка)	Ф	Раздаточный материал. Задача 1 (письменно)
		Ф	Экран. Задача 2 (устно)
		П	Раздаточный материал. Задача 3 (устно)
		Ф	Экран. Задача 4 (устно)
		Г	Раздаточный материал. Задача 5 (письменно)
		Ф	Экран. Задача 6 (устно)
5	Повторение	Ф	Раздаточный материал. Задача 7 (письменно)
6	Контроль и коррекция знаний	И	Раздаточный материал. Задачи 8,9 (письменно)
7	Рефлексия учебной деятельности на уроке	Ответьте на вопросы. 1. Какое из заданий, выполненных на уроке, больше всего понравилось? 2. Какие из заданий, выполненных на уроке, вызвали затруднения?	
8	Информация о домашнем задании	И	Задание на карточках

УД - учебная деятельность, Ф – фронтальная деятельность, И – индивидуальная деятельность, П – парная деятельность, Г – групповая деятельность

ХОД УРОКА

1. **Организационный этап.**

2. **Постановка формируемых результатов и задач урока. Мотивация учебной деятельности учащихся.**

Учитель: Сегодня у нас необычный урок. А о чем пойдет речь на нашем необычном уроке, вы узнаете, послушав притчу. «Однажды Сократа спросили: «Что является для человека наиболее ценным и важным в жизни – богатство или слава?» Великий мудрец ответил: «Ни богатство, ни слава не делают еще человека счастливым. Здоровый нищий счастливее больного короля!». Итак, что подразумевал мудрец, сказав эти слова?

Учащиеся: «здоровье», «о здоровом человеке», «лучше быть здоровым, чем богатым».

Учитель: Конечно же, здоровье! Здоровье человека – это главная ценность в жизни. Его не купишь ни за какие деньги. Каждый из нас хочет быть здоровым и счастливым. Предлагаю вам выполнить упражнение «Ассоциация». На экране фраза: «Здоровье-это...». У каждого из вас есть возможность назвать по одной ассоциации на слово «здоровье». (Ответы учащихся)

Учитель: Важно сохранить здоровье, которое дано каждому человеку с рождения. Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. Здоровый человек живет полноценной жизнью и приносит пользу обществу. Он может успешно решать основные жизненные задачи, преодолевать трудности, а если придется, то и значительные перегрузки. Хорошее здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь. Недаром одним из пожеланий является пожелание крепкого здоровья. По данным Всемирной организации здравоохранения 50% нашего здоровья – это здоровый образ жизни. Проблема сохранения и укрепления здоровья населения страны сегодня актуальна и глобальна.

3. Актуализация знаний.

Прежде чем решать задачи повторим сведения о процентах. Каждый ученик получил справочный материал.

ЗАДАЧИ НА ПРОЦЕНТЫ

Процент – это одна сотая часть величины
Обозначают: %
Чтобы найти 1% от величины,
нужно разделить ее на 100
1% от 500 кг равен 5 кг

25%

Задача 1. Найти 15% от 800 кг.

1) $800 : 100 = 8$ (кг) *или* 1) 15% – это 0,15
это 1% от 800 кг

2) $8 \cdot 15 = 120$ (кг)
это 15% от 800 кг

2) $800 \cdot 0,15 = 120$ (кг)
это 15% от 800 кг

Ответ: 120 кг

Задача 2. Найти число, если 3% от этого числа равны 60.

1) $60 : 3 = 20$ *или* 1) 3% – это 0,03
это 1% 2) $60 : 0,03 = 2000$
неизвестного числа

2) $20 \cdot 100 = 2000$
это 100%

Ответ: 2000

Задача 3. Сколько процентов составляет 200 м от 500 м?

1) $500 : 100 = 5$ (м) *или* $\frac{200}{500} = \frac{40}{100}$ – это 40%
это 1% от 500 м

2) $200 : 5 = 40\%$

Ответ: 40%

4. Обобщение и систематизация знаний.

По данным ВОЗ ежегодно в мире от сезонного гриппа гибнет порядка 650 тысяч человек. Поэтому для защиты от респираторной инфекции требуется проведение профилактических мероприятий. К основным методам неспецифической защиты от гриппа относят санитарно-гигиенические и оздоровительные мероприятия: рациональное питание (потребление большого количества свежих овощей и фруктов), ведение здорового образа жизни, закаливание. В период эпидемии гриппа рекомендуется как можно чаще мыть руки с мылом и проветривать помещения. В общественных местах для обработки кожи использовать

специальные антисептические жидкости или салфетки, и минимизировать прикосновения ко рту, глазам и носу.

Задача 1 (Ф). Согласно данным статистики, в начале 2018 года в Санкт-Петербурге заболело вирусными заболеваниями пять десятков тысяч человек. Источник: <https://starandstar.ru/gripp-y-spb-2018>. Из них 23 процента заболели гриппом, а остальные – другими вирусами. На основе данных найдите число жителей Санкт-Петербурга в тысячах человек заболевших гриппом.

Решение:

50 тыс.чел. – 100%

? тыс.чел. – 23%

1) $50:100=0,5$ (тыс.чел.) – 1% - заболевших вирусными заболеваниями

2) $0,5*23=11,5$ (тыс.чел.)

Ответ: 11,5 тыс.чел.заболели гриппом.

Задача 2 (Ф). На диаграмме (экран) показано количество учеников школы, перенёсших различные заболевания в январе-феврале 2018 г. Определите, сколько примерно учеников за этот период болели гриппом, если в школе обучаются 650 человек.

В ответе укажите номер правильного варианта.



1) 90

2) 170

3) 350

4) 40

Ответ: 2

Задача 3 (П). На графике представлены результаты наблюдения за температурой тела больного в период заболевания. На горизонтальной оси отмечены дни заболевания, а на вертикальной – температура в градусах Цельсия. Определите количество дней, в которые температура больного превышала 37°C .



Ответ: 6.

Наше наблюдение подтверждает необходимость проведения профилактических мероприятий, направленных против распространения эпидемии гриппа и ОРВИ. Одно из них – проветривание.

Задача 4 (Ф). Рекомендуемая продолжительность сквозного проветривания учебных помещений в зависимости от температуры наружного воздуха в соответствии с СанПиН 2.4.2.2821-10 для школ.

Наружная температура С ⁰	Длительность проветривания помещения (мин)	
	В малые перемены	В большие перемены и между сменами
От + 10 до +6	4-10	25-35
От +5 до 0	3-7	20-30
От 0 до -5	2-5	15-25
От -5 до -10	1-3	10-15
Ниже - 10	1-1,5	5-10

Какое наибольшее время может продолжаться проветривание кабинета в соответствии с СанПиН на большой перемене при температуре наружного воздуха -7⁰ С?

В ответе укажите номер правильного варианта.

- 1) 3 минуты
- 2) 0,25 часа
- 3) 720 секунд
- 4) 10 минут

Ответ: 2.

Учитель: О важности правильного питания уже 1000 лет назад говорил мудрый врач *Авиценна (Ибн Сина)*. В настоящее время люди едят растительной пищи непростительно мало: овощей в 3 раза меньше нормы, фруктов – в 4 раза. Правильное питание: залог роста и развития.

Важный показатель правильного питания и залог получения с пищей всех необходимых элементов – это количество и пропорция потребляемых белков, жиров и углеводов. Ребенок в течение суток должен обязательно кушать мясо, молоко, картофель или крупы, овощи, творог, фрукты, рыбу, хлеб ржаной, макаронные изделия. В процессе умственного или физического труда организм человека расходует энергию. Затраченная энергия восполняется питанием.

Люди во всем мире стали вести сидячий образ жизни, так как работают в основном за компьютером, а кроме того, получают высококалорийную пищу, такую как фастфуд и сладкие напитки. Как следствие за период 35 лет количество людей с ожирением резко выросло с 857 млн в 1980 г. до более 2 млрд в 2015 г. Это приблизительно треть мирового населения.

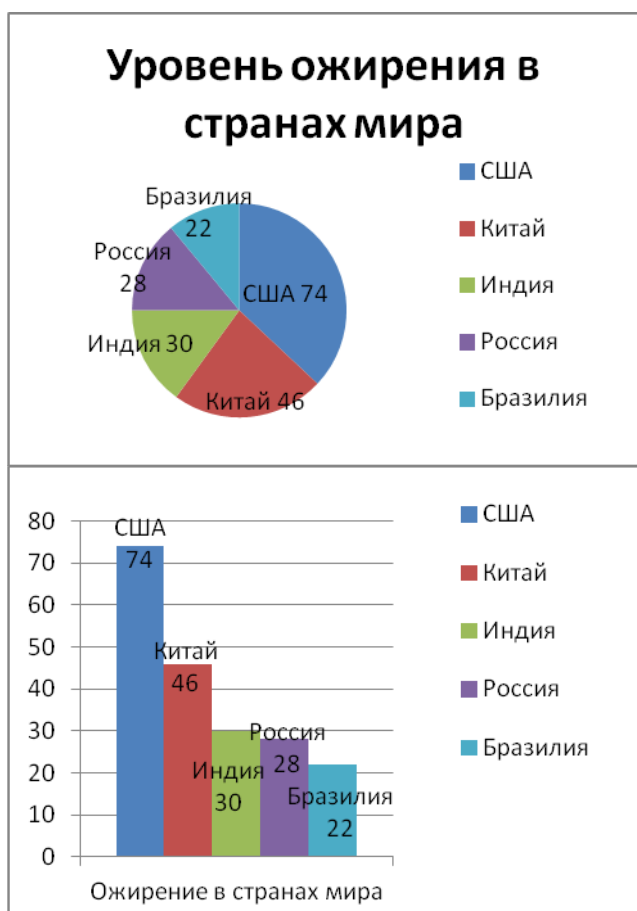
В основном, когда говорят об ожирении, вспоминают США, однако это не единственная страна, в которой проблема ожирения населения сейчас актуальна. Ожирение стало настоящей эпидемией во многих странах мира и серьезной угрозой здоровью населения. Люди, страдающие от лишнего веса, более склонны к ряду заболеваний, в том числе сердечным. Они с трудом выполняют работу, которая требует физической активности.

Задача 5 (Г). В таблице приведены данные о жителях 5 стран с самым высоким уровнем ожирения.

Место	Страна	Количество человек
1	США	74 млн
2	Китай	46 млн
3	Индия	30 млн
4	Россия	28 млн
5	Бразилия	22 млн

Представить результаты таблицы в наиболее наглядном на ваш взгляд виде (круговая диаграмма, столбчатая диаграмма, другое).

Варианты:



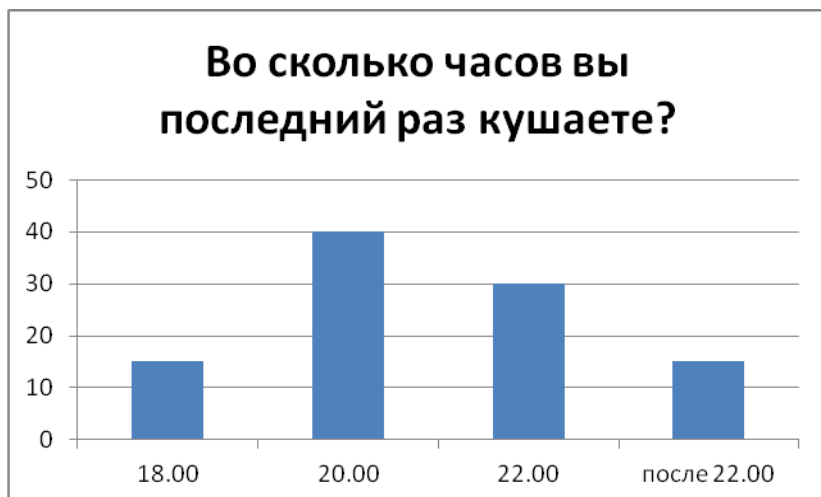
Физкультминутка.

Движение - это жизнь! Кто сказал эту фразу? Аристотель – великий древнегреческий мыслитель. К сожалению, многие приходят к пониманию того, что жизнь – это движение, только в пожилом возрасте. Аристотель считал, что залогом физического здоровья является крепкий позвоночник. Доказано, что занятия спортом не только укрепляют организм, но и помогают отвлечься от негативных мыслей, очистить сознание, поднимают настроение, избавляют от бессонницы, спасают от обжорства и уменьшают возможность появления различных сбоев в работе организма. Поэтому необходимо постоянно поддерживать свое

здоровье и регулярно заниматься физическими нагрузками. Правильное питание, режим дня, регулярные занятия спортом - все это фундамент счастливой жизни. Крепкое здоровье предполагает хорошее душевное состояние.

Проведение упражнений с массажным мячиком для фитнеса.

Задача 6 (Ф). Был проведен опрос 100 учеников по теме: Во сколько часов вы последний раз кушаете? Результаты представлены на диаграмме. На горизонтальной оси отмечено время, а на вертикальной – количество учеников.



Какие из следующих утверждений верны:

1. В 18.00 последний раз кушают менее четверти опрошенных.
2. В 20.00 последний раз кушают меньше опрошенных, чем после 20.00.
3. В 22.00 последний раз кушают более 40% опрошенных.
4. После 22.00 последний раз кушают не более 15% опрошенных.

В ответе укажите номер правильного варианта.

Ответ: 1,2,4.

Распад и окисление питательных веществ - источник энергии в организме человека.

Естественно, энергозатраты возрастают при нагрузках. Вместе с повышением энергозатрат усиливаются и процессы окисления, выделения продуктов распада, они в свою очередь связаны с интенсивностью кровообращения и в частности с повышением частоты сердечных сокращений. Давайте с вами посчитаем, сколько калорий мы растратили, сделав несколько физических упражнений в течение одной минуты. Для этого используем формулу, позволяющую рассчитать энергозатраты (Q) совершаемые человеком за 1 мин. по частоте сердечных сокращений (ЧСС).

Задача 7 Ф). Формула $Q = 2,09 (0,2 * N - 11,3)$ кДж/мин позволяет рассчитать энергозатраты (Q) совершаемые человеком за 1 мин. по частоте сердечных сокращений (N). Рассчитайте энергозатраты в кКл/мин, совершаемые человеком за 1 минуту при частоте сердечных сокращений 80 ударов в минуту. **Одна калория** — это единица энергии, необходимая для нагревания 1 грамма воды на 1 градус Цельсия. 1 калории соответствуют 4,2 джоуля.

Решение:

$$Q = 2,09 (0,2 * 80 - 11,3) \text{ кДж/мин} = 9,823 \text{ кДж/мин} = 2,34 \text{ кКл/мин.}$$

Задача 8 (И). С целью выявления наиболее частой причины обращения учащихся разных классов школы в медицинский кабинет, были изучены записи в амбулаторном журнале медицинского работника в период с 1 сентября по 25 мая 2017-18 учебного года. Эти данные приведены в таблице. На основании статистических данных найдите причину наиболее частых обращений учащихся к медицинскому работнику и выразите её величину в процентах.

№	Причина обращения	Количество обращений
1	Головная боль	25
2	Боли в животе	14
3	Ушиб	12
4	Расстройство ЖКТ	7
5	Повышенная температура тела	40
6	Зубная боль	3
7	Носовое кровотечение	5
8	Другие причины	19
	Всего:	125

Решение:

125 обращений – 100%

40 обращений – ? %

$125:100=1,25$ (обращений) – 1 % всех обращений

$40:1,25=32\%$

Ответ: Повышенная температура тела, 32%

Задача 9 (И). Зная длину своего шага, человек может приближённо подсчитать пройденное им расстояние s по формуле $s = nl$, где n — число шагов, l — длина шага. Какое расстояние прошёл человек, если $l = 80$ см, $n = 1600$? Ответ выразите в километрах.

Решение:

$s = 1600 \cdot 80 = 128000$ (см) = 1280(м) = 1,28(км)

Ответ: 1,28км

Резерв

Все мы живые люди, и приходит время, когда мы заболеваем. И в этом случае возникает необходимость встречи с медицинским работником. Врач, будь то терапевт или педиатр, выписывает лекарственные средства. Применение лекарственных средств может сопровождаться побочными эффектами. Для предупреждения различных осложнений необходимо соблюдать дозировки лекарственных веществ. Особенно важно точное дозирование в педиатрии. Масса тела ребенка в несколько раз меньше, чем у взрослого человека. Процессы распределения, распада и выведения лекарственных средств могут достаточно сильно отличаться от таковых у взрослых. Чтобы предотвратить вред организму, необходима математическая точность расчета.

Задача 1. Больному был назначен антимикробный препарат. Форма выпуска таблетки по 0.25 гр. Рассчитайте количество таблеток на 1 прием ребенку массой 15 кг, если суточная доза 15 мг на 1 кг веса вводится в 3 приема.

Решение.

1. 15 мг/кг: 3 приема = 5 мг/ кг - доза лекарственного вещества для однократного введения.

2. 5 мг/кг • 15 кг = 75 мг - количество лекарственного вещества для однократного введения ребенку массой 15 кг.

3. 0.25 г = 250 мг

4. 75мг : 250мг= 0,3 (таблетки).

Ответ: 0,3

Задача 2.

Больному прописано лекарство, которое нужно пить по 0,5 г два раза в день в течение 9 дней. В одной упаковке 8 таблеток лекарства по 0,5 г. Какого наименьшего количества упаковок хватит на весь курс лечения?

Решение:

1. $2 \cdot 9 = 18$ (шт.) – таблеток по 0,5г на весь курс лечения
2. $18 : 8 = 2,25$ (шт.) – упаковок необходимо
3. Округляем до целых с избытком $2,25 = 3$

Ответ: 3.

Домашнее задание

Проблема для человечества – наше будущее, здоровое человеческое будущее без вредных привычек, одной из которых является пагубная привычка – курение. Итак, задумаемся над вопросом «**Жить или курить?**» Попытаемся найти ответ на него, решая задачи на вычисление процентов о вреде курения математическим языком, языком процентов.

Задача 1. В табачном дыме содержится много ядовитых веществ, разрушающих организм. Определите % содержание самых ядовитых веществ - синильной кислоты, табачного дегтя, окиси углерода, полония, - в одной сигарете, если никотина 2%, а синильная кислота составляет $\frac{1}{2}$ часть никотина; табачного дегтя в 7,5 раз больше, чем никотина; окись углерода составляет $\frac{3}{5}$ от количества табачного дегтя, полоний $\frac{2}{3}$ от количества окиси углерода.

Задача 2. Средний вес новорожденного ребенка 3 кг 400 г. Если у ребенка курит отец, то его вес будет меньше среднего на 119 г, если курит мать – меньше на 255 г. Определите, сколько процентов теряет в весе новорожденный, если:

- а) курит папа;
- б) курит мама;
- в) курят оба.

Ответ округлите до единиц.

Задача 3. Дым от одной сигареты содержит 5 мг яда никотина. Сколько яда примет человек за один день, выкурив 15 сигарет, если от каждой из них в его организм попадает 20% никотина?

Список использованной литературы

1. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе/С. Цабыбин. - Волгоград: Учитель, 2009.-176с.
2. Новое качество урока в начальной школе: Алгоритм проектирования/ Ю. И. Глаголева, И.В. Казанцева, М.В. Бойкина. – Санкт-Петербург: КАРО, 2015. – 120 с.
3. Математика в биологии и медицине/ Н. Бейли - Москва: Мир, 1970. - 326 с.
4. ПОИСК: приоритеты, опыт, инновации, сотрудничество, качество. Выпуск №1, 2017 – СПб.: Информационно-методический центр Кировского района Санкт-Петербурга, 2017. – 195 с.
5. ПОИСК: приоритеты, опыт, инновации, сотрудничество, качество. Выпуск №1, 2018 – СПб.: Информационно-методический центр Кировского района Санкт-Петербурга, 2018. – 136 с.
6. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях».

Сценарий воспитательного мероприятия в начальной школе «Наше здоровье»

Жданова Евгения Александровна,
воспитатель ГПД ГБОУ СОШ №283
Кировского района Санкт-Петербурга

Цель: формирование знаний и навыков здорового образа жизни учащихся
Оборудование: презентация, картинки с продуктами, разрезные карточки режима дня, рисунки, творческие работы учащихся, грамоты, призы.

Ход мероприятия

Учитель: Дорогие, ребята. Сегодня вас ждёт увлекательное мероприятие «Наше здоровье». Но прежде, чем мы начнём, предлагаю создать две команды.
-Команды, готовы к соревнованию?

Учитель: Ребята, для нашего мероприятия нам нужно жюри. (Представление членов жюри).
-А теперь пора познакомиться с нашими командами.
Команда «Богатыри» и команда «Крепыши»

Разминка.

Каждая команда получает картинки с фрагментами режима дня. Необходимо разложить предложенные фрагменты режима дня по порядку. Команда, которая справится быстрее получает один балл.

1 конкурс.

Каждая команда получает набор из 5 букв. Из букв ребята должны составить слово "Спорт". Побеждает та команда, которая составит слово быстрее.

2 конкурс.

Учитель поочередно задаёт вопросы командам. Команда, которая ответит на вопрос правильно, получает один балл.

Если команда не сможет ответить, могут ответить члены второй команды

1. Площадка изо льда (каток).
2. Спортсмен, поднимающий тяжёлую палку с блинами (штангист).
3. Что поднимают по утрам любители зарядки (гантели).
4. Она является залогом здоровья (чистота).
5. Хоккей - шайба, футбол - мяч, бадминтон-... (волан).
6. Чем играют в теннис (ракетка и мячик).
7. Решающая характеристика внешности для баскетболиста (рост).
8. Спортивный переходящий приз (кубок).
9. Что стремится установить спортсмен? (рекорд).
10. Название спортивной игры, где есть клюшка (хоккей)

3 конкурс.

Каждая команда проводит физкультминутку. Выполняют упражнения ребята обеих команд. Жюри оценивает конкурс.

4 конкурс.

Назвать виды спорта. Выигрывает та команда, которая назовёт больше видов спорта.

5. Конкурс «Весёлые загадки».

1. По пустому животу бьют меня – невмоготу.
Метко сыплют игроки мне ногами тумачи.
2. Когда апрель берёт своё и ручейки бегут, звеня,
Я прыгаю через неё, а она – через меня (скакалка)
3. На снегу две полосы,
Удивились две лисы.
Подошла одна поближе:
Здесь бежали чьи-то ... (лыжи).
4. Кто на льду меня догонит?
Мы бежим в перегонки.
И несут меня не кони, а блестящие ...(коньки).
5. Мне загадку загадали:
Что это за чудеса?
Руль, седло и две педали,
Два блестящих колеса.
У загадки есть ответ
Это мой ...(велосипед).
6. На квадратиках доски короли свели полки.
Нет для боя у полков ни патронов, ни штыков (шахматы).
7. Зелёный луг, сто скамеек вокруг, от ворот до ворот бойко бегают народ.
На воротах этих рыбацкие сети (стадион)
8. Вот такой забавный случай!
Поселилась в ванной - туча.
Дождик льётся с потолка
Мне на спину и бока.
До чего ж приятно это!
Дождик тёплый, подогретый.
На полу не видно луж.
Все ребята любят...(душ).

6 конкурс. Игра «Много - мало».

Учитель: Я буду называть продукты, а вы говорите «много» или «мало» можно их употреблять в пищу.

1. Овощи.
2. Конфеты.
3. Чипсы.
4. Каша.
5. Фрукты.
6. Шоколад.
7. Пепси-кола.
8. Сухарики.
9. Мармелад.
10. Творог.
11. Арбуз
12. Вафли
13. Томатный сок
14. Суп
15. Горошек зелёный
16. Молоко
17. Орехи

18. Печенье
19. Рыбий жир
20. Вода

7 конкурс.

Команды получают картинки, на которых изображены продукты.

Выбирается один представитель от команды, который составляет меню по этим картинкам и представляет его жюри.

8 конкурс.

Проверка домашнего задания. Демонстрация рисунков, проектов и творческих работ учащихся.

Учитель:

- Молодцы, ребята! С заданиями вы справились.

- А как вы понимаете слова: "Моё здоровье - в моих руках!"

(Ответы ребят).

- Правильно, чтобы быть здоровым, нужно заниматься физкультурой, делать утром зарядку и не лениться. Заниматься спортом: бегом, плаванием и другими видами спорта, закаляться, играть в подвижные игры на свежем воздухе – то есть вести здоровый образ жизни. За вас для вашего здоровья, никто этого не сделает.

Подведение итогов

Жюри подводит итоги викторины.

Каждая команда награждается грамотой за активное участие в мероприятии, получает сладкие призы.

Учитель: Ребята нашего класса круглый год заботятся о своём здоровье. Предлагаю вашему вниманию презентацию «Правила здорового образа жизни».

-Наше мероприятие подошло к концу. До свидания, ребята. Будьте здоровы!

Конспект внеклассного занятия по основам самбо для учащихся 5-6 классов

Любимов Сергей Вячеславович,
учитель физической культуры,
педагог дополнительного образования
ГБОУ лицея № 384
Кировского района Санкт-Петербурга

Тема: игровые упражнения, подводящие к изучению приемов самбо

Основные задачи:

1. Ознакомление с приёмами самбо, входящими в комплекс ГТО по IV Ступени.
2. Изучение подводящих упражнений к выполнению приемов самбо, входящими в комплекс ГТО по IV Ступени.
3. Содействовать развитию координационных способностей и силовых качеств, преодолению страха, применительно к изучаемому предмету.
4. Популяризация национального вида спорта – борьбы самбо.
5. Пропаганда здорового образа жизни и Всероссийского комплекса тестирования «Готов к труду и обороне».

Место проведения: спортивный зал 24X12м

Метод организации: игровой, поточный, индивидуальный.

Инвентарь:

1. Борцовский ковер или будо-маты 20 шт.,
2. Музыкальный центр, USB-носитель (флешка) с музыкой
3. Ноутбук и видеoprojectор
4. Обруч малый – 9 шт

Вводно-Подготовительная Часть. 8-9 мин.	Обеспечить начальную организацию и психологическую готовность учащихся к уроку.	1. Построение класса в одну шеренгу, обмен приветствиями.	25-30 сек.	Требовать от учащихся быстроты и согласованности действий.
	Создать целевую установку на достижение конкретных результатов при выполнении заданий учителя.	2. Перестроение учащихся в две шеренги на "ковре", сообщение учащимся задач урока.	25-30 сек.	Обеспечить предельную конкретность задач урока, доступность пониманию учащимися их формулировок.
	Содействовать общему разогреванию и постепенному вводу организма в работу	3.1. И.П. - Ноги на ширине плеч, руки на поясе. Под счет наклоны головы, в право, в лево, вперед.	10-15 сек.	Упражнения выполнять в умеренном темпе. Обратить внимание учащихся на сохранение правильной осанки.
	Содействовать разминке суставов, мышц, связок и сухожилий. (упр. 3-5).	3.2. И.П. - Ноги на ширине плеч, руки на поясе. Под счет пополуращения головы от правого плеча к левому.	10-15 сек.	Обеспечить предельную конкретность задач урока, доступность пониманию учащимися их формулировок.
	Содействовать развитию концентрации внимания, достижению ЧСС необходимой для дальнейшей работы на уроке. (Упр. 3.3 – 3.4) Способствовать развитию координации движения и преодолению страха.	3.3 – Легкий бег вокруг зала. 3.4 – Бег вокруг зала, с ускорением пробегая через вращающуюся в разных плоскостях грушу на веревке.	2-3 сек 2-3 мин	Обратить внимание на контроль самочувствия. Обеспечить предельную конкретность задач урока, следить за готовностью учеников выполнять поставленные задачи. Обратить внимание, что при выполнении ускорения нельзя закрывать глаза.

	Содействовать восстановлению дыхания, нормализации ЧСС. (Упр. 4)	4. – Ходьба в обход по залу.	20-30 сек	Обратить внимание на самочувствие и правильность дыхания учеников.
Основная Часть 25-27 мин	Создать визуальное представление о правильности выполнения упражнений. Способствовать мотивации к занятиям самбо.	Перестроение класса в одну шеренгу. Просмотр демонстрационного видео.	2 мин	Демонстрационное видео 1 и 2. Обратить внимание на работу ног в самбо и различных видах единоборств.
	Способствовать развитию координационных способностей, быстроты движения, формированию захватов в самбо, постановке ног при передвижениях в самбо. (Упр. 5.1, 5.2)	5.1. И.П. – В парах лицом друг к другу, захват за отворот куртки правой рукой. Цель упражнения: наступить на ногу партнера и не дать возможности наступить на свою. Оба партнера наступают друг другу на ноги, при этом убирая свои ноги от наступаний партнера.	3X30 сек. Со сменой партнера.	Следить за выполнением упражнений в оптимальном темпе и соблюдением правил техники безопасности.
		5.2. И.П. – В парах лицом друг к другу, без захвата. Оба партнера совершают касание рукой в район колена партнера, убирая свои колени от касаний партнера. Касание рукой колена партнера, не давая возможности сделать то же с собой.	3X30 сек. Со сменой партнера.	
Создать визуальное представление о	Перестроение в 2 шеренги.	1 мин.	Пояснение к выполнению упражнений 6.1- 6.3	

	достижении конкретных результатов при выполнении заданий учителя.			Демонстрационное видео 3
	<p>Способствовать развитию скорости при передвижении в партере, силовой выносливости, преодолению страха, формированию командной работы и содействовать развитию быстроты мышления. (Упр. 6.1 - 6.3)</p> <p>Способствовать укреплению лучезапястных суставов. (Упр. 6.1-6.3)</p> <p>Способствовать гибкости позвоночника (Упр. 6.2)</p>	<p>6.1. И.П.: Две шеренги лицом друг к другу. Принять положение упор лёжа на ладонях. Игра - «Тоннель»: По очереди проползти по пластунски под телом партнеров и занять место в начале шеренги в положении упор лежа.</p>	2 мин	<p>Победителем считается команда, участники которой первой займут построение как в И. П.</p> <p>В случае, если одна из шеренг закончит выполнять упражнение значительно раньше другой, организовать моральную поддержку отстающим и дать им возможность закончить выполнение упражнения.</p>
<p>6.2. - И.П. Две шеренги лицом друг к другу. Принять положение – гимнастический мост. Игра - «Проползти под мостами»: По очереди проползти лежа на спине под партнерами и занять положение в конце шеренги как в И. П.</p>	2 мин			
<p>6.3. И.П. – Две шеренги лицом друг к другу. Принять положение упор лёжа. Игра – «Крести нолики»: По очереди поползти по пластунски под партнерами и выполнить ход в игре «крестики – нолики», занять место в конце шеренги.</p>	3 мин			

	<p>Способствовать развитию концентрации внимания, развитию координации движения и преодолению страха.</p> <p>Содействовать формированию захватов в самбо. (Упр. 7)</p>	<p>7. И.П. - стойка в круге, учитель в центре.</p> <p>По команде учитель выполняет вращение груши на веревке, ученики выполняют касание плеча учителя.</p>	<p>3-4 мин</p>	<p>Следить за соблюдением техники безопасности.</p> <p>Следить за перемещениями и вниманием учеников.</p> <p>Рекомендуется выполнять в группе по 6-8 человек.</p> <p>Диаметр круга около 6 метров</p>
	<p>Создать визуальное представление о достижении конкретных результатов при выполнении заданий учителя.</p>	<p>Перестроение в произвольном порядке.</p>	<p>1 мин</p>	<p>Демонстрационное видео 4.</p> <p>Пояснение к выполнению упражнения 8.</p>
	<p>Содействовать развитию концентрации внимания, развитию координации движения и преодолению страха.</p> <p>Способствовать в игровой форме освоению учениками основ выполнения приемов в ГТО IV ступени. (Упр. 7-9)</p>	<p>8. И.П. – В произвольном порядке. Игра – «Забери хвост»: У каждого за поясом со стороны спины закреплен «хвост».</p> <p>По команде любым способом забрать хвост партнера. Кто остался без хвоста из игры выбывает. Победителем считается ученик, собравший больше хвостов.</p>	<p>3-4 мин</p>	<p>Следить за соблюдением техники безопасности.</p> <p>Следить за перемещениями и вниманием учеников.</p> <p>Рекомендуется выполнять в группе по 6-8 человек.</p>
	<p>Создать визуальное представление на достижение конкретных результатов при выполнении заданий учителя.</p>	<p>Перестроение класса в 2 колонны по углам ковра.</p>	<p>1 мин</p>	<p>Демонстрационное видео 4.</p> <p>Пояснение выполнения упражнения 9.</p>
	<p>Содействовать укреплению</p>	<p>9. И.П. – В две колонны по</p>	<p>3-4 мин</p>	<p>Следить за правильностью</p>

Заключительная часть 5-7 мин.	<p>Содействовать расслаблению мышц, восстановлению дыхания, оптимизации функционального состояния организма.</p> <p>Организовать внимание учащихся и настроить на предстоящую учебную деятельность (Упр.10)</p>	<p>10. Игра «Муха в клетке» И.П. – в произвольном порядке лежа на ковре, глаза закрыты. В воображаемом квадрате 3Х3, выполняя команды учителя (право, лево, верх, низ) передвигать воображаемый предмет. В конце игры необходимо дать точный ответ, в каком квадрате находится муха.</p>	3-4 мин	Сконцентрировать внимание учащихся на расслаблении и правильном дыхании.
	<p>Содействовать осмыслению учащимися результативности и собственной учебно-познавательной деятельности.</p>	<p>Подведение итогов урока: оценка степени решения задач, выявление мнений учащихся о результативности и их деятельности, выделение лучших и выставление оценок за урок.</p>	2-3 мин	Демонстрационное видео 5

Конспект занятия в 3 классе по теме «Как быть здоровым человеком?»

Семёнова Дарья Дмитриевна,
учитель начальных классов,
ГБОУ СОШ №283 Кировского района Санкт-Петербурга

Технологическая карта внеурочного занятия

Тема: «Как быть здоровым человеком?»		
Цель: воспитание ценностного отношения к собственному здоровью, стремления к здоровому образу жизни.		
Задачи: 1. Формировать правильное представление о здоровье и здоровом образе жизни. 2. Воспитывать стремление к сохранению своего здоровья, соблюдению режима дня, правильно питаться. 3. Развивать самостоятельность, познавательные интересы, творческие способности. 4. Воспитывать у учащихся чувства любви, доброты, стремление к здоровьесбережению и правильному образу жизни		
Планируемые результаты:		
Предметные: Знать: что такое режим дня. Понимать: значимость здорового образа жизни. Уметь: структурировать знания Применять: знания о правильном питании на занятии. Анализировать: Синтез: составлять рассказ.	Метапредметные: Регулятивные: планирование - определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата (поэтапное прохождение заданий); Познавательные: - осуществлять анализ выполняемых действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий; - выразить творческое отношение к выполнению заданий. Коммуникативные: - умение работать в группе; - умение слушать и вступать в диалог;	Личностные: - мотивационная основа на подвижный образ жизни; - учебно-познавательный интерес к занятиям.

	- способность участвовать в речевом общении.	
Межпредметные связи: окружающий мир.		
Основные понятия: здоровье, правильное питание, режим дня.		
Форма: занятие-игра		
Методы, технологии: беседа, частично-поисковый метод, работа в группах, работа в парах, фронтальная работа.		
Ресурсы: наглядный материал (презентация), наглядный материал.		
Для учителя раздаточный материал.		Для учащихся: раздаточный материал.
Оформление доски: на уроке используется наглядный материал.		
Ход урока:		
Содержание деятельности учителя	Содержание деятельности обучающихся	
1. Организационный момент (Мотивационный компонент)		
Здравствуйте, ребята! Меня зовут Дарья Дмитриевна, сегодня я проведу у вас занятие. Как ваше настроение? Улыбнитесь своему соседу, что бы передать хорошее настроение. Сегодня на занятии нас ожидает много интересных заданий. Для их выполнения потребуются ваши знания и ваше внимание.	Настраиваются на работу.	
2. Актуализация знаний		
К нам в гости сегодня пришел мальчик Алеша. Но мальчик совсем грустный. Почему? У него, наверно, что-то болит? Он принес подсказку. Вам нужно вместо картинок поставить букву. Как вы думаете, про что мы сегодня будем говорить? Сегодня мы познакомимся со слагаемыми здоровья и выясним, что нужно делать для того, чтобы быть здоровым человеком.	Дети отвечают. Составляют слово здоровье.	
3. Организация познавательной деятельности		
<ul style="list-style-type: none"> Работа по теме урока. Закончите предложение: «Здоровье это...», (обсуждается каждый вариант определения) Действительно, состояние здоровья зависит от многого, в том числе и		

<p>от здорового образа жизни. Назовите, что нужно знать, что бы быть здоровым?</p> <p>К основным компонентам здорового образа жизни относится: здоровое питание, режима дня занятия спортом и положительные эмоции.</p> <p>Итак, назовем первую необходимую предпосылку здоровья. Без чего мы не можем жить?</p> <p>Конечно, должно быть правильное рациональное питание. Мы то, что мы едим. Другими словами, наш организм состоит из того, что мы употребляем в пищу. А что мы едим?</p> <p><u>ИГРА: «Продукты - полезные и не очень»</u></p> <p>Наша пища состоит из разных питательных веществ: белков, жиров, углеводов. Белки, содержащиеся в мясе, молоке, являются строительным материалом для нашего организма. Жиры и углеводы дают организму энергию.</p> <p>Кроме этих питательных веществ организму требуются витамины.</p> <p><u>Сценка «Познакомься с нами»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>1 человек от команды рассказывает, остальные прикрепляют на страницу книги продукты питания.</u> 	<p>Разделите продукты на две группы: полезные продукты, которые необходимы ежедневно, а затем те, которые не желательно есть каждый день.</p> <p><u>Выходят ученики с табличками-названиями: А, В, С, Д и рассказывают какое значение имеют для жизни витамины.</u></p> <p>Витамин А - полезен для кожи, зрения, зубов, костей. Часто у людей в организме которых недостает витамина А шершавая кожа. Это происходит тогда, когда человек не ест сливочного масла, молока, не любит рыбу, редко ест овощи (морковь, свёклу, картофель).</p> <p>Витамин В - укрепляет организм, необходим для работы нервной системы. Встречается в хлебе, молоке, яйцах, зелени, свинине, печени.</p> <p>Витамин С - закаливает организм, оказывает благоприятное воздействие на зубы, кости, повышает иммунную систему организма. Встречается в апельсинах, мандаринах, лимонах, помидорах, капусте, смородине луке, петрушке.</p> <p>Витамин Д - укрепляет кости, вырабатывается под воздействием</p>
--	---

Все эти витамины очень нужны нашему организму, при недостатке витаминов организм слабеет, человек быстро устает, плохо выглядит. Поэтому питание должно быть разнообразным, а продукты богаты витаминами.

Хорошо, я вижу про правильное питание, вы много знаете. Ребята, а кушать можно, когда угодно? В любое время? А как понять, что нужно кушать по времени? Что нужно соблюдать?

Что такое режим дня?

Действительно, ребята, когда взрослые и дети не соблюдают простейший режим дня, появляется много неприятностей. Они не успевают, опаздывают, забывают в спешке что-то сделать, быстро устают, начинают нервничать, ругаться с окружающими и т.п. И устают-то люди не столько от того, что много работают, сколько от того, что неправильно организуют свою работу, не соблюдают режим дня. Если приучиться к строгому чередованию бодрствования, сна, игр, отдыха, приёма пищи, то можно быть всегда здоровым и добиться успехов в любых занятиях.

Давайте вспомним основные моменты режима и составим свой режим дня.

Игра: Собери режим дня.

Какой вывод мы можем сделать? Для чего нужно соблюдать режим дня? Молодцы! Все справились отлично.

Посмотрите у Алеши появились часы, он теперь будет следить за временем и соблюдать режим. За это он оставил вам записку.

«Люди с самого рождения жить не могут без движения»

Как вы думаете, о чем пойдет речь?

солнечных лучей. Встречается в рыбе, масле, печени, яичных желтках.

(Мальчик худеет)

Режим – установленный распорядок жизни, дел, действий



Дети собирают режим дня на листе книги (работа в группах)

(о спорте)

<p>Правильно, это третья составляющая здоровья. Кто из вас уже занимается спортом? Каким? А есть дети, которые не занимаются спортом. Но он не обходим для здоровья. Вспомните с чего должно начинаться наше утро? А вы делаете по утрам зарядку? Давайте я покажу вам интересную утреннюю зарядку. А вы научите потом всех остальных.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Физминутка (зарядка) <p>Какие эмоции вы сейчас ощутили? обрадовался, разозлился, обиделся или испугался. Теперь у нашего мальчика есть мячик, он обещает заниматься спортом постоянно.</p> <p>Что такое эмоции? Эмоции – это зеркало нашего настроения. Это выразительные движения лица и голоса в сопровождении душевных переживаний. Какая эмоция у нашего Алеши? А быть печальным хорошо? А грустить полезно? Зачем человеку смех и как смех влияет на здоровье человека? Эмоции выражают наши чувства, помогают нам справляться с различными трудностями, а значит, помогают нашему здоровью. Положительные эмоции полезны и необходимы для нашего здоровья! Игра: угадай эмоцию. Выходят капитаны, я загадываю эмоцию, а вы должны угадать.</p> <p>Молодцы ребята! А какой должен быть здоровый человек? Подберите прилагательные. Если кто-то хочет добавить свои слова, допишите на листочке.</p>	<p>С зарядки</p> <p>Дети выбирают нужные таблички и крепят вокруг человека. Здоровый человек – это сутулый, бледный, румяный, стройный, крепкий, неуклюжий, весёлый, грустный, грубый, ленивый, активный человек.</p>
<p>4. Подведение итогов:</p> <p>Для чего нужно иметь хорошее здоровье? Выберите нужное определение.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Здоровье – это отказ от вредных привычек. • Здоровье – это положительные эмоции. 	<p>Дети крепят определения в книгу.</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Здоровье – это самое большое богатство. • Здоровье это то, что нужно беречь. • Здоровье – это долгая счастливая жизнь. • Здоровье – это физическая активность. • Здоровье - это правильное питание <p>Дети не прикрепили:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Здоровье - это хмурое настроение • Здоровье - это то, чего у каждого много и не нужно беречь • Здоровье - это много конфет, пирожных и других сладостей • Здоровье - это зимой ходить без шапки • Здоровье - это целый день смотреть телевизор 	
<p>5. Рефлексия:</p>	
<p>Давайте выразим в цвете, как вы теперь будете относиться к своему здоровью.</p> <p>Красный – Я буду стараться вести здоровый образ жизни.</p> <p>Зелёный – Я не уверен в своём выборе.</p> <p>Голубой – Я также равнодушен к своему здоровью.</p> <p>Продолжайте стремиться к новым знаниям и вести здоровый образ жизни.</p> <p>Спасибо за занятие, давайте похлопаем друг другу.</p>	<p>Раскрашивают шарики.</p>

Актуальные теоретические вопросы и практический опыт здоровьесозидающего обучения детей с ОВЗ

Психологическая характеристика профессионально-важных качеств сотрудников, обеспечивающих социально-психологическое сопровождение обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата

Бура Людмила Викторовна,
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии
Гуманитарно-педагогической академии (филиал)
ФГАОУ ВО «КФУ им. В. И. Вернадского» (в г. Ялте)

Компетентным, квалифицированным специалистом становится в процессе воспитания и формирования у себя профессионально важных качеств и, соблюдая моральные и этические нормы поведения при работе с обучающимися, которые выработала психолого-педагогическая практика. Профессионально важные качества (ПВК) являются индивидуальными качествами субъекта деятельности, влияющими на эффективность деятельности и успешность её освоения. ПВК психолога, соблюдение им морально – этических норм поведения в профессиональной деятельности является одним из показателей оценки профессиональной компетентности, обеспечивают его социальную адаптированность, способность к саморегуляции и многоуровневой рефлексии [2].

Специалисту, обеспечивающему социально-психологическое сопровождение обучающихся с нарушениями ОДА, приписывают, в первую очередь, такие качества, как коммуникативная компетентность, интеллектуальность, наличие глубоких знаний, развитое самосознание, хорошая рефлексия. В число часто называемых качеств, составляющих психологический портрет психолога, вошли: талантливый, душевный, активный, сильный, открытый, доступный, включенный, демократичный, оптимистичный, радостный.

Для успеха психолога самыми важными качествами личности являются: общий интеллект, стрессоустойчивость, поддерживающий стиль общения, умение поддерживать контакт и устойчивость к стрессу при общении, возможность контролировать свое поведение, эмоциональная заразительность, эмпатичность, уверенность, расслабленность, энергичность и самодостаточность [3].

В отечественной психологической науке и практике различными учёными выделяются следующие ПВК личности психолога [4]:

Таблица 1

Профессионально важные качества психолога, выделяемые отечественными учёными

Автор	ПВК психолога
Н. Н. Обозов	<ul style="list-style-type: none"> - общительность, контактность; - динамичность и гибкость; - эмоциональная сдержанность и терпимость, умение сдерживать себя, скрывать свои невольные оценки и эмоциональные реакции; - высокий уровень общей культуры поведения психолога; - профессиональный такт: деликатность (уважение человека, признание его прав на свободу мысли, чувств, поведения); - умение держать свою линию поведения.
О. Г. Кукосян В. А. Коток И.С. Мокеев	направленность на выполнение особого рода функций, обязанностей, что гарантирует успех работы психолога и теоретический поиск путей решения теоретических задач.
А. А. Бодалев	наблюдательность – привычка замечать во внешнем облике, в речи других людей, в их поведении особенности, многие неосознаваемые, несмотря на то, что они могут свидетельствовать о глубокой тревоге наблюдаемого лица, о его тайных желаниях, о растерянности.
А. А. Деркач, Л. Г. Лаптев	профессиональные знания, профессиональные умения и навыки.
Н.С. Пряжников	доброта, умение общаться, любовь к людям, порядочность.
М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович	уровень развития «Я»-концепции, самообладание, дисциплинированность, ответственность, уверенность в своих силах, решительность, организованность, инициативность, интеллектуальные качества.
Н.А. Аминов, М. В. Молоканов	готовность к контактам, эмоциональная холодность и рационализм в установлении контактов, сдержанность и интеллектуальность при выраженном интересе к человеку.
Г. Берулова	коммуникативные и интеллектуальные качества: умение выслушать другого человека, сочувствовать и сопереживать ему, терпимость к недостаткам других, такт, способность логически мыслить, развитие рефлексии, социального интеллекта, эмоциональной устойчивости.
Н.И. Рейнвальд, А.И. Крупнов	<ul style="list-style-type: none"> - доброжелательность; - справедливость; - уравновешенность; - такт; - требовательность; - организованность, внимание.
Р.В. Овчарова	интеллектуальность, социабельность, эмоциональная стабильность и практичность, должен знать свои личностные особенности, способности, возможности, сильные и слабые стороны, способы компенсации недостатков. Он должен уметь регулировать в себе

	<p>профессионально важные качества: любознательность, логичность и практичность ума, рефлексивность, эмпатию, потребность в социальном контакте и социальном одобрении, коммуникабельность.</p>
И.В. Дубровина	<ul style="list-style-type: none"> - открытость - готовность психолога быть открытым как личность для клиента; - личная заботы искренняя заинтересованность, забота о клиенте; - доброжелательность, умение сохранять ровный и, безусловно, доброжелательный стиль общения; - отказ от нравоучений и навязывания своего мнения; - доверие к клиенту – вера в его самостоятельность.

Таким образом, в основных требованиях к личности психолога, обеспечивающего социально-психологическое сопровождение обучающихся с нарушением ОДА можно выделить следующие характеристики:

1. Психолог должен иметь высокие (общие) умственные способности, быть проницательным, рассудительным, свободомыслящим, вдумчивым аналитиком, экспериментатором.

2. Психолог социабелен, любит работать с людьми, радуется социальному признанию (одобрению), великодушен к людям, легко формирует активные группы, хорошо запоминает имена людей, любезен, тактичен, дипломатичен в общении.

3. Он любит совместные действия, подчиняет интересы личности групповым интересам, совестливый, добросовестный, имеет чувство долга и ответственности, сильный, энергичный, умеет подчинить себе. Он смел, быстро решает практические вопросы.

4. Психолог эмоционально устойчив, выдержан, спокоен, реально взвешивает обстановку, устойчив к стрессу.

Е.А. Корсунский определяет десять интегративных блоков личностных и профессионально важных качеств, необходимых психологу для успешной профессиональной деятельности. Указанные блоки профессионально-важных качеств можно рассматривать и в контексте деятельности специалиста, обеспечивающего социально-психологическое сопровождение обучающихся с нарушением ОДА:

1. Блок когнитивных качеств психолога предполагает четырнадцать характеристик: рефлексивность, общекультурные знания, профессиональные знания, понимание внутреннего мира человека, интуицию, гибкость, самостоятельность, критичность, сообразительность, аналитичность, синтетичность мышления, способность прогнозировать поведение человека, проницательность, социальный интеллект.

2. Блок рефлексивно-перцептивных качеств психолога объединяет в себе одиннадцать качеств, в числе которых психологическая наблюдательность, адекватность восприятия себя и других людей, способность расшифровывать невербальные реакции человека, адекватность первого впечатления, концентрация на клиенте и пр.

3. Профессиональная компетентность психолога включает семь качеств, прежде всего такие, как: профессиональная образованность, профессиональные умения и навыки, владение большим объемом профессиональных ситуаций, осознание границ собственной компетенции и т. д.

4. В блоке волевых качеств личности психолога насчитывается двадцать два качества, среди которых, в первую очередь, выделяют ответственность, уверенность в себе, сдержанность, способность к самоконтролю и саморегуляции поведения, способность противостоять внешнему давлению, самоорганизованность, напористость, смелость и др.

5. Блок ценностно-смысловых качеств психолога насчитывает двадцать восемь качеств, в частности, включает гуманистическую направленность, этические принципы, совесть, профессиональный такт, мотивационно-смысловые установки, профессиональную направленность, осознание ценности человеческой личности и др.

6. Блок поведенческих качеств психолога содержит шестнадцать характеристик: творческий характер деятельности психолога, гибкость поведения, адекватность поведения, способность быстро принимать нестандартные решения, владение собой в любой ситуации, саморегуляцию поведения, терпимость к фрустрациям и неопределенности, способность схватывать ситуацию в целом, умение реально оценивать обстановку, умение быстро ориентироваться в ситуации и т. п.

7. Блок эмоциональных качеств психолога содержит двадцать восемь качеств: эмпатию, толерантность, желание помогать людям, эмоциональную стабильность, доброжелательность, способность понимать эмоциональные состояния и чувства людей, устойчивость к стрессу и пр.

8. Блок психологической культуры психолога так же включает в себя двадцать восемь качеств, в частности, духовность, психологическую грамотность, рефлексивные способности, регулятивную культуру, имагинативность, эмоционально-чувственную культуру и т. д.

9. Блок коммуникативных качеств личности психолога включает двадцать семь качеств: умение слушать и слышать другого, коммуникативные качества речи, готовность к контактам, умение поддерживать контакты, владение способами влияния на людей, способность к самопрезентации, готовность к принятию позиции другого и т. д.

10. Профессиональная идентичность психолога складывается из пяти качеств: профессионального самосознания, профессионального самоопределения, личностной идентичности, самопринятия, самоуважения.

Приведенный выше перечень качеств свидетельствует об их многообразии и разносторонности требований к личности специалиста, обеспечивающего социально-психологическое сопровождение обучающихся с нарушением ОДА. Однако среди них можно выделить, на наш взгляд, самые главные, системообразующие, личностно-профессиональные качества. В первую очередь, это интеллектуальное развитие психолога и качества его ума. По мнению В. Н. Дружинина, нет успешного психолога без высокого интеллекта. Уровень интеллектуального развития психолога позволяет ему с соответствующей степенью успешности предвидеть последствия своих действий, поступков, слов, дает возможность осознать границы своей профессиональной компетенции, степень глубины проникновения во внутренний мир человека [5].

Специфической особенностью интеллектуальной деятельности психолога является то, что в его мыслительной деятельности сочетаются два вида мышления: теоретическое и практическое, причем оба эти вида одинаково важны. Решая задачи практического характера, психолог должен использовать имеющиеся у него теоретические знания и всесторонне опираться на них.

Еще одним важным личностно-профессиональным качеством психолога является повышенное чувство ответственности за свои слова, действия, поступки, результаты своей деятельности, за качество проведения психодиагностической, психокоррекционной и консультационной работы. Психолог должен нести ответственность и за качество своей собственной профессиональной подготовки, за уровень своего интеллектуального развития.

Профессиональные знания как объективно необходимые сведения о всех сторонах труда практического психолога складываются из востребованных практикой общих и частных компонентов. Это основа для формирования психолого-педагогической культуры и технологии достижения психологом желаемых результатов труда.

Умения представляют собой действия и методы работы психолога, применяемые им для реализации обязанностей и функций в процессе деятельности. Это исходный элемент целостной технологии его социально-психологической работы. Навыки отражают приобретенную способность практического психолога выполнять профессиональные действия, приемы, конкретные должностные функции.

Профессиональные умения, необходимые для продуктивной деятельности психолога, обеспечивающего социально-психологическое сопровождение обучающихся с нарушением ОДА, охватывают обширный арсенал его действий по выполнению профессиональных функций. Ему необходимо уметь объективно и всесторонне анализировать реальные условия и факторы развития личности обучающегося с нарушениями ОДА; планировать и эффективно осуществлять социально-психологическую работу с такими обучающимися в соответствии с научными рекомендациями, законами и интересами человека, группы, общества; систематически изучать и объективно оценивать результаты социально-психологической деятельности, а также реализовывать меры по ее оптимизации; осуществлять социально-психологическое сопровождение обучающихся с нарушением ОДА в зависимости от нозологии и интересов, а также с учетом их физиологических и психологических особенностей и способностей.

Противопоказаниями для специалиста, обеспечивающего социально-психологическое сопровождение учащихся с нарушением ОДА являются:

- ненависть к людям, стремление «мстить» им непонятно за что, озлобленность;
- психическое нездоровье;
- неумение общаться с людьми, неспособность выстраивать с ними отношения на взаимоуважительной основе, наглость, вызывающее поведение;
- лень, безынициативность, пассивность в отношении приобретения знаний.

Несовместимыми с деятельностью психолога, работающего с обучающимися с нарушениями ОДА, являются следующие личностные характеристики: незрелость личности, низкая сила «эго», низкая интеллектуальность, отсутствие эмпатии, недостаточная независимость мысли, невозможность решения своих проблем, излишняя заторможенность: низкая организованность, плохое сопротивление стрессу, потребность в гиперопеке, высокая тревожность и чувство вины.

Главная опасность формирования профессиональных деструкций в том, что развиваются они достаточно медленно и незаметно. Это затрудняет их своевременное распознавание и создаёт ситуацию, когда психолог начинает привыкать к этим своим негативным тенденциям в развитии и деструкции становятся неотъемлемой частью его личности.

При оценке личностных качеств, необходимых в профессиональной психологической деятельности, чаще всего включаются: эмоциональность, общительность, инициативность, оптимизм, высокий интеллект, широта и гибкость взглядов, наблюдательность, эмпатия, рефлексия, синтонность, доброта, чувство юмора. Конечно, эти требования абсолютизированы, трудно найти людей, у которых бы они органично сочетались. Поэтому данные требования нужно рассматривать как эталонные, которые могут служить общим ориентиром [1].

Литература

1. Бура, Л.В. Сценарии социально-психологической адаптации студентов с нарушением опорно-двигательного аппарата по индивидуальному плану и в рамках группы / Л.В. Бура, Е.С. Вакарев. – Симферополь: ИТ «АРИАЛ», 2016. – 48 с.
2. Гаврилова, Н.В. Проблемы адаптации лиц с ОВЗ / Н.В. Гаврилова // Профессиональное образование. – 2013. – №1. – С. 42-43.

3. Инклюзивное образование. Настольная книга педагога работающего с детьми с ОВЗ: Методическое пособие – М.: ВЛАДОС, 2012. – 167 с.

4. Морозов, Н.И. Критерии эффективности (качества) инклюзивного образования / Н.И. Морозов// Передовые образовательные технологии: психолого- педагогический опыт. Мир образования – образование в мире. – 2011. – № 4 (44). – С. 123-132.

5. Особенности обучения ребенка с нарушениями опорно-двигательного аппарата в общеобразовательном учреждении : методические рекомендации. М.: Нестор-Истории, 2012. – 67 с.

Психологические проблемы детей с ОВЗ в условиях цифрового образования

Чеусова Анна Васильевна,
педагог-психолог ГБУ ДО ЦППС
Кировского района Санкт-Петербурга

Дети с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ) это дети с временными или постоянными отклонениями в физическом и/или психическом развитии. Разумеется таким детям необходимо создавать специальных условия для развития, обучения и воспитания. В данную группу можно отнести как детей-инвалидов, так и не признанных инвалидами, но при наличии ограничений жизнедеятельности.

Классификация ограниченных возможностей здоровья:

с нарушением слуха;

с нарушением зрения;

с дисфункцией речи;

с патологией опорно-двигательного аппарата;

с проблемами психического развития, отсталостью умственного развития;

с поведенческими расстройствами и нарушением общения;

дети с сочетанными, сложными нарушениями развития.[1]

Основные психологические проблемы детей данных категорий это трудности в социализации в обществе, в освоении общеобразовательной программы и во взаимодействии в семье (мы выносим эту трудность в отдельный вид из общего понятия социализации). От эффективности коррекционной работы по преодолению данных психологических проблем зависит дальнейшее развитие, успешность учебной деятельности, качество жизни детей с ОВЗ. Методы коррегирующей интервенции дают возможность сгладить дефекты или полностью избавиться от них через развитие компенсаторных механизмов.

Каждое поколение детей это продукт конкретного исторического периода страны, в которой он проживает. Неоспоримым фактом, по мнению ученых (Дэвида Стиллмана), с которым мы согласны, является то, что дети послевоенного периода, советского периода, постсоветского, дети «90-х» и дети «нулевых» существенно отличаются друг от друга возможностями реализации своих потребностей. Современный ребенок отличается своей «картиной мира», у него другой формат восприятия окружающего. [2]

По утверждению нейробиологов, цифровые технологии оказывают необратимое воздействие на мозг детей и подростков, не мыслящих жизнь без гаджетов. Ученые признают, что это естественный ход эволюции, но и предупреждают об опасностях раннего «цифрового» развития. Немецкий психиатр Манфред Шпитцер и другие пишут, что для полноценного развития мозга детям необходимы разнообразные внешние стимулы, для которых требуются и обоняние и тактильные ощущения. А раннее приобщение к социальным сетям также может оказывать негативное воздействие на еще недостаточно

развитый мозг ребенка. Взрослому человеку, у которого уже сформированы навыки общения это вреда не наносит. [3]

В результате анализа научно-методической литературы по проблеме и многолетнего практического опыта консультирования детей с ОВЗ авторы статьи делают вывод о том, что у детей, использующих цифровые средства в своих основных видах жизнедеятельности, наблюдаются изменения в когнитивной сфере (в параметрах внимания и памяти). Наряду с этим, отмечаются снижение глубины эмоций детей и общее притупление чувств, подавленность и депрессивные состояния.

Наряду с вышеперечисленными психологическими проблемами, цифровые технологии дают огромные возможности для коррекции и развития детей с ОВЗ. Это тренировка и коррекция зрения, возможность обучаться и общаться у детей с ДЦП и других категорий с использованием современных цифровых технологий. Некоторые интеллектуальные игры развивают такие навыки, как критическое мышление, предварительное планирование и командное решение проблем.

Видеоигры также используются в медицине с терапевтической целью: предназначенные для маленьких детей, больных сахарным диабетом, способствуют их адаптации к хроническому состоянию. Это может быть мощный инструмент для облегчения боли у детей, получающих лечение от рака. Специально разработанные видеоигры успешно используются в преодолении фобий и тревожных расстройств. [4,5]

Проанализировав основные плюсы и минусы развития цифровизации образования, мы делаем вывод о неотвратимости принятия цифровой среды как современной реальности всеми участниками образовательных отношений, и целесообразности минимизировать ее негативное влияние и оптимально использовать возможности для преодоления психологических проблем детей с ОВЗ. Каким же образом можно достичь заявленного?

Автором статьи предложены психолого-педагогические рекомендации по реализации данной задачи:

- информирование участников образовательного процесса детей с ОВЗ — родителей (законных представителей), педагогов и других специалистов о возможностях цифровых технологий;
- информирование о негативном влиянии цифровой среды на развитие детей на разных возрастных этапах;
- через информирование прививать культуру пользования интернетом;
 - обучение родителей и детей использовать необходимые цифровые ресурсы с целью улучшения как результатов обучения, так и в рамках улучшения детско-родительских отношений;
- оказание помощи родителям в разработке режима пользования цифровыми ресурсами с учетом возраста, психологического состояния и ограничений. [6,7]

Литература

1. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 г. № 1598 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" [Электронный ресурс]. URL: <http://fgos-ovz.herzen.spb.ru>.
2. Дэвид Стиллман, Иона Стиллман Поколение Z на работе. Как его понять и найти с ним общий язык. Перевод с английского Юрия Кондукова. Москва «Манн, Иванов и Фербер»; 2018.
3. Шпитцер Манфред Антимозг. Цифровые технологии и мозг. Издательство: АСТ-2012 ISBN: 978-5-17-079721-9

4. Кузнецова, Г.В. Проблемы детей с двигательными нарушениями в условиях массового сада [Текст] / Г.В. Кузнецова // Коррекционная педагогика. – 2011. - №4. – С.64-66.

5. Малофеев, Н.Н. Специальное образование в меняющемся мире: Россия [Текст] / Н.Н. Малофеев. М.: Просвещение, 2010.

6. Семаго, Н.Я. Технология определения образовательного маршрута для ребенка с ОВЗ [Текст]: сборник «Инклюзивное образование» выпуск 2 / Н.Я. Семаго. – М.: Центр «Школьная книга», 2010.

7. Системный подход к образованию детей с ограниченными возможностями здоровья: материалы всероссийской конференции «Образование детей с ограниченными возможностями здоровья: опыт, проблемы, перспективы» / научный редактор к.ф.н. Г.Л. Серова. - Самара: Современные образовательные технологии, 2010 – 320 с.

Основные подходы к организации учебного процесса для обучающихся с задержкой психического развития и умственной отсталостью с учётом здоровьесберегающих образовательных технологий

Батенина Ольга Николаевна,
заместитель директора, учитель начальных классов
ГБОУ школы №502

Кировского района Санкт-Петербурга
Толочко Антон Александрович,
учитель ГБОУ школы №502
Кировского района Санкт-Петербурга

Общее представление о здоровьесберегающих образовательных технологиях

В последнее время становится понятной некоторая ограниченность традиционной классно-урочной системы организации учебного процесса, в связи с чем, актуальна задача поиска наиболее эффективного применения современных образовательных технологий.

Технология — это, прежде всего, системный метод создания, применения и определения всего процесса преподавания и усвоения знаний с учетом технических и человеческих ресурсов и их взаимодействия, ставящий своей задачей оптимизацию форм образования (ЮНЕСКО). Часто очень близко с термином «педагогическая технология» используется термин «методика», поскольку это понятие как совокупность конкретных действий педагога, наиболее близко по смыслу с понятием «образовательная технология». Однако, методика описывает организацию и систему работы учителя, а технология описывает систему работы ученика как деятельность, направленная на достижение поставленной образовательной цели, и рассматривает систему работы педагога как деятельность, обеспечивающую условия для работы ученика.

В классификации образовательных технологий, можно выделить следующие группы:

1. Технологии управленческой деятельности.
2. Технологии организации учебного процесса.
3. Технологии организации познавательной деятельности учащихся.
4. Технологии воспитательной работы.
5. Частно-предметные технологии.
6. Коррекционные технологии для детей с временными затруднениями в учебе и поведении (ЗПР).

7. Коррекционные технологии для детей с проблемами в умственном и физическом развитии.

Здоровьесберегающая педагогика не может выражаться какой-то конкретной образовательной технологией. В то же время, понятие «здоровьесберегающие технологии» объединяет в себе все направления деятельности учреждения образования по формированию, сохранению и укреплению здоровья учащихся.

Цель современной школы — подготовка детей к жизни. Каждый школьник должен получить за время учебы знания, которые будут востребованы им в дальнейшей жизни. Достижение названной цели в сегодняшней школе может быть достигнуто с помощью технологий здоровьесберегающей педагогики, которые рассматриваются как совокупность приемов и методов организации учебно-воспитательного процесса без ущерба для здоровья школьников и педагогов. Педагог, владея современными педагогическими знаниями, в тесном взаимодействии с учащимися, с их родителями, с медицинскими работниками, с коллегами — планирует свою работу с учетом приоритетов сохранения и укрепления здоровья участников педагогического процесса.

В процессе работы в образовательном учреждении, где обучаются дети с задержкой психического развития и умственной отсталостью, основное внимание следует уделить применению здоровьесберегающих образовательных технологий в работе с данной категорией детей. Сначала разберемся что понимают под задержкой психического развития и умственной отсталостью. Под задержкой психического развития (ЗПР) понимают синдромы временного отставания развития психики в целом или отдельных ее функций (моторных, сенсорных, речевых, эмоционально-волевых) [3]. ЗПР представляет собой обратимые нарушения интеллектуальной и эмоционально-волевой сферы, сопровождающиеся специфическими трудностями в обучении [2]. Умственная отсталость — это стойкое необратимое нарушение психического (в первую очередь, интеллектуального) развития, эмоционально—волевой и поведенческой сфер, обусловленное органическим поражением коры головного мозга. Умственная отсталость – это не просто «малое количество ума», это качественные изменения всей психики, всей личности в целом. Умственно отсталые дети имеют грубые изменения в условно-рефлекторной деятельности, разбалансированность процессов возбуждения и торможения, нарушения взаимодействия сигнальной системы [3].

Причины задержки психического развития (ЗПР) и умственной отсталости.

ЗПР	Умственная отсталость
Биологические и социальные факторы	Внутренние и внешние причины
Виды задержки психического развития [2]	Виды умственной отсталости. В зависимости от степени тяжести выделяют [3]
ЗПР конституционального происхождения определяется наследственностью	Легкую умственную отсталость (дебильность)
Соматогенная ЗПР - приобретается в результате перенесённого заболевания	Умеренную умственную отсталость (слабо выраженную имбецильность)
ЗПР психогенного происхождения определяется социально-психологическим фактором	Тяжелую умственную отсталость (выраженную имбецильность)
Церебрально-органическая форма ЗПР - наблюдается в случае серьёзных, патологических отклонений в развитии мозга и определяется чаще всего осложнениями в период беременности	Глубокую умственную отсталость (идиотию)

Основные подходы к организации учебного процесса для обучающихся с

ЗПР [2]	Умственная отсталость [1]
Учитывать работоспособность детей на уроке (15 – 20 минут)	Учитывать работоспособность детей на уроке (10 – 15 минут)
Подбор заданий, максимально возбуждающих активность ребенка, пробуждающие у него потребность в познавательной деятельности, требующих разнообразной деятельности	Развитие интеллекта с опорой на «зону ближайшего развития»
Приспособление темпа изучения учебного материала и методов обучения к уровню развития детей	Развитие в адекватном темпе (использование многократных указаний, повторений, упражнений)
Индивидуальный подход и дифференциация обучения	
Коррекционно-развивающие занятия	Обучение по адаптированной программе и коррекционно-развивающие занятия
Повторное объяснение учебного материала и подбор дополнительных заданий	Развитие трудовых навыков и умений
Постоянное использование наглядности, наводящих вопросов, аналогий	Воздействие через эмоциональную сферу (постоянное использование наглядности, наводящих вопросов, аналогий)
Использование многократных указаний, повторений, упражнений	Объяснение материала в доступной, интересной форме (использование многократных указаний, повторений, упражнений)
Проявление большого такта со стороны учителя	
Нестандартные формы обучения (дети должны с первого класса обучаться по данным формам, т.к. новые формы обучения дети могут воспринимать как игру и в итоге знаний не получают)	
Использование поощрений, повышение самооценки ребенка, укрепление в нем веры в свои силы	Гибкая система контроля знаний, умений, навыков и их оценивание
Поэтапное обобщение проделанной на уроке работы	
Использование заданий с опорой на образцы, доступных инструкций	

Особенности детей с ЗПР и у/о требуют от педагога терпения, знания специальных методик, здоровьесберегающих и здоровьесозидающих принципов. Принципы здоровьесберегающей педагогики отражают насущные общественные потребности и определяют цели здоровьесберегающих образовательных технологий (ЗОТ). Они выступают в органическом единстве, образуя систему, в которую входят общеметодические и специфические принципы.

Это:

1. Принцип повторения (в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы);
2. Принцип постепенности (предполагает преемственность от одной ступени к другой);
3. Принцип доступности и индивидуализации (его назначение в исключении негативных и вредных последствий для организма уч-ся вследствие чрезмерных требований и заданий);
4. Принцип непрерывности (выражает ПО как целостный процесс, тесно связан с системным чередованием нагрузок и отдыха);
5. Принцип цикличности (заключается в повторяющейся последовательности занятий);

6. Принцип оздоровительной направленности (решает задачи укрепления здоровья ребенка в процессе обучения);
7. Принцип комплексного междисциплинарного подхода к обучению (взаимодействие педагогов и мед. работников)
8. Принцип активного обучения (использование различных форм и методов обучения: инд. работа, групповая, парная и др.)
9. Принцип формирования ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих;
10. Принцип связи теории с практикой (применение своих знаний на практике).

Для достижения целей здоровьесберегающих образовательных технологий применяются следующие группы средств:

1. Средства двигательной направленности (физические упражнения, физминутки и подвижные перемены, эмоциональные разрядки и «минутки покоя», подвижные игры, психогимнастика, тренинги;
2. Оздоровительные силы природы (занятия на свежем воздухе, солнечные и воздушные ванны, фитотерапия, ароматерапия, витаминотерапия);
3. Гигиенические факторы (выполнение санитарно-гигиенических требований, личная и общественная гигиена, проветривание и влажная уборка помещений, режим дня, режим питания и сна, обучение приемам здорового образа жизни, оказание первой помощи, ограничение предельного уровня нагрузки во избежание переутомления).

Здоровьесберегающие образовательные технологии – это многие из знакомых большинству педагогов психолого-педагогических приемов и методов работы, технологий, подходов к реализации возможных проблем плюс постоянное стремление самого педагога к самосовершенствованию. Мы только тогда можем сказать, что учебно-образовательный процесс осуществляется по здоровьесберегающим образовательным технологиям, если при реализации используемой педагогической системы решается задача сохранения здоровья учащихся и педагогов. Благодаря комплексному подходу могут быть решены задачи формирования и укрепления здоровья обучающихся.

Список литературы

1. Зайцева И.А., Кукушин В.С., Ларин Г.Г., Румега Н.А., Шаохина В.И. Коррекционная педагогика. - Ростов-на-Дону, 2002.
2. Соколова Е.В. Психология детей с задержкой психического развития. - Москва, 2009.
3. Специальная педагогика// под редакцией Н.М. Назаровой. - Москва, 2004.
4. Харламов И.Ф. Педагогика. - Минск, 2004.
5. Науменко Ю.В. Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности. - Москва, 2010.
6. Ермолаева М.Г. Современный урок: анализ, тенденции, возможности. - Санкт-Петербург, 2008.

Предупреждение нарушений формирования навыков чтения и счетных операций у младших школьников с тяжелыми нарушениями речи

Грачёва Анастасия Александровна,
учитель начальных классов
ГБОУ СОШ № 269
Кировского района Санкт-Петербурга

Овладение счетом и счетными операциями так же, как и чтение, представляет собой сложный психологический процесс. Успешность которого зависит от сформированности многих психических функций и процессов. И, несомненно, одной из важнейших предпосылок овладения счетными операциями служит речь [5]. У детей с тяжелыми нарушениями речи могут наблюдаться трудности в овладении навыком чтения, проявляющиеся в стойких, специфических ошибках при чтении (дислексия), а также специфические, стойкие нарушения в овладении счетными операциями (дискалькулия).

Интересным является нарушение, которое как бы объединяет в себе дислексию и дискалькулию – дислексическая дискалькулия. Оно связано с ошибками оптического характера, проявляющимися в трудностях прочтения математических знаков и символов, вследствие недостаточной сформированности зрительного восприятия, анализа, синтеза, зрительной памяти, пространственных представлений. Данные нарушения в будущем могут привести к школьной неуспеваемости детей, вследствие не усвоения школьной программы, а также к трудностям их социальной адаптации.

Для профилактики дислексической дискалькулии наиболее эффективным будет решение следующих задач:

- формирование понимания математических знаков и отражение этого понимания в речевой деятельности;
- развитие восприятия формы, величины, представлений о зрительном образе цифр, геометрических фигур и математических знаков;
- развитие зрительной и слуховой памяти, аналитико-синтетической деятельности;
- развитие умения пользоваться символикой, понимания математической терминологии, соответствующей возрасту и программному содержанию математического развития.

Для решения данных задач, можно выделить следующие направления коррекционно-развивающей работы:

1. Развитие умения читать математические знаки, словесно обозначать математические понятия;
2. Развитие восприятия формы, величины, количественных представлений;
3. Развитие пространственного восприятия, зрительной и слуховой памяти;
4. Развитие аналитико-синтетической деятельности;
5. Развитие представлений об образе цифр и математических знаков.

Для реализации работы по этим направлениям продуктивным будет использование заданий из альбома Баряевой Л.Б., Кондратьевой С.Ю. «Игры и логически упражнения с цифрами». Целью этих заданий является формирование зрительных представлений детей об образе цифр, развитие умения соотносить количество предметов с определенной цифрой, развитие зрительной памяти и внимания, развитие умения использовать в своей речи математическую терминологию, развитие аналитико-синтетической деятельности [2].

Примеры заданий:

- «Соедини картинку с нужной цифрой, назови ее»
- «Найди и соедини одинаковые цифры, назови их»
- «Зачеркни лишнее и объясни свой выбор»
- «Какие цифры ты здесь видишь? Назови их»
- «Запомни цифры слева, закрой их рукой. Нарисуй такие же справа»
- «Допиши цифры»
- «Обведи по точкам цифры. Зачеркни одной чертой те цифры, которые нарисованы неправильно»
- «Чем похожи и чем отличаются эти цифры» и др.

Также полезной будет работа с пособием Кондратьева С.Ю., Лебедева Н.В. Математические игры с геометрическими формами и цифрами. Целью данного пособия является развитие математических способностей у детей, формирование зрительного образа геометрических фигур и цифр, развитие зрительного восприятия, пространственных представлений [4].

Примеры заданий:

- «Вставь пропущенные фигуры. Почему ты так решил?»;
- «Дорисуй геометрические фигуры. Назови их»;
- «Дорисуй цифры»
- «Цифры запутались. Посмотри внимательно. Зачеркни перевернутые цифры.

Назови правильно написанные цифры»

- «Нарисуй сверху от круга — треугольник, снизу напиши цифру «7», слева нарисуй прямоугольник, справа напиши цифру «9», в левом верхнем углу нарисуй квадрат, в правом верхнем углу напиши цифру 21», в левом нижнем углу ..., в правом нижнем углу ...» и др.

Для профилактики дислексической дискалькулии целесообразно использовать задания и игры с геометрическими фигурами, а также игры с набором цифр, которые представляют из себя сборно-разборный конструктор. Такой набор может быть изготовлен самостоятельно из различного материала: картона, наждачной бумаги, толстой ткани др. Помимо этого, можно порекомендовать использовать игровые упражнения с пуговицами по экспериментальной методике А.М. Леушиной.

Эффективными в работе будут и игры с природными материалами, а именно игры с песком и игры с водой. В ходе таких упражнений ребенок познает окружающий его мир, формируются его математические представления.

Цель обучения детей этим играм с водой и песком состоит в организации предметно-игровой математической деятельности, которая помогает ребенку овладевать средствами и способами познания математических свойств и отношений, проявлять самостоятельность в этой деятельности. Для того, чтобы развить у детей связную речь, обогатить их пассивный и активный словарь, а также развить зрительное восприятие, внимание, умение ориентироваться в пространстве, умение узнавать эталоны цвета, формы, величины и использовать в своей речи соответствующие термины мы использовали пособие Кондратьевой С.Ю. Развитие математического словаря детей старшего дошкольного возраста в процессе составления рассказа по картинке [3].

При построении коррекционной работы необходимо учитывать не только содержание программы и методики преподавания, но и индивидуальные возможности восприятия и анализа материала конкретным ребенком, которые можно выявить на основе его обследования [1].

Формирование элементарных математических представлений у детей с тяжелыми нарушениями речи осуществляется комплексно в разнообразных видах деятельности. Наибольшее значение имеют игровая, трудовая, конструктивная и изобразительная деятельности.

На специально организованных занятиях необходимо развивать зрительное и слуховое восприятие, внимание, память, зрительно-пространственные представления, логическое мышление. Помимо общих развивающих занятий должна проводиться дополнительно индивидуальная логопедическая работа по профилактике дислексической дискалькулии с учетом уровня сформированности у детей базовых механизмов овладения математическими навыками и предрасположенности к дискалькулии.

Главная же задача обучения детей с ТНР основам математических знаний заключается в том, чтобы научить ребенка в дальнейшем применять свой математический опыт в практической жизни.

Список используемой литературы

1. Ахутина, Т.В., Обухова, Л.Ф., Обухова, О.Б. Трудности усвоения начального курса математики детьми младшего школьного возраста и их причины // Психологическая наука и образование. – 2001. - № 1. – С. 65-78.

2. Баряева Л.Б., Кондратьева С.Ю. Игры и логические упражнения с цифрами: Пособие для детей старшего дошкольного возраста. — СПб.: КАРО, 2007

3. Кондратьева С.Ю. Развитие математического словаря детей старшего дошкольного возраста в процессе составления рассказа по картине: методическое пособие. — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2015.

4. Кондратьева С.Ю., Лебедева Н.В. Математические игры с геометрическими формами и цифрами. Развитие математических способностей у старших дошкольников. Рабочая тетрадь. — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2017.

5. Лалаева Р.И., Гермаковская А. Нарушения в овладении математикой (дискалькулии) у младших школьников. – СПб.: Союз, 2005.

План-конспект внеурочного занятия для обучающихся с ОВ в 3 классе «Такая разная гимнастика»

Хромова Светлана Геннадьевна,
педагог-психолог ГБОУ СОШ №277
Кировского района Санкт-Петербурга

Цель: предоставить возможность понять, что выполнение кинезиологических упражнений помогает развить не только мелкую и крупную моторику, но и внимание, память, мышление.

Задачи:

Образовательные:

- обогатить лексикон детей по теме «Гимнастика»;
- познакомить с понятием «гимнастика мозга» и выучить базовые кинезиологические упражнения;
- обучить элементарным техникам саморегуляции.

Развивающие:

- развить межполушарное взаимодействие;
- синхронизировать работу правого и левого полушарий;

- развить внимание, память, мышление;
- развить мелкую моторику;
- нормализовать мышечный тонус;
- стабилизировать эмоциональное состояние;
- усилить мотивацию к обучению;
- сохранить и поддержать здоровье.

Воспитательные:

- воспитать умение слушать и слышать, выполнять инструкцию педагога-психолога;
- научить использовать кинезиологические упражнения в повседневной жизни для поддержания и сбережения здоровья, стимуляции работоспособности и восстановления сил.

Условия проведения: занятия проводятся в подгруппе 5-6 человек.

Продолжительность занятия: 45 минут.

Технологии: игровая, групповая, информационно-коммуникационная, технология развивающего обучения, здоровьесберегающая.

Здоровьесберегающий компонент занятия обеспечивается путем:

- создания благоприятного психологического климата;
- использования игровых технологий;
- применения кинезиологических упражнений;
- частой сменой видов деятельности;
- включения в занятие элементов самомассажа;
- релаксации.

Оборудование: проектор, экран, компьютер, колонки, запись звуков природы, пения птиц, музыкальное сопровождение, обычная доска, мел, мяч, нейропсихологическая игра «Попробуй повтори», таблица с буквами, таблицы с рисунками, раскраски, листы формата А4, цветные и простые карандаши, фломастеры, ручки, грамоты.

Планируемые результаты

Метапредметные:

Познавательные: уметь применять полученные знания для решения личных задач; проявлять познавательную инициативу.

Регулятивные: уметь самостоятельно определять цели своего обучения; уметь осуществлять контроль деятельности; уметь выполнять действия в соответствии с поставленной задачей.

Коммуникативные: уметь слушать; уметь планировать и организовывать сотрудничество.

Личностные: уметь формировать познавательный интерес; уметь выполнять правила поведения на занятии.

Ход занятия

1. Организационный этап	
Деятельность педагога-психолога	Деятельность обучающихся
Играет музыка из м/ф «Зарядка для хвоста», дети заходят в класс и рассаживаются в круг. Педагог-психолог: - Здравствуйте, ребята. Меня зовут Светлана Геннадьевна. Сегодня занятие у вас проведу я. Всегда любая встреча начинается с приветствия. Я предлагаю вам поздороваться необычным образом – локтями! А теперь плечами!	Дети заходят в класс и рассаживаются на заранее расставленные в круг стулья. Дети приветствуют педагога-психолога. Дети касаются друг друга сначала локтями, затем плечами.

2. Постановка цели урока. Мотивация учебной деятельности

<p>- Ребята, отгадайте, пожалуйста, загадку: <i>«Конь, канат, бревно и брусья, Кольца с ними рядом, Перечислить не берусь я Множество снарядов! Красоту и пластику Дарит нам ...»</i></p> <p>- А для чего нужно заниматься гимнастикой, да и спортом вообще?</p> <p>- Давайте для разминки поиграем в игру «Здоровый человек, он какой?» Педагог-психолог бросает мяч детям по очереди и спрашивает: «Здоровый человек, он какой?»</p> <p>- Вы хотели бы быть такими же здоровыми, жизнерадостными и многого добиться в жизни?</p> <p>- Тогда мы будем учиться этому на сегодняшнем занятии.</p> <p>- Давайте вспомним, какая бывает гимнастика?</p> <p>- А как вы думаете, какая будет тема нашего занятия?</p> <p>- Правильно, тема занятия будет про гимнастику! Звучит она так: «Такая разная гимнастика!»</p> <p>- Мы с вами вспомнили, что гимнастика есть спортивная, художественная, утренняя, но есть еще очень необычная гимнастика – гимнастика мозга! И мы с вами научимся ее сегодня делать! Хотите?</p>	<p>- Гимнастика.</p> <p>- Чтобы быть здоровым!</p> <p>Дети возвращают педагогу-психологу мяч со словами «веселый», «счастливый», «красивый», «жизнерадостный», «любит спорт», «правильно питается», «занимается физкультурой» и т.п.</p> <p>Да!</p> <p>- Спортивная, художественная, утренняя, дыхательная, гимнастика для глаз.</p> <p>Дети отвечают.</p> <p>- Да.</p>
--	---

3. Основной этап

<p>- Тогда выучим первое упражнение «Колечки». Поочередно соединяем в колечко с большим пальцем сначала мизинец, затем безымянный, средний и указательный палец. А теперь в обратном порядке.</p>	<p>Дети повторяют упражнение.</p>
--	-----------------------------------

<p>- Замечательно!</p> <p>- А теперь попробуем повторить все вместе следующее упражнение «Фотоаппарат».</p> <p>- Отлично! Усложняем. Упражнение «Кулак-ребро-ладонь». Чередуем 3 положения руки.</p> <p>- Молодцы!</p> <p>- Вы, наверное, спросите меня, а причем тут гимнастика мозга? Ведь у нас только ручки работают! Как вы думаете, мозг участвовал в этих упражнениях вместе с нами?</p> <p>- Как раз мозг-то нам и помогал сделать эти упражнения и не запутаться в движениях, потому что мозг руководит нашим телом!</p> <p>- Вы знаете, что наш мозг состоит из двух половинок – левого и правого полушарий?</p> <p>- Левое полушарие отвечает за решение математических задач, а правое - за творческую работу.</p> <p>- Как вы думаете, правой рукой управляет какое полушарие?</p> <p>- Нет. Левое!</p> <p>Всей нашей правой половиной тела управляет левое полушарие мозга, а левой половиной, наоборот, правое полушарие.</p> <p>- Подумайте и ответьте, что нужно сделать, чтобы работало не одно полушарие, а сразу оба?</p> <p>- Да, нужно задействовать, например, обе руки и желательно, чтобы они делали разные движения, сделаем?</p> <p>- Тогда сделаем упражнение «Лезгинка»: левую руку сложить в кулак, развернув пальцами к себе, большой палец отставить в сторону. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснуться к мизинцу левой руки. Одновременно поменять положение правой и левой рук.</p> <p>- Прекрасно!</p> <p>А теперь давайте встанем и задействуем не только руки, но еще и ноги! Упражнение</p>	<p>Дети повторяют упражнение.</p> <p>Дети повторяют упражнение.</p> <p>- Участвовал.</p> <p>Дети отвечают.</p> <p>Дети: - Правое.</p> <p>Дети отвечают.</p> <p>- Да!</p> <p>Дети повторяют упражнение.</p> <p>Дети встают и повторяют упражнение.</p>
--	---

<p>«Локоть-колени»: по очереди касаемся правым локтем левого колена, а затем левым локтем правого колена. Делаем в медленном темпе. Представьте, что мы в замедленном кино!</p> <p>- Отлично!</p> <p>- А сейчас я вас попробую запутать! Упражнение «Замок»: сложите руки в замок и выверните к груди. Я буду показывать вам, каким пальчиком надо пошевелить, но только одним!</p> <p>- Да, трудно вас запутать! Но я еще попробую. Упражнение «Алфавит». Сейчас каждый из вас по очереди прочитает по одной строчке на доске. Черную буквы называем вслух, а красную букву показываем руками: если там буква П, то правую руку вправо, если Л – левую влево, если О – обе руки вверх. Понятно? Начинаем.</p> <p>- А сейчас мы немного порисуем, рисунки будут совсем несложными, но тоже необычными! Рисовать мы с вами будем обеими руками одновременно! Не пробовали? Сейчас будем учиться! Сначала нарисуем обычную линию:</p> <ul style="list-style-type: none"> - от центра листа к краям; - от края к центру; - обе линии слева направо; - обе линии справа налево. <p>- У вас отлично получается. Теперь нарисуем треугольники. Будем рисовать их от центра к краям листа.</p> <p>- А теперь кружочки – от края листа к центру. Давайте напишем каждый свое имя печатными буквами двумя руками одновременно.</p> <p>- Здорово!</p> <p>- Сейчас я раздам вам раскраски. Нужно будет правую половинку рисунка раскрасить правой рукой, а левую – левой. Если получается, то делаем обеими руками одновременно.</p> <p>- Возьмите, пожалуйста, карандаш и покатайте его между ладоней.</p>	<p>Дети повторяют упражнение</p> <p>Дети читают буквы и поднимают руки соответственно заданию.</p> <p>Дети садятся за парты и рисуют то, что говорит им педагог-психолог.</p> <p>Дети раскрашивают одновременно двумя руками.</p> <p>Дети катают карандаши между ладоней.</p>
---	---

<p>- Сейчас вернемся обратно в наш круг. И я вас научу делать массаж самому себе: погладим каждый наш пальчик в направлении от ладони к кончику пальца. Хорошо. А теперь, наоборот, от кончика пальца в сторону ладони.</p> <p>- А теперь нежно помассируем ушки.</p> <p>- Нашими глазками тоже управляет мозг. Давайте сделаем зарядку и для глаз - упражнение «Ленивые восьмерки»: нужно выставить прямую руку вперед. Большой палец находится на срединной линии тела и смотрит вверх. Зафиксировать на нем взгляд. В воздухе рисуем лежащую на боку восьмерку (знак «бесконечность»), начиная движение влево и вверх, при этом неотрывно смотрим на большой палец.</p> <p>- А сейчас разобьемся на пары, встанем друг напротив друга. Теперь, не двигая головой и не поворачивая шею, только одними глазами нарисуем силуэт вашего соседа напротив.</p> <p>- А теперь напишем только глазами каждый свое имя на потолке.</p> <p>- Отлично!</p> <p>- Сейчас мы с вами разобьемся на пары. Будем рисовать пальчиком символы друг другу на спинах. Один рисует, а второй отгадывает, что ему нарисовали на спине. Педагог-психолог раздает образцы символов, которые должны рисовать дети.</p> <p>- Далее сделаем с вами дыхательное упражнение «Свеча»: сделать глубокий вдох и разом выдохнуть весь воздух, как будто задуваем одну большую свечу. В следующий раз задувать три свечки, сделав глубокий вдох и выдохнув тремя порциями. А потом представить именинный торт с множеством свечек. Сделать опять глубокий вдох и постараться задувать как можно больше свечек, сделав максимальное количество коротких выдохов.</p> <p>- Релаксация. Давайте потрем ладони, чтобы они стали теплыми. Теперь сложим их</p>	<p>Дети делают самомассаж пальцев рук.</p> <p>Делают самомассаж ушей.</p> <p>Дети повторяют упражнение за педагогом-психологом.</p> <p>Дети разбиваются на пары и повторяют упражнение за педагогом-психологом.</p> <p>Дети выполняют упражнение.</p> <p>Дети разбиваются на пары и рисуют на спине другу у друга пальцем символы. Один рисует, второй отгадывает.</p> <p>Дети выполняют упражнение.</p> <p>Дети повторяют упражнение за педагогом-психологом.</p>
---	--

<p>лодочкой и приложим к глазам, не прижимая сильно руки. Пальцы при этом перекрещиваются в виде крыши. Мизинцы лежат на переносице.</p> <p>- Глазки ваши закрыты. Представьте, что мы с вами сейчас оказались на солнечной полянке, где тихо стрекочут кузнечики, летают разноцветные бабочки и чуть слышно поют птицы. Ветерок легко касается лица, рук и всего тела. Вам очень тепло и приятно, вы – отдыхаете, расслабляетесь. (Звучит негромкая музыка релаксации – «Звуки природы»). Я сосчитаю от пяти до одного, и когда прозвучит «один» - вы откроете глаза, и все силы вернуться к вам, настроение будет радостным и бодрым.</p> <p>- Ребята, все эти упражнения, которые мы с вами сегодня выполняли, вы можете делать, когда чувствуете, что устали, когда вам не решить задачку по математике, когда у вас плохое настроение.</p>	
4. Рефлексия	
<p>- Ребята, скажите, пожалуйста, как вы себя чувствуете?</p> <p>- Какое у вас сейчас настроение? Покажите на слайде, пожалуйста!</p> <p>- Скажите, чем мы с вами сегодня занимались?</p> <p>- Давайте каждый по очереди скажет, какое упражнение ему больше всего понравилось или запомнилось.</p> <p>- Вы сегодня просто замечательно поработали и ваш мозг тоже! Поэтому я хочу вручить вам грамоты! Вы все достойны звания чемпионов по гимнастике мозга! Поздравляю!</p> <p>- Наше занятие подошло к концу. Спасибо. С вами было очень приятно работать. Желаю вам здоровья! До свидания, ребята.</p>	<p>Дети отвечают.</p> <p>Дети показывают.</p> <p>- Гимнастикой мозга.</p> <p>Дети отвечают.</p> <p>- До свидания.</p>

Литература

1. Деннисон П., Деннисон Г. Программа «Гимнастика мозга». Пер. С.М. Масгутовой. - М., 1997.
2. Сиротюк А.Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения. — М.: ТЦ Сфера, 2003. — 288 с.
3. Сиротюк А. Л. Обучение детей с учетом психофизиологии: Практическое руководство для учителей и родителей. – М.: ТЦ Сфера, 2001. – 128 с.
4. Ханнафорд К. Мудрое движение. Пер. С.М. Масгутовой. – М., 2000.

Интернет-ресурсы:

1. <http://muz-color.ru/> - музыкальное сопровождение
2. <http://vse-raskraski.ru/> - раскраски
3. <http://liveinternet.ru/> - бланки заданий

Эффективные здоровьесозидающие практики дошкольного образования

Использование синергетического подхода в образовании дошкольников

Белевич Наталья Александровна,

кандидат педагогических наук, доцент
кафедры управления и технологий СЗиУ РАНХиГС,
педагог-психолог ГБДОУ детского сада № 7
Московского района Санкт-Петербурга

Сергеенко Алла Сергеевна,

музыкальный руководитель
ГБДОУ детского сада № 7
Московского района Санкт-Петербурга

Аннотация: В статье рассматривается синергетический подход в образовании и приводится пример практической его реализации. Данный подход позволяет в более короткие сроки решать большее количество задач за счет совмещения нескольких методических подходов (в данном случае сказкотерапия, кинезиология и музыкальное развитие) и за счет включения детей в процесс деятельности, делая их активными участниками.

Ключевые слова: синергетический подход, кинезиология, сказкотерапия, музыкальное развитие, дети дошкольного возраста.

Abstract: The article discusses the synergistic approach in education and provides an example of its practical implementation. This approach allows in a shorter time to solve more tasks by combining several methodological approaches (in this case, fairy-tale therapy, kinesiology and musical development) and by including children in the process, making them active participants.

Keywords: synergistic approach, kinesiology, fairy-tale therapy, musical development, children of preschool age.

Образование ставит перед собой важнейшую задачу - передача культурного наследия от поколения к поколению. Классические теории процесса обучения строятся на психологических теориях деятельности и содержания обучения. Такой подход был ведущим в образовании длительное время и передача знаний переходила от учителя к ученику по принципу «делай как я». Сегодня процесс обучения подвергается существенным изменениям. В настоящее время количество информации стремительно растет, что приводит к тому, что невозможно освоить весь объем новых знаний и, что немаловажно, в некоторых направлениях информация еще и быстро устаревает или имеет несколько различных точек зрения на одно и то же знание. В самой системе образования накопилось множество методов, подходов, теорий, методик, которые имеют своё теоретическое обоснование, практическое применение, социально-психологически эффективны и обстоятельно обоснованы. Но при всё при этом дело мы имеем с ребенком, который должен освоить все эти знания. В сегодняшней реальности на дошкольника, как никогда, ежедневно воздействует большое количество педагогов и у каждого свой подход в подаче знаний, в мотивации, в контроле усвоенного материала. Во всем этом многообразии здоровый ребенок (психически и физически) вырабатывает хорошие навыки адаптации, но к сожалению таких детей не так уж много. Ежегодная статистика показывает, что количество детей с различными медицинскими и психическими заболеваниями только растёт и если в спокойных комфортных условиях многие

заболевания уходят в ремиссию, то при неблагоприятных условиях могут перерасти в хронические. Не зря сегодня так много говорят о том, что многие заболевания носят психосоматический характер.

В условиях детского сада можно наблюдать такое же многообразие педагогических воздействий на ребенка. Только за один день на ребенка может воздействовать от 3-х до 5-ти педагогов. Здесь хочется привести пример из жизни школьников, когда из младшей школы они переходят в среднюю. И родители и психологи говорят о возросшем в этот период уровне тревожности из-за того, что у детей появляется большое количество предметов и педагогов с разными требованиями. Но школьнику переходящему из 4-го класса в 5-й уже 10-11 лет и тем не менее мы говорим о стрессе. Этот стресс заметен по той причине, что ребенок 10 лет уже умеет достаточно ясно понимать и выражать свои чувства, а качество усвоения знаний видно по оценкам. Дети дошкольного возраста этими навыками не обладают и оценок не получают, поэтому можно наблюдать только нежелание ходить в детский сад, затяжной период адаптации, растягивающийся на несколько лет, невротические реакции разного характера.

Анализ всей этой ситуации наталкивает на мысль, что для улучшения эмоционального и физического здоровья детей в условиях одного образовательного учреждения необходима четкая образовательная концепция для всех специалистов и педагогов. Конечно, мы не сможем сделать всех педагогов одинаковыми и лишить их индивидуальности, но выработать единый педагогический подход и в своей деятельности опираться на единые принципы вполне посильная задача. Помимо этого вполне возможным является проведение занятий объединяющих в себе сразу несколько образовательных задач и подходов. Тогда можно говорить о синергическом эффекте, когда эффективность деятельности возрастает в результате соединения, интеграции и слияния отдельных частей в единую систему.

Попытка организовать образовательную деятельность такого рода была предпринята в ГБДОУ детском саду № 7 Московского района. Для этого было решено объединить воедино музыкальное и психологическое развитие детей дошкольного возраста. Целью работы музыкального руководителя ГБДОУ является развитие эстетического вкуса, музыкального слуха, танцевальных движений. Педагог-психолог в своей работе ставит своей целью развитие психических процессов ребенка дошкольника, его эмоциональное развитие и коррекцию поведения. Для достижения этих целей для начала было апробировано одно занятие, разработанное и проведенное совместно педагогом-психологом и музыкальным руководителем в ходе которого детям предлагалось прослушать психотерапевтическую сказку, а потом без специальных репетиций и натаскиваний творчески проиграть её. Задачей педагогов было организовать детей на творческую импровизационную деятельность, обеспечить условия реализации этого процесса, а задачей детей – быть активными участниками и инициативными генераторами идей. В ходе занятия после прослушивания сказки детям предлагалось самостоятельно распределить между собой роли, опираясь только на собственное ощущение, какая роль ближе. Далее педагог-психолог начинает вновь рассказывать психотерапевтическую сказку и наполняет её движениями из кинезиологии. В процессе повторения сказки дети выполняют кинезиологические движения за педагогом и параллельно действуют в соответствии с выбранным героем. Музыкальный руководитель дополняет сказочное действие музыкальным сопровождением, что позволяет более глубоко прочувствовать характер героя всем участникам. Также интересным получается дополнение сказки знакомыми для детей песнями и танцевальными движениями, разученными ранее на музыкальных занятиях. Всё это делается практически экспромтом и очень увлекает детей, т.к. все полученные ранее навыки приобретают осмысленность в реализуемой деятельности. Дети являются не пассивными исполнителями воли педагога, а активными участниками, что позволяет каждому проявить себя настолько насколько ребенок готов к этому на данный

момент времени, есть возможность побыть в разных социальных ролях (режиссер, костюмер, актер, танцор, певец и т.д.). Само занятие наполнено для ребенка положительными эмоциями, новые танцевальные движения, песни, сказка, движения кинезиологии запоминаются легко и приобретают осмысленность для самого ребенка. Педагоги успевают при таком подходе реализовать большое количество образовательных задач. На наш взгляд на примере такого занятия хорошо видно реализацию синергетического подхода в образовательном процессе. Поскольку в синергетике ключевыми положениями являются такие понятия как самоорганизация и нелинейность (многовариативность), то практика организации таких занятий, как нельзя лучше, отражает этот подход. Движения кинезиологии способствуют формированию межполушарных связей и гармоничному развитию психических процессов. Психотерапевтическая сказка, через метафору, позволяет увидеть закономерности социального взаимодействия между людьми и формирует эти навыки. Музыкальное сопровождение усиливает эмоциональные реакции, позволяет проникнуться действием, способствует развитию эстетического восприятия. Разделение ответственности за общее дело между педагогом и учениками позволяет развить множество личностных качеств. В итоге всё это позволяет сформировать у детей дошкольного возраста умение планировать свои действия, видеть следственно-логические связи, что является основой мышления, как следствие формирует нормативное поведение и способствует гармоничному развитию личности в целом.

За здоровьем в детский сад

Федорова Татьяна Алексеевна,
воспитатель ГБДОУ детского сада №196
Кировского района Санкт-Петербурга

Сегодня в России достаточно низкий уровень общественного здоровья, поэтому одной из приоритетных задач современного образования является формирование личности, обладающей духовным, психическим и физическим здоровьем, адекватным условиям современного социокультурного информационного общества. Как укрепить здоровье детей и избежать болезней? Эти вопросы волнуют и родителей и педагогов, так как мы все хотим, чтобы наши дети год от года становились сильнее, вырастали и входили в большую жизнь не только знающими и образованными, но и закаленными и здоровыми.

Общеизвестно, что гармоничное развитие личности предполагает не только достижение высокого уровня образованности. Одной из предпосылок гармоничного развития является повышение уровня культуры здоровья человека. Чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном учреждении, так как дошкольный возраст самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам. [1]

Внимание исследователей и практиков И.И. Брехмана, Г.К. Зайцева, В.В. Колбанова, М.Г. Колесниковой, Т.В. Кружилиной, Л.Г. Татарниковой, Т.Ф. Ореховой и других ученых в области валеологии, подчеркивают развивающий и формирующий характер влияния образования на здоровье участников образовательного процесса и построения здоровьесозидающей образовательной среды, функционирующей на основе идеологии культуры здорового образа жизни. [2,3]

Вопросы охраны здоровья детей, формирование культуры здорового образа жизни стали одним из направлений деятельности нашего детского сада. Для полноценного развития и оздоровления детей в детском саду созданы все условия: имеется музыкальный зал, физкультурный зал, зал лечебной физкультуры, бассейн, кабинеты медперсонала. В ДОО используются различные виды здоровьесозидающих технологий (сохранения и стимулирования здоровья, обучения здоровому образу жизни, коррекционные и др.). Невозможно развивать ребёнка, не создав для этого соответствующие условия. Поэтому одним из важных этапов воспитания основ здорового образа жизни у детей является создание предметно–пространственной образовательной развивающей среды в группе. Организуются валеологические уголки и центры, где в различной форме могут быть представлены правила здорового образа жизни, книги, иллюстрации, схемы ухода за зубами, волосами, кожей и др. Через схемы и рисунки, макеты тела человека дети имеют возможность знакомиться с человеческим организмом. В центре сюжетно-ролевой игры представлены все атрибуты для игр, в которых ребёнок может закрепить правила гигиены, взаимодействия со сверстниками, поведения в проблемных и бытовых ситуациях в соответствии с их интересами и способностями.

Совместно со специалистами ДОО разработана программа здоровьесозидающей деятельности, реализация которой осуществляется в режимные моменты, во время непрерывной образовательной деятельности. Здоровьесозидание дошкольника – задача не простая, но современные технологии позволяют максимально оптимизировать этот процесс, превратив его в увлекательную игру для детей и взрослых (физкультминутки, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, подвижные и спортивные игры, гимнастика для глаз, ортопедическая, коррегирующая гимнастика, динамические паузы). На современном этапе развития дошкольного образования становится актуальным вопрос создания системы работы по внедрению в образовательный процесс ДОО новых технологий, одной из которых является использование информационно-коммуникационных технологий (ИКТ).

Дошкольники в большей степени, чем дети школьного возраста, нуждаются в ярком разнообразном демонстрационном материале. Видеоряд помогает заинтересовать, включиться в тему совместной деятельности, но не даёт возможности действовать, что необходимо для любого ребёнка, а особенно дошкольника. Использование интерактивного оборудования для детей дошкольного возраста становится более привлекательным и захватывающим. При этом, делается акцент на поисковую активность самих детей, побуждая их к творческому отношению при выполнении заданий. Просмотры мультфильмов и обучающих программ способствуют формированию осознанного отношения к здоровью (мультфильмы «Митя и микробус», «Королева Зубная щетка», «Птичка Тарри» и др.) и формированию безопасного поведения (обучающая передача «Азбука безопасности», «Спасик», «Волшебная книга МЧС», «Смешарики»). Применение мультимедиа технологий (цвета, графики, звука, современных средств видеотехники) позволяет моделировать различные ситуации («Одень ребят на прогулку», «Вредно-полезно», «Витамины, которые растут на ветке», «Пирамида питания», «Делаем зарядку» и др.). Любимые герои дошкольников вовлекают их в совместную деятельность, делая ее интереснее и увлекательнее. Использование ИКТ значительно расширяет возможности предъявления информации, позволяет усилить мотивацию ребенка. Игровые компоненты, включенные в мультимедиа программы, активизируют познавательную деятельность обучающихся и усиливают усвоение материала. Выполняя совместные или индивидуальные задания, дети сразу видят результат, получают навык быстрого реагирования на изменяющуюся ситуацию. [4]

Взаимодействие с семьями воспитанников заключается в заинтересованности обеих сторон в изучении личности ребенка, развитии и раскрытии в нем потенциала. Важным условием является обучение приемам и методам формирования представлений о культуре

здоровья; консультации, наглядная агитация, выставки детского творчества, вовлечение в досуговые и оздоровительные мероприятия ДОО, проведение праздников («Малые Олимпийские игры», «День защитника Отечества», «День защиты детей», «Папа, мама, я – дружная семья» и др.).

Таким образом, разработанная на основе здоровьесозидающего подхода к образованию система работы специалистов ДОО, способствует воспитанию положительной мотивации у дошкольников к формированию основ ЗОЖ, занятиям физической культурой, укреплению внутрисемейных связей, формированию добрых, семейных традиций, а также повышает результативность воспитательно-образовательного процесса.

Литература

1. Волошина Л.Н. Организация здоровьесберегающего пространства // Дошкольное воспитание.- 2004.
2. Здоровье человека через призму исследовательских работ учащихся / под ред. М.Г. Колесниковой, И.Н. Безбородой. СПб.: «Свое издательство», 2015.
3. Татарникова Л.Г. Педагогика здоровья: здоровьесберегающие образовательные технологии. СПб.: СПб АППО, 2010.
4. Юматова А.В. Формирование здорового образа жизни дошкольников // Дошкольное воспитание.2006. №3 с.17-22.

«Будь здоров!» - формирование у детей начальных представлений о ЗОЖ с использованием метода проектов

Пшеничная Наталья Сергеевна,
инструктор по физической культуре
ГБДОУ №5 Петродворцового района Санкт-Петербурга

В настоящее время негативная тенденция к ухудшению состояния здоровья населения России и особенно детей делает проблему воспитания личной заинтересованности каждого человека в здоровом образе жизни (ЗОЖ) особенно актуальной. Изменить ситуацию способно формирование ответственного отношения к здоровью, его укреплению. И происходить это должно в дошкольном возрасте, так как именно в это время формируются основы здоровья, основные жизненные привычки и ценности, выносливость организма, его работоспособность, а также качества, которые необходимы для полноценного личностного развития. В дошкольный период у ребёнка необходимо сформировать:

1. Знания о правилах гигиены, ухода за своим телом;
2. Знания о наиболее опасных факторах риска для здоровья и жизни;
3. Знания об устройстве человеческого организма, об органах, нуждающихся в особой защите;
4. Знания о собственном физическом развитии и уровне физической подготовленности.

Формирование основ ЗОЖ у детей дошкольного возраста будет успешным только при условии организации в образовательном учреждении и семье целенаправленного и систематического воспитательно-образовательного процесса взаимодействия в триаде ребенок – педагог – родитель, в котором педагогический коллектив дошкольного учреждения должен выступать инициатором и координатором.

Для решения вышеизложенной проблемы я обратилась к методу проектов, так как именно он:

- Основан на системном и деятельном подходе к решению педагогических задач, интеграции образовательных областей.

- Предлагает взаимодействие детей, педагогов и родителей.

- Реализуется с учётом индивидуальных и возрастных особенностей.

- Включает в себя различные виды деятельности и формы взаимодействия.

- Способствует творческой самореализации.

Появился проект по формированию у детей представлений о ЗОЖ «Будь здоров!»

Тип проекта: физкультурно-познавательный, долгосрочный (годовой).

Участники проекта: дети старшего дошкольного возраста, инструктор по физической культуре, воспитатели групп, специалисты ДОУ, семьи воспитанников.

Проблема проекта: укрепление и сохранение здоровья воспитанников.

Цель проекта: формирование у детей дошкольного возраста основных представлений о здоровом образе жизни.

Задачи проекта для воспитанников:

1. Формировать у детей представления о здоровье, здоровых привычках и составляющих ЗОЖ: соблюдение режима дня, правильное питание, гигиенические навыки, занятие физкультурой и закаливание, соблюдение правил безопасности;

2. Развивать познавательную и двигательную активность детей;

3. Воспитывать у детей бережное и ответственное отношение к своему

4. здоровью.

Задачи проекта для педагогов:

5. Освоение проектного метода;

6. Повышение педагогической компетентности в вопросах формирования представлений о ЗОЖ у детей;

7. Пополнение ДОУ методическими и информационными материалами;

8. Укрепление взаимосвязи между участниками воспитательно-образовательного процесса.

Задачи проекта для социальных партнёров:

• Повышение компетентности в вопросах укрепления здоровья детей;

• Укрепление взаимосвязей и активизация сотрудничества с ДОУ.

Принципы реализации проекта:

1. Доступность: проект реализуется с учётом возрастных особенностей детей, предполагает адаптированность материала к возрасту детей;

2. Систематичность и последовательность: подача теоретического и практического материала осуществляется от простого к сложному, с обязательным повторением ранее усвоенных норм и правил;

3. Дифференциация: в ходе проекта создаётся благоприятная педагогическая среда для качественного усвоения основ здорового образа жизни каждым дошкольником;

4. Динамичность: осуществляется за счёт интеграции образовательных областей.

Основные методы реализации проекта:

1. Организация и проведение физкультурно-познавательных досугов, посвящённых различным аспектам здорового образа жизни.

2. Консультирование родителей и педагогов.

3. Создание методической базы по данной теме.

4. Наглядные методы.

5. Творческо-деятельностные методы.

Основные этапы реализации проекта:

I этап – подготовительный, включал в себя:

1. Обсуждение целей и задач проекта.
2. Подготовительная работа с педагогами.
3. Организация предметно-развивающей среды.
4. Подбор методической и художественной литературы по теме проекта.
5. Подготовка необходимого физкультурного оборудования.
6. Изучение интернет - ресурсов по теме проекта.
7. Разработка перспективно-тематического плана, разработка конспектов занятий, развлечений.
8. Подбор и изготовление наглядных материалов для осуществления проекта.
9. Подготовка консультации для родителей.

II этап – практический, включал в себя:

1. Проведение тематических физкультурно-познавательных досугов, тематических бесед.
2. Взаимодействие с социальными партнёрами.
3. Организация систематического взаимодействия с родителями, консультирование по вопросам формирования у дошкольников основ здорового образа жизни.
4. Физкультурно-оздоровительная работа

III этап – заключительный, включал в себя:

1. Проведение итогового мероприятия «Праздник здоровья».
2. Выставки творческих работ, фотоотчёты.
3. Педагогический мониторинг.
4. Презентация и обсуждение опыта работы и перспектив в совершенствовании проекта.

В основе проекта «Будь здоров!» лежит системный подход, в связи с чем реализовывался он в нескольких ведущих направлениях: повышение уровня компетенции педагогов, целенаправленное сотрудничество педагогов с семьями воспитанников, взаимодействие педагогов, совместная деятельность педагогов, родителей и детей.

Работа с детьми строилась как система физкультурно-познавательных досугов.

Досуг «Будь здоров!» был посвящён общим вопросам ЗОЖ. Дети, выполняя игровые задания, отвечали на вопросы: что значит быть здоровым? что делать, чтобы не болеть? нарушение каких правил приводит к болезни?

Досуг «Про режим дня я всё знаю и, конечно, соблюдаю!» обобщил представления старших дошкольников о важности соблюдения режима дня, о его составляющих. Специально подобранные подвижные игры позволили детям вспомнить всю последовательность режимных моментов.

Досуги «Я правильно питаюсь, расту и развиваюсь», на котором закреплялись знания о режиме питания, полезных и вредных продуктах, правилах поведения за столом и «Чистота- залог здоровья!», посвящённый вопросам гигиены, проводились в форме соревнования двух команд с использованием тематических интерактивных заданий, созданных с помощью ИКТ. Соревновательный момент и специально подобранные эстафеты способствовали наибольшей активности участников досуга.

Досуг «Знатоки спорта» проводился в форме викторины. Дети разделились на две команды и выполняли задания, предлагаемые в виде мультимедиа-презентации: повторяли виды спорта, названия спортивных атрибутов и их назначение, доступные способы закаливания. Ответы на вопросы чередовались с тематическими эстафетами.

Итоговое мероприятие «Праздник здоровья» продемонстрировало высокий уровень знаний и умений детей по вопросам ЗОЖ, сознательное отношение к сохранению своего здоровья.

Работа с социальными партнёрами (семьями и учреждениями города), включала в себя совместные досуговые мероприятия, анкетирование, информационные материалы для родителей.

Работа с педагогами предполагала не только проведение консультаций и мастер-классов, но и создание тематических картотек, тематических интерактивных заданий, созданных с помощью ИКТ для совместной деятельности с детьми.

Проект «Будь здоров!» был успешно реализован и показал следующие результаты: для детей:

1. Появление более осознанного отношения к собственному здоровью, знаний и умений, способствующих выбору здорового образа жизни.
2. Снижение заболеваемости и поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья.
3. Повышение уровня физической подготовленности.
4. Развитие речи, расширение словарного запаса и кругозора.

для социальных партнёров:

1. Повышение заинтересованности в активном сотрудничестве с ДОУ в вопросах сохранения и в укреплении здоровья детей;
2. Возросший уровень компетентности в вопросах здоровьесбережения и здоровьесозидания.

для педагогов:

1. Создание системы комплексного подхода к формированию привычки к ЗОЖ, преодоление узкоспециализированного подхода в организации физического воспитания.
2. Активизации оздоровительной деятельности в детском саду.

Проект «Будь здоров!» получил своё продолжение в новом проекте. Новый годичный проект:

- рассчитан на старших дошкольников,
- творческий, физкультурно-развивающий
- направлен на изготовления вместе с детьми нестандартного физкультурного оборудования из бросового материала и дальнейшее использование его во время физкультурных досугов и самостоятельной деятельности в группе.

В дальнейшем я планирую продолжить работу над формированием у воспитанников основ ЗОЖ в рамках проекта «Будь здоров!» и, искать новые формы и методы его реализации.

Литература

1. Здоровый дошкольник: социально оздоровительная технология 21 века/ сост. Ю.Е. Антонов, М.Н. Кузнецова и др. - М.: Гардарики, 2008.
2. Прищепа С.С. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет.- Москва, 2009.
3. Никонорова Т.С., Сергиенко Е.М. Система оздоровления дошкольников «Здоровячок». – Воронеж, 2007.
4. Виноградова Н.А., Панкова Е.П. Образовательные проекты в детском саду. Пособие для воспитателей. - М.: Айрис-пресс, 2008.
5. Методическое пособие «Приобщаем дошкольников к здоровому образу жизни» - Москва, 2012.
6. Тарасова Т.А., Власова Л.С. Здоровый образ жизни «Я и мое здоровье» (программа занятий, упражнений и дидактических игр).- Москва, 2008.
7. Лагутин А.Б. Физическое воспитание ребенка в дошкольном учреждении // Теория и практика физической культуры. - 2004.
8. Нежина Н.В. Охрана здоровья детей дошкольного возраста / Н.В. Нежина // Дошкольное воспитание.- 2004.
9. Кулик Г.И., Сергиенко Н.Н. Программа развития «Школа здорового человека».- Москва, 2006.

**Методическая разработка совместного мероприятия
с родителями, воспитанниками и педагогами
с использованием здоровьесберегающих технологий
«Зима, спорт и мы!»**

Квиткина Вера Тихоновна,
инструктор по физической культуре
ГБДОУ детского сада № 18
Кировского района Санкт-Петербурга
Поздеев Сергей Леонидович,
инструктор по физической культуре
ГБДОУ детского сада № 18
Кировского района Санкт-Петербурга
Байгулова Нина Геннадьевна,
старший воспитатель
ГБДОУ детского сада № 18
Кировского района Санкт-Петербурга

Цель: пропаганда здорового образа жизни; становление партнерских отношений между педагогами, детьми и родителями.

Задачи:

1. Формировать представление у детей о зимних видах спорта;
2. Развивать у детей потребность в двигательной активности;
3. Проявлять инициативу в выборе соперника, воспитывать у детей здоровый дух соперничества, взаимовыручку в командных играх – эстафетах;
4. Повышать компетентность педагогов по созданию здоровьесберегающей образовательной среды;
5. Мотивировать и вовлечь родителей в совместную деятельность по здоровьесбережению;
6. Создать благоприятные условия для формирования дружеских отношений между участниками образовательных отношений.

Используемые образовательные технологии:

Информационно – коммуникативные, здоровьесберегающие (оздоровительная, дыхательная, пальчиковая гимнастики, логоритмика), игровые технологии, технологии социально – психологического благополучия.

Методы и приемы:

Наглядные: слуховые и зрительные ориентиры (картинки с зимними видами спорта).

Словесные: художественное слово (стихи, загадки), беседа, пояснение, поощрение.

Практические: эстафета, подвижная игра, выполнение заданий, танец.

Участники: 3 команды – команда детей старшего дошкольного возраста, команда родителей и команда педагогов детского сада. Зрители (болельщики) – родители, участвующих в соревнованиях детей, и дети родителей, участвующих в соревнованиях. Команды должны иметь спортивную форму, название, девиз и эмблему.

Место проведения: спортивный зал, украшенный иллюстрациями на тему «Зимние виды спорта»; оформлена композиция из спортивного инвентаря.

Оборудование и атрибуты: картинки с изображением зимних видов спорта; «волшебная рукавица»; мяч массажный игольчатый; спортивный инвентарь – свисток, клюшка, шайба, ворота, мячи, корзины, гимнастические палки, обручи, ориентиры.

Предварительная работа:

1. Чтение художественной литературы на спортивную тему;
2. Домашнее задание для команд: «Придумать название и девиз»;
3. Подготовка протоколов для жюри, дипломов и призов для участников;
4. Беседы с детьми о зимних видах спорта, просмотр презентации, чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций на спортивную тематику, разучивание стихов;
5. Подготовка музыкальной паузы – приглашение к выступлению команды по чирлидингу «Импульс».

Дидактические материалы и средства обучения:

1. Мультимедийная презентация «Зимние виды спорта»;
2. Аудиозапись: Спортивный марш (на темы песен М.Блантера и И. Дунаевского), песня «Зимняя мульт – зарядка» муз. Д.Князев, сл. А.Яранова, песня «Кабы не было зимы» муз. Е.Крылатова, сл. Ю.Энтина.

Ход мероприятия:

I этап. Вводная часть.

Ведущий: Стадион, стадион, всех собрал сегодня он!

Зимний праздник отмечаем, и здоровье поправляем!

Здравствуй дети, здравствуй гости! Мы рады нашей встречи. Стадион есть, зрители есть, а где же участники соревнований?

Под музыкальное сопровождение в зал входят участники соревнований – команды педагогов, родителей и воспитанников, делают круг почета.

Ведущий: Снег кружится, снег ложится – снег, снег, снег!

Рады снегу зверь и птица, и, конечно, человек!

Сколько замечательных радостных дней дарит нам зима. Парки, дворы превращаются в стадионы, где каждый из нас может найти для себя интересное и любимое зимнее развлечение. Пять лет назад в феврале в нашей стране России в городе Сочи состоялись XXII Зимние олимпийские игры, где сборная России стала победителем в командном зачете. После олимпиады появился всероссийский праздник «День зимних видов спорта». Он привлекает детей и взрослых к активному зимнему отдыху, спортивным снежным состязаниям и здоровому образу жизни. Сегодня мы предлагаем встретить его на нашем стадионе под девизом «Зима, спорт и мы!». Этот праздник – для самых смелых, быстрых и ловких. В соревнованиях принимают участия три команды – команда веселых детей, команда уважаемых родителей и команда активных педагогов.

Представление команд – название команды, девиз.

Название команды детей – «Умка».

Девиз: «Умные, умелые, медвежата белые!

Команда «Умка» в бой идет, а наш девиз: «Всегда, вперед!»

Название команды родителей – «Северное сияние»

Девиз: «Наша команда дружна и едина,

А, значит, она непобедима!»

Название команды педагогов – «Пингвины»

Девиз: «Соревнуйся вместе с вами, мы останемся друзьями.

Пусть борьба кипит сильнее, наша дружба крепнет с ней!»

II этап. Основная часть.

Ведущий: Начинаем зимний праздник, будут игры, будет смех,

И веселые забавы приготовили для всех!

Ведущий: Вас ждут увлекательные соревнования по зимним видам спорта, веселые и интересные игры.

Представление членов жюри

Ведущий: Все мы знать должны об этом: нужен спорт не только летом,
Также осенью, весной, и, конечно же, зимой!

Есть много зимних видов спорта: от лыж, коньков – до сноуборда.

И пусть мороз нас не пугает, а лишь здоровье закаляет!

Игра с элементами самомассажа «Назови зимние виды спорта»

Участники соревнований встают в общий круг. У одного участника в руке «снежок» – мяч массажный игольчатый. По очереди участники называют зимний вид спорта, выполняя самомассаж мячом (круговые движения между ладонями), передают следующему участнику.

Ведущий: Хорошо вы поиграли, виды спорта вы назвали,

Но прежде чем соревноваться, нужно всем скорей размяться!

Музыкальная разминка с элементами оздоровительной и дыхательной гимнастик.

Ведущий: Улыбнулись! Все здоровы, соревноваться вы готовы? Внимание, внимание, начинаем наши зимние соревнования! Настала пора выйти на старт участникам и побороться за звание самой быстрой, ловкой и спортивной команды. Вызываются капитаны команд.

У ведущего в руке «волшебная рукавица», в которой лежат 3 карточки с изображением видов спорта – керлинг, бобслей, хоккей. Это три предстоящие эстафеты. Капитан достает карточку с изображением вида спорта, показывает ее, называет вид спорта. За капитаном стоит выбор, с какой командой они будут соревноваться.

Описание эстафет:

Керлинг

Участники находятся у стартовой линии. Перед каждой командой, на определенном расстоянии, стоят корзины – «площадка». У первых участников в руках мяч – «снаряд». По команде, участник кладет мяч «снаряд» на стартовую линию и по прямой должен оттолкнуть «снаряд» и закатить его в корзину – «дом». Пробежать, взять мяч и передать его следующему игроку. Количество «снарядов», закатившихся в «дом», подсчитываются.

Бобслей

На стартовой площадке участники делятся на пары. Участник в паре, стоящий первым, подает руки своему партнеру, отведя их назад. Перед каждой командой, на определенном расстоянии стоит ориентир. По сигналу, первая пара, стоящая в колонне, бежит до ориентира, оббегает его и возвращается обратно к своей команде, занимая место в конце колонны. После пробега, участники в паре, меняются местами. Вторая пара начинает движение после пересечения стартовой линии первой пары. Каждая пара выполняет данное задание два раза.

Хоккей

Участники находятся у стартовой линии. Перед каждой командой, на определенном расстоянии друг от друга стоят 2 предмета и ворота. У первых участников в руках клюшка и на стартовой полосе лежит шайба. По команде, участник обводит шайбу между предметами «змейкой» и забивает ее в ворота. Бежит, берет шайбу в руки, возвращается к команде, и передает инвентарь следующему игроку. Забитые шайбы в ворота, подсчитываются.

Ведущий: Сегодня у нас гости из школьного спортивного клуба «Сокол», они дарят нам свою музыкальную композицию «Зимняя сказка». Встречайте!

Музыкальная пауза. Выступление команды по чирлидингу «Импульс»

Ведущий: Все мы вместе встанем в круг, я твой друг, и ты – мой друг.

Крепко за руки возьмемся и друг другу улыбнемся.

Пальчиковая гимнастика «Мы во двор пошли гулять»

Раз, два, три, четыре (*сжимаем и разжимаем пальцы*)

Мы с тобой снежок слепили (*имитация лепки снежка*)
Круглый, крепкий, очень гладкий
(*показываем пальцами круг, сжимаем ладони, гладим одной ладонью другую*)
И совсем – совсем, не сладкий (*грозим пальчиком*)
Раз – подбросим (*имитация броска вверх*)
Два – поймаем (*имитация ловли*)
Три уроним (*хлопок в ладошки*)
И ломаем (*топаем на месте*).
Ведущий: Дружно хором отвечайте: вы ловкие? (да!)
Вы смелые? (да!) Вы сильные? (да!)
Не ленитесь, подтянитесь и на старт все становитесь!

Ведущий вызывает капитанов команд. В «волшебной рукавице» лежат 3 карточки с изображением видов спорта – фигурное катание, лыжные гонки, конькобежный спорт. Выполняется эстафета, которая изображена на карточке у капитана команды. За капитаном стоит выбор, с какой командой они будут соревноваться.

Описание эстафет:

Фигурное катание

На стартовой площадке участники делятся на пары. Перед каждой командой, на определенном расстоянии стоит предмет и ориентир. Участники, взявшись за руки «крестиком» двигаются к предмету в прямом направлении, оббегают его по кругу «выполняя элемент», бегут к ориентиру, оббегают его и возвращаются к команде. Следующая пара начинает выполнять задание, после пересечения стартовой линии, предыдущей пары.

Лыжные гонки

Участники стоят у стартовой линии. Перед каждой командой на определенном расстоянии ориентир. Задание выполняется в паре. Первый участник в руках держит две палки, другой конец палки берет второй участник. Имитируя руками и ногами движения лыжника, они бегут к ориентиру, оббегают его и возвращаются к линии старта. Палки передаются следующей паре и эстафета продолжается.

Конькобежный спорт

Участники стоят у стартовой линии. Перед каждой командой раскладываются обручи среднего размера в шахматном порядке. Участник, убрав руки за спину, начинает выполнять прыжки на одной ноге, чередуя обручи. Обогнув ориентир, возвращаясь обратно, он снова выполняет прыжки. Следующий участник продолжает выполнять задание, после пересечения стартовой линии предыдущего участника.

Ведущий: Предлагаю отдохнуть. К нам в гости заглянули зимние загадки. За правильный ответ команда получает фант – снежинку. По окончании, команды подсчитывают заработанные фанты.

1. Про этот спорт я много слышал:
Воздушный акробат на лыжах. (фристайл)
2. Во дворе с утра игра, разыгралась детвора,
Крики: «шайбу!», «мимо!», «бей!» – значит, там игра ... (хоккей).
3. Он на вид – одна доска, но зато названьем горд, он зовется ... (сноуборд).
4. Есть ребята у меня два серебряных коня.
Езжу сразу на обоих, что за кони у меня? (коньки)
5. Две курносые подружки мчатся, мчатся друг за дружкой,
Обе ленты на снегу, оставляют на бегу. (лыжи)
6. Он крылья на ноги надел, скатился с горки и взлетел! (прыжки с трамплина)
7. Палка в виде запятой, гонит шайбу пред собой. (клюшка)
8. На ледовом стадионе друг за другом мы в погоне.

Движенья плавны и легки, а скорость нам дают коньки.

Ответ не должен вызвать спор, ведь это ... (конькобежный спорт).

9. И в мишень спортсмен стреляет, и на лыжах мчится он,

А вид спорта называют очень просто ... (биатлон).

III этап. Заключительная часть.

Ведущий: Наш праздник, посвященный зимним видам спорта, подходит к концу. Хочется пожелать всем крепкого здоровья, как можно чаще заниматься физической культурой и спортом на свежем воздухе, ведь такие занятия способствуют укреплению иммунитета, повышают настроение, дарят массу положительных эмоций. Для подведения итогов, слово предоставляется уважаемому жюри.

Слово жюри. Подведение итогов, награждение команд.

Ведущий: Настроенье – хоть куда, рады встречи мы всегда

Встанем в круг мы танцевать, будем Зиму прославлять!

Общий танец в парах «Кабы не было зимы»

В конце под музыку участники делают круг почета и выходят из зала.

Планируемые (достигнутые) результаты:

1. Повышение компетентности педагогов в области здоровьесбережения;
2. Повышение интереса родительской общественности к занятиям физкультурой и спортом, овладение здоровьесберегающими технологиями;
3. Привлечение родителей к совместным мероприятиям в ДОУ;
4. Взаимодействие с социальными партнерами – школой.

Анализ результативности деятельности:

1. Цель и задачи совместного мероприятия с использованием здоровьесберегающих технологий «Зима, спорт и мы!» достигнуты;
2. Положительные отзывы, оставленные участниками праздника, показали значимость и востребованность таких мероприятий;
3. Привлечение социальных партнеров (школы) способствовало созданию атмосферы праздника и единого образовательного пространства.

Рефлексия по итогам мероприятия.

Совместное мероприятие с использованием здоровьесберегающих технологий «Зима, спорт и мы!» прошло на высоком уровне. Участники команд получили заряд бодрости, позитивных эмоций от выполнения предложенных заданий. Используемые здоровьесберегающие технологии пополнили копилку знаний родителей и педагогов по теме здоровьесбережения. При проведении эстафет капитаны команд самостоятельно выбирали соперника (команду, с которой будут соревноваться), что способствовало проявлению инициативы и укреплению командного духа. Болельщики и жюри активно поддерживали команды. Выступление школьной команды по чирлидингу украсило праздник, продемонстрировав потенциальные возможности для развития нестандартного и современного направления физической культуры и спорта. Дружеская, теплая атмосфера присутствовала на протяжении всего мероприятия. Оставленные отзывы родителей, педагогов и болельщиков полны благодарности и удовлетворения от участия в спортивном празднике «Зима, спорт и мы!».

Список используемой литературы и интернет-источников:

1. Э.Л.Емельянова. Расскажите детям о зимних видах спорта. - Москва, Мозаика – синтез, 2017.
2. Т.Е.Харченко Организация двигательной активности детей в детском саду. – СПб, Детство – Пресс, 2010.
3. Е.А.Алябьева Нескучная гимнастика. - Москва: ТЦ Сфера, 2015.

4. Загадки для детей про зимние виды спорта. /Доступ с информационного портала. URL: <https://po-ymy.ru/zagadki-dlya-detej-pro-zimnie-vidy-sporta.html>
5. История Олимпийских игр. /Доступ с информационного портала. URL: <http://olimp-history.ru/node/381>

План-конспект мастер-класса по проведению Педагогического совета «Здоровый образ жизни – древо познания добра и зла»

Ракутина Евгения Викторовна,
заведующий ГБДОУ детский сад №73
Кировского района Санкт-Петербурга

Цель: обучение педагогов разработке условий для совершенствования здоровьесберегающей работы в ДОУ через блок здоровьесбережения в Программе развития Учреждения.

Задачи:

- обучение педагогов эффективным формам формирования у детей мотивации к здоровому образу жизни,
- обучение педагогов эффективным формам формирования у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в сохранении собственного здоровья.

Началом педсовета служит анализ действующей Программы развития учреждения.

Основные понятия: «технология» (ЮНЕСКО), «педагогическая технология» (В.А. Сластенин), «педагогическая технология», «образовательная технология педагогики здоровьесбережения», «здоровьесберегающая технология», «здоровье» (ВОЗ), «здоровье физическое», «физическая активность», «здоровье психическое», «психическая активность», «здоровье социальное», «социальная активность», «здоровье нравственное».

"Здоровье дороже богатства" – утверждал французский писатель Этьен Рей, который жил в конце 19 века. Точно также утверждают и многие из нас. О здоровье говорят, о здоровье спорят, здоровья желают. Вывод по теме: «Оптимизация процесса здоровьесбережения и здоровьесохранения дошкольников и педагогов в детском саду и семье»

Проблема заключается в недостаточном внимании взрослых к детям, что проявляется как в детском саду, так и в семье.

Возможная проблема в ДОУ: нарушение режима дня, двигательной активности, отсутствие закаливающих процедур, несистематическое проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий, как внутри ДОУ так и на воздухе, частое заболевание детей, нарушение питьевого и воздушного режима.

Возможная проблема в семье: отсутствие режима дня, нарушение питания, нарушение сна, отсутствие закаливающих процедур, отсутствие должного внимания детям, одежда детей не соответствует погодным условиям.

«Уважаемые коллеги, мне бы хотелось услышать Ваше мнение по поводу этих утверждений. Могут ли они, став основой физвоспитания в ДОУ, решить проблему заболеваемости дошкольников? (ответы педагогов).

Актуальность: для того чтобы добиться положительных результатов в деле здоровьесбережения детей, необходима целенаправленная комплексная система физкультурно-оздоровительной деятельности, как в детском саду, так и в семье, можем ли мы ограничиться только действиями в детском саду?

Как может повлиять работа по здоровьесбережению в имидже учреждения?

Требуется ли привлечение социальных партнеров для решения вопроса кластера?

(дождаться ответа от каждого педагога)

Как известно, хорошее здоровье способствует успешному обучению, а успешное обучение – улучшению здоровья. Образование и здоровье неразделимы.

В концепции дошкольного воспитания решению проблем, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, отводится ведущее место.

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей — одна из главных стратегических задач развития страны.

Совместная деятельность педагогов ДОУ и родителей по сохранению и укреплению здоровья ребенка, формированию здорового образа жизни, основ гигиенической и физической культуры имеет не только педагогическое, но и глубокое социальное значение. Ведь здоровье детей – будущее страны, основа ее национальной безопасности.

Укрепление здоровья - это дело государственной важности. Возрастающие психоэмоциональные и физические нагрузки современных школьников делают задачу сохранения и укрепления здоровья детей одной из наиболее актуальных.

В соответствии с Законом РФ «Об образовании» здоровье дошкольников отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования.

Какие виды здоровьесберегающих технологий используются в ДОУ? (ответы педагогов).

Здоровый образ жизни — это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях, дети могут оказаться в неожиданных ситуациях на улице и дома, поэтому главной задачей является развитие у них самостоятельности и ответственности.

Поэтому одной из основных задач администрации и педагогического коллектива по проблеме здоровья является организация, реализация и контроль за эффективностью всего комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

Исходя из этого, определены цель и задачи заседания педсовета

Одним из главных условий успешности работы в этом направлении является грамотная организация здоровьесберегающего процесса в детском саду.

Здоровьесберегающие образовательные технологии – это системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, направленная на укрепление и сохранение здоровья детей.

Можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:

- Медико – профилактические;
- Физкультурно – оздоровительные;
- Технологии обеспечения социально – психологического благополучия ребенка;
- Здоровьесберегающие образовательные технологии;
- Технологии валеологического просвещения родителей;
- Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов

дошкольного образования.

Почему сегодня здоровьесберегающее направление в работе ДОУ зачастую рассматривается как инновационное! Ведь в детских садах, казалось бы, всегда здоровью детей уделялось немало внимания! Это потому, что в современных условиях здоровьесбережение – ключевой элемент нового мышления, который требует пересмотра, переоценки всех компонентов образовательного процесса. Оно радикально меняет саму суть и характер процесса, ставя в центр его здоровье ребёнка.

Сегодня в нашем зале присутствуют знатоки здоровьесберегающих технологий. Итак, начинаем нашу игру.

Уважаемые коллеги! Продолжите, пожалуйста, фразу: "Путь к здоровью – это..." (блиц опрос педагогов)

Мы уточнили, что путь к здоровью - это и правильное питание, систематическая двигательная активность, отсутствие стрессовых ситуаций и ещё многое другое. Но самое главное – здоровый образ жизни.

В дошкольных учреждениях в целом сложился системный подход к организации оздоровительной работы с детьми. Однако любая система не прослужит достаточно долго и эффективно, если не будет совершенствоваться, обновляться. Оснований для модернизации оздоровительной работы в ДОУ достаточно много. Одно из главных – рост заболеваемости детей.

Согласно данным НИИ педиатрии сегодня только 14% детей можно назвать условно здоровыми, то есть не имеющими патологий, серьёзных психологических и физических заболеваний, в то время как порядка 40% страдают хроническими заболеваниями практически с самого рождения, а 50% имеют проблемы в развитии опорно-двигательного аппарата.

Неутешительная статистика, правда? И это только официальные данные. В реальности же дела могут обстоять гораздо хуже.

К тому же, состояние здоровья детей из сугубо медицинской стало и педагогической проблемой. При низких показателях здоровья и плохой посещаемости не могут быть реализованы образовательные программы. Поэтому здоровьесбережение в ДОУ – одна из самых актуальных проблем современного общества.

Сегодня на педсовете выясним, какие условия созданы в нашем детском саду для работы по здоровьесбережению, какие здоровьесберегающие технологии используют педагоги нашего ДОУ.

«Здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и состояние полного физического, психического и социального благополучия.»

Что же является самым главным для физического здоровья человека, и ребёнка в частности?

Для того чтобы обеспечить ребёнку крепкое здоровье, разумеется, важно многое: и здоровый образ жизни, и правильное, полноценное питание, и состояние опорно-двигательного аппарата и т.д. Однако, как утверждают в своих исследованиях Вера Григорьевна Алямовская, Юрий Фёдорович Змановский главные “киты”, на которых держится жизнь и здоровье человека, это состояние сердечнососудистой, дыхательной и иммунной систем организма.

Основным же средством развития сердечнососудистой, дыхательной и иммунной системы являются циклические движения (бег, ходьба, плавание, прыжки и т.д.), при которых повторяется одно и то же действие, позволяющее чередовать расслабление и напряжение мышц. Именно циклические виды движений наиболее естественны для ребёнка дошкольника.

Развитие дыхательной системы также напрямую связано с движением. Как показали исследования, способность организма усваивать кислород из воздуха повышается при регулярных физических упражнениях, но...только на свежем воздухе! Прогулка ребёнка-дошкольника должна составлять 4 – 4,5 часов в день и должна быть интересной, увлекательной, насыщенной разнообразной двигательной активностью.

Как обстоят дела в нашем детском саду? (озвучить результаты контроля выхода на прогулку).

Технология — в широком смысле — совокупность методов, процессов и материалов, используемых в какой-либо отрасли деятельности,

Методика — это, как правило, некий готовый "рецепт", алгоритм, пошаговая инструкция, процедура для проведения каких-либо нацеленных действий.

Здоровьесберегающие технологии – технологии, направленные на сохранение, поддержание и обогащение здоровья субъектов педагогического процесса.

В каждом дошкольном учреждении используются разнообразные программы. В каждой – здоровьесберегающие технологии.

Комплексные (направленные на формирование у ребёнка универсальных способностей).

Давайте разберёмся, какие виды технологий используются в ДОУ.

Медико-профилактические технологии обеспечивают сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств.

Задачи этой деятельности организовать:

- мониторинг здоровья детей (Анализ документации: наличие в группах карты физического развития и здоровья, листа здоровья /заболеваемости);
- разработку рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
- контроль за питанием детей, физическим развитием, закаливанием; (Озвучить результаты тематической проверки);
- профилактических мероприятий в детском саду (иммунизация, щадящий режим в период адаптации и т.д.);
- контроль и помощь в обеспечении требований СанПиНов;
- здоровьесберегающая среда в ДОУ.

Мониторинг за состоянием здоровья и физическим развитием детей осуществляется медиками и педагогами. Вся работа по физическому воспитанию детей строится с учётом их физической подготовленности и имеющихся отклонений в состоянии здоровья.

Физкультурно-оздоровительные технологии направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребёнка. Физкультурно-оздоровительная деятельность осуществляется на занятиях по физическому воспитанию, а так же в виде различных гимнастик, закаливающих процедур (босохождение, воздушные ванны и т.д.), физминуток, организация прогулок, и т.д.

Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка – технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка-дошкольника.

Основная задача этих технологий

- обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье,
- обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника.

Реализацией данных технологий занимается психолог посредством специально организованных встреч с детьми, а также воспитатель и специалисты дошкольного образования в текущем педагогическом процессе ДОУ. (Вежливое обращение к детям, спокойная речь воспитателя, внимательное, заботливое отношение и т.д.)

Педагог, стоящий на страже здоровья ребёнка, воспитывающий культуру здоровья ребёнка и родителей, прежде всего сам должен быть здоров, заботиться о своём здоровье, не переутомлён работой, должен объективно оценивать свои достоинства и недостатки, связанные с профессиональной деятельностью.

Главными воспитателями ребёнка являются родители. От того, как правильно организован режим дня ребёнка, какое внимание уделяют родители здоровью ребёнка, зависит его настроение, состояние физического комфорта.

В нашем детском саду взаимодействие с родителями по вопросам здоровьесбережения ведётся с помощью различных мероприятий. По результатам анкетирования педагогов это: родительские собрания, консультации устные и письменные, папки-передвижки, спортивные праздники, и др.

Озвучить результаты анкетирования родителей.

Здоровьесберегающие образовательные технологии – это, прежде всего, технологии воспитания культуры здоровья дошкольников.

Цель – формирование у ребёнка осознанного отношения к здоровью и жизни, накопление знаний о здоровье, развитие умений оберегать его.

Здоровьесберегающие образовательные технологии наиболее значимы среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей.

Образовательная деятельность предполагает проведение занятий и бесед с дошкольниками о необходимости соблюдения режима дня, о важности гигиенической и двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, функционировании организма и правилах заботы о нём, когда дети приобретают навыки культуры и здорового образа жизни, знания правил безопасного поведения и разумных действий в непредвиденных ситуациях. (т.е., всё то “наполнение” 3 задачи образовательной области “здоровье” программы “От рождения до школы”)

Опрос показал, что педагоги недостаточно компетентны в теоретических вопросах по здоровьесбережению.

Давайте посмотрим, как обстоят дела на практике.

Какие здоровьесберегающие технологии используются в группах?

Итак, В нашем детском саду используются различные формы организации (здоровьесберегающие технологии) работы по физическому воспитанию детей. Особое внимание в режиме дня важно уделять проведению закаливающих процедур

Заостряю Ваше внимание на том, что одна из самых действенных закаливающих процедур в повседневной жизни является прогулка, во время которой дети могут в достаточной степени реализовать свои двигательные потребности. Оптимальной формой для этого служат подвижные игры и физические упражнения на улице. Кроме того, во время прогулки происходит закаливание органов дыхания, тренировка сердечнососудистой системы, укрепляется иммунитет ребёнка – те самые 3 кита, на которых держится здоровье и жизнь ребёнка.

Так чем же обеспечивается здоровье ребёнка? Предлагаю вам составить модель ЗДОРОВОГО РЕБЁНКА в виде ДЕРЕВА (*работа в группах*)

- Ствол – это здоровье
- Корни – факторы, которые обеспечивают крепкое здоровье
- Крона – следствие, т.е. каким будет ребёнок

(Факторы: (правильное питание, соблюдение режима дня, ЗОЖ, полноценный сон, закаливание, прогулки на свежем воздухе, двигательная активность и т.д.)

Следствие – интегративные качества:

- физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками
 - любознательный, активный
 - эмоционально отзывчивый
 - овладевший средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками
 - способный управлять своим поведением и соблюдать элементарные общепринятые нормы и правила поведения
 - способный решать интеллектуальные и личностные задачи, адекватные возрасту
 - имеющий первичные представления о себе, семье, обществе, государстве, мире и природе
 - овладевший универсальными предпосылками учебной деятельности
 - овладевший необходимыми умениями и навыками)

Таким образом, у нас получилась модель здорового ребёнка.

И наша с вами задача - “питать” корни – создавать условия, обеспечивающие крепкое здоровье ребёнка.

Итак, наш педсовет подходит к концу. Предлагаю приступить к выработке решений

(работа в группах: педагогам предлагается перечень ключевых фраз для принятия решения:

- Включить в работу...
- Апробировать...
- Повышать компетенцию педагогов в ...
- Создать на группах...
- Проанализировать заболеваемость за...
- Принять к сведению замечания по...
- Представить результаты работы на...
- Ввести в практику работы...
- Неукоснительно выполнять...

Решение педсовета:

- Включить в Программу развития учреждения мероприятия, общественно-значимые акции по сохранению и укреплению здоровья детей;
- Проанализировать и дополнить Программу дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 73 Кировского района, для включения инновационных эффективных форм и видов взаимодействия для формирования у детей мотивации к здоровому образу жизни, и у родителей, и у педагогов.
- Формировать у родителей, педагогов, воспитанников ответственность в деле сохранения собственного здоровья.

Список литературы

1. Абаскалова, Н. П. Теория и практика формирования ЗОЖ учащихся и студентов в системе «Школа-ВУЗ» [Текст]: автореф. дис. доктора пед. наук / Н. П. Абаскалова. – Барнаул, 2000.– 48 с.
2. Апанасенко Г.Л. Охрана здоровья здоровых: некоторые проблемы теории и практики. СПб.: Наука, 1993. 401с.
3. Басов, А. В., Тихомирова, Л. Ф. Деятельность учреждений Ярославской области, направленная на сохранение и укрепление здоровья детей [Текст] / А. В. Басов, Л. Ф. Тихомирова // Инновационные процессы по охране здоровья детей и подростков в учреждениях области. – Ярославль, 1998. – С. 29–30.
4. Безрукова В.С. Педагогика: учебное пособие. Ростов н/Д: Феникс, 2013. 309 с.
5. Богословец Л.Г., Давыдова О.И. Основы педагогического менеджмента// Управление ДОУ.2018.№2. С.14-23
6. Волошина Л.А. Организация здоровьесберегающего пространства Дошкольное воспитание. М.: Изд-во МГОУ, 2004. 117 с.
7. Воронин А.М., Симоненко В.Д. Педагогические теории, системы, технологии: Учеб. пособие для педвузов. Брянск: Брянский государственный педагогический университет, 1997. 133 с.
8. Гейч М.Р. Точечный массаж. М.: Медицина, 1995. 182 с.59
9. Гогоберидзе А.Г., Деркунская В.А. Теоретическая педагогика. Путеводитель для студента: учебно-методическое пособие. М.: Центр педагогического образования, 2007. 238 с.
10. Годфруа, Ж. Что такое психология? [Текст]: Т.2: [пер. с франц.] / Ж. Годфруа. – М.: Мир, 1996. – С. 376.

11. Джуринский А.Н. История педагогики и образования: учебник для бакалавров. М.: Издательство Юрайт, 2011. 675 с.
12. Дошкольная педагогика: Учеб. Пособие для студ. сред. пед. учеб.заведений / Под.ред. Козловой. С.А., Куликовой. Т.А. М.: Издательский центр «Академия», 2001. 416 с.
13. Ефремов О.Ю. Педагогика: Краткий курс. СПб: Питер, 2009. 256с.
14. Загвязинский В.И. Теория обучения и воспитания: учебник для бакалавров. М.: Издательство Юрайт, 2012. 314 с.
15. Зайцев Г.К. Педагогика здоровья: Образовательные программы по валеологии. СПб.: Акцидент, 1994. 297 с.
16. Татарникова, Л. Г. Педагогическая валеология: Генезис. Тенденции развития [Текст] / Л. Г. Татарникова. – СПб.: Петрос, 1995. – 352 с.
17. Терновская С.А., Теплякова Л.А. Создание здоровьесберегающей образовательной среды в дошкольном образовательном учреждении. М.:Методист, 2005. 212 с.
18. 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.
19. Федеральные государственные образовательные стандарты дошкольного образования. М.: Минюст России, 2013.

Интернет ресурсы

1. <http://k-obr.spb.ru/>
2. http://pedsovet.su/fgos/6530_zdoroviesberegayuscjie_tehnologii_d_dou
3. <http://doshvozzrast.ru/metodich/metodichkabinet09.htm>
4. http://www.orenipk.ru/kp/distant/do/ped/2_2.htm

Мастер - класс для педагогов «Управляй эмоциями!»

Байгулова Нина Геннадьевна,
старший воспитатель ГБДОУ детского сада № 18
Кировского района Санкт-Петербурга

*Поставь над собой сто учителей,
они окажутся бессильными,
если ты сам не можешь заставить себя
и сам требовать от себя*

Цель: укрепление физического и психического здоровья педагогов.

Задачи:

1. Приобрести знания и умения, помогающие укрепить и сохранить свое здоровье;
2. Освоить комплексы физических и психических упражнений, методик, способствующих формированию стрессоустойчивости;
3. Формировать здоровый образ жизни;
4. Достичь эмоциональной разгрузки педагогов.

Используемые образовательные технологии:

1. Здоровьесберегающие (дыхательная гимнастика, психологическая зарядка, самомассаж, антистрессовый массаж, релаксация)
2. Цифровые образовательные ресурсы (презентация)
3. Педагогические технологии - мозговой штурм;
4. Игровые (упражнения, игры на сплочение коллектива)

Дидактические материалы и средства обучения:

1. Раздаточный материал
2. Карточки с изображением букв
3. Презентация «Управляй эмоциями»

Оборудование: массажный мяч

Музыкальный материал: звучание саксофона, музыка В.А.Моцарта

I этап. Приветствие

Ведущий: Здравствуйте, уважаемые коллеги! Я рада приветствовать вас в этом уютном зале. Нашу встречу мы посвятим себе, своему здоровью. Но для начала познакомимся.

Игра по типу снежный ком "Давайте познакомимся." Участники встают лицом в круг. Первый участник называет имя и свое любимое занятие, хобби. Следующий по часовой стрелке участник называет имя предыдущего, называет его любимое занятие, далее называет себя и свое хобби. И так до последнего участника.

Ведущий: После того как мы с Вами узнали друг друга поближе, я предлагаю присесть, ответить одним или двумя словами на вопрос, что для вас значит «здоровье»? (здоровье – это радость, счастье, хороший аппетит и т.д.) В настоящее время в научной литературе насчитывается более 400 определений понятия «здоровье». Исходя из Ваших ответов, «здоровье» можно определить, как баланс между телом, душой и умом.

II этап. Основная часть

Ведущий: Знаете ли Вы, что человек способен испытывать более 100 эмоций и только 1 % людей могут полностью скрывать свои эмоции от других? Профессиональная деятельность педагога насыщена разного рода взаимодействиями: педагог – ребенок, педагог – родители, педагог – коллеги. В связи с этим возможен рост эмоционального напряжения и в результате возникновение стрессовых ситуаций. По словам известного французского психолога Ганса Селье, организм, не испытывающий стрессов – это мёртвый организм. Как бы это было бы не странно, но стресс могут вызвать не только отрицательные эмоции, но также и положительные. Стресс начинает представлять опасность лишь тогда, когда он превышает адаптационные возможности организма.

Стрессы бывают двух видов:

-Полезные стрессы, или эустрессы - например, я, стоя перед вами, испытываю положительный стресс, мои силы мобилизуются и я стараюсь достичь максимального результата. Эустресс может вызвать внезапный дождь, контрастный душ и другое.

-Вредные стрессы, или дистрессы - патологическая реакция, возникают, когда напряжение достигает критической точки, когда нет больше сил бороться с ним. Это изменение поведения, повышенная раздражительность, снижение активности, частое желание спорить, учащенное сердцебиение, расстройство желудка и т.д. Состояние физического и эмоционального напряжения и есть стресс.

Вот семь обычных ситуаций.

Задание на листе бумаги. Оцените, какие из предложенных ситуаций способны вывести вас из себя. Если ситуация вас раздражает, поставьте галочку.

- Вы звоните по телефону, но нужный номер постоянно занят.
- Когда вы занимаетесь важным для вас делом, кто-то непрерывно дает вам советы.
- Когда вы замечаете, что кто-то наблюдает за вами.
- Если вы с кем – то разговариваете, а кто-то другой постоянно вмешивается в вашу беседу.
- Если кто – то без причины повышает голос.
- Вы плохо себя чувствуете, если видите комбинацию цветов, которые, по вашему мнению, не сочетаются друг с другом.
- Когда вы здороваетесь с кем – то и не ощущаете ни малейшего ответного чувства.

Ведущий: Если у нас такие, у кого одна ситуация? (ответ) Молодцы, женщина - скала. А три ситуации? (ответ) Хорошо. Вы способны контролировать свое душевное состояние. А более пяти ситуаций? (ответ) Это означает, что повседневные неприятности оказывают влияние на ваше психическое состояние, ваша стрессоустойчивость оставляет желать лучшего. Надо себя любить, надо работать над собой, научиться осознавать свое состояние - организм бьет тревогу, ему нужна помощь.

Мозговой штурм «Способы саморегуляции в ситуации стресса»

Ведущий: Предлагаю поговорим о возможностях самостоятельного выхода из ситуации стресса. Передавая мяч друг другу, ответьте, как Вы боретесь с негативными эмоциями?

Ведущий: Существуют система приемов эмоциональной саморегуляции, которую необходимо использовать при нежелательных стрессовых ситуациях.

1. Это вода. Как говорят в народе: «Попей водички». Медленно выпейте прохладную воду, ощущая, как она проходит по гортани. Смочите лоб, виски, артерии на руках холодной водой.

2. Это регуляция дыхания. Древняя китайская медицина гласит, что все болезни от неправильного дыхания. Обычно наше дыхание поверхностное. Примерно 1/3 часть объёма лёгких наполняется чистым воздухом. Когда кровь и мозг обогащаются кислородом, наш организм освобождается от лишнего напряжения.

Упражнение «Дыхательная звуковая гимнастика». Дыхательная, звуковая гимнастика выполняется спокойно, в удобной позе, желательно стоя, в хорошо проветренном помещении, с полной концентрацией на дыхании.

Сделать глубокий вдох носом, на выдохе громко и энергично произносим звук (карточка):

А - воздействует благотворно на весь организм;

И - воздействует на мозг, глаза, нос, уши;

О - воздействует на сердце, легкие;

У - воздействует на органы, расположенные в области живота;

М - воздействует на работу всего организма;

Х - помогает очищению организма;

ХА - помогает повысить настроение. Сделать глубокий вдох, разводя руки в стороны, ладони поднимая до уровня груди. Вздохнув, задержать дыхание, представить, что все волнения и переживания накапливаются в воздухе. Затем резкий выдох, при наклоне туловища вперед, бросая руки к носкам. Сильный выброс воздуха приводит к звуку «ХА».

Ведущий: Существует и другие приемы эмоциональной саморегуляции.

4. Медленно осмотритесь по сторонам, осмысленно останавливая взгляд на каждом предмете. Сосредотачивайтесь на каждом отдельном предмете, и стрессовое напряжение отойдет на второй план.

5. Давайте вспомним приятные минуты вашей жизни. (пауза) Кто-нибудь готов поделиться? (ответы) Есть такие, кто не может вспомнить приятные минуты? (ответ) Понятно, что в стрессовой ситуации сложно вспомнить что-то, но надо иметь такую заготовку. Мысленно перенесите себя в более приятную обстановку, вспомните приятные события в своей жизни.

6. Возможно, будут действенны и физиологические механизмы разрядки: дома можно поплакать, но в коллективе мы не можем себе этого позволить. На работе нам доступны физические упражнения - подвижные игры с детьми.

7. Хорошо устроить сеанс музыкотерапии для снятия эмоционального напряжения. Но надо понимать, что возбужденному человеку громкая и быстрая музыка не поможет.

8. Еще древними учеными доказано благотворное влияние смехотерапии. У смеющегося человека уменьшается выброс «стрессовых гормонов» - кортизона и адреналина – и

стимулируется выделение эндорфинов, вызывающих чувство удовлетворенности. На работе мы можем посмеяться, прочитав смешные детские книжки, веселые истории, послушав «говорилки».

Ведущий: Говоря о приемах эмоциональной саморегуляции, нельзя забывать и о возможностях нашего организма. Хорошим помощником послужит **антистрессовый массаж**:

1. Нажимаем на фалангу пальцев, сверху – снизу, справа – слева. Мы знаем, что массаж большого пальца стимулирует деятельность головного мозга, указательного – улучшает состояние желудка, среднего – кишечника и позвоночника, безымянного – улучшает работу печени и почек. Воздействуя на мизинец, мы помогаем работе сердца. Массируем каждый палец круговыми движениями и движениями сверху вниз;

2. Массаж запястья круговыми движениями;

3. Массаж рук. Упражнения «моем руки», растирание ладоней и «погреем щеки»

4. Массаж лба. Кончиками пальцев от середины лба поглаживаем лоб, щеки, шею и сбрасываем.

5. Массаж плеч. Пощипывание плеч от шеи вниз.

6. Массаж затылка. Указательными пальцами массируем снизу вверх и сбрасываем.

7. Массаж шеи. Двумя руками массируем шею от позвоночника снизу вверх и сбрасываем.

8. Массаж головы. Над ушами к темечку, ото лба к темечку.

9. Массаж ушей, ушных раковин. Пощипывание уха сверху вниз, сбрасываем.

Ведущий: Такой массаж доступен каждому. Умение владеть собой – это мечта каждого человека. Это умение расслабиться или сдержаться, снять физическое и эмоциональное напряжение.

Упражнение «Психологическая зарядка» (музыкальное сопровождение «Саксофон»)

Ведущий: Предлагаю вам овладеть приемами релаксации и концентрации, повысить энергетический потенциал. Встаём в круг на ширине вытянутых рук.

1. Поглаживая себя левой рукой по затылку, повторить: «Я одобряю себя!»

2. Ноги на ширине плеч, вращая головой по часовой стрелке, повторить: «Я думаю о хорошем!»

3. Ноги на ширине плеч, локти сведены, делать наклоны туловища вправо-влево, повторить: «Каждый день чудесен!»

4. Принять позу цапли: руки в стороны, подняв ногу, согнутую в колене, повторить: «Я – королева!» (правая нога, левая нога).

5. Ноги на ширине плеч, делая круговые движения руками, повторить: «Мои мечты сбываются!»

6. Лопатки сведены, приседая и выпрямляясь, повторить: «Я решаю любые проблемы!»

7. Массируя мочки ушей, зажмуривая, попеременно левый и правый глаз, повторить: «Будущее прекрасно!»

8. Правой рукой, поглаживая левый локоть, повторить: «Я любима!» (затем левой рукой – правый локоть)

9. Перекатываясь с носка на пятку, повторить: «Мне все удается!»

Ведущий: Наше здоровье – это и то, что нас окружает; воздух, вода, почва – все связано между собой. Многообразие растительного мира: корни трав, листья деревьев – несут свою пользу для человека. Надо только знать и уметь пользоваться их целебными свойствами. Я хочу угостить вас фиточаем – зеленым чаем с добавлением имбиря. Имбирь полезен во время эпидемий гриппа и разгула простудных заболеваний: он повышает иммунитет и помогает организму бороться с вирусами. Имбирный чай улучшает мозговое кровообращение и память. *Чаепитие*

Пока пьем этот целебный напиток, предлагаю ответить на вопросы викторины о лекарственных травах.

Презентация «Лекарственные растения. Викторина»

1 Слайд - Выберите из предложенных лекарственных трав ту, которая помогает сердечной деятельности: зверобой, тысячелистник, валериана (ответ- валериана)

Ведущий: «Кошачья травка» больным поправка:

Корешок в аптечку, чтоб помочь сердечку.

2 Слайд - Это лекарственное растение называют «зеленым» бинтом: пижма, подорожник, мята (ответ - подорожник)

Ведущий: Путник часто ранит ноги - вот и лекарь на дороге.

Листья подорожника используют и в косметологии для кожи.

3 Слайд - При каких заболеваниях будет полезен фиточай из ромашки, шалфея, эвкалипта? (фиточай из лекарственных трав принимают при простуде, ангине, а также при заболеваниях желудочно-кишечного тракта)

4 Слайд - Какое действие на человека оказывает фиточай из Melissa, лаванды и ромашки? (ответ - успокаивающее).

Ведущий: Фиточай из хмеля, Melissa и лаванды способствует расслаблению, снятию напряжения.

III этап. Заключительная часть. Рефлексия.

Ведущий: Наша встреча подходит к концу. Поделитесь, пожалуйста, своими ощущениями, мыслями, пожеланиями.

Рефлексия

Ведущий: В заключении, я благодарю вас за сотрудничество! Примите самые добрые пожелания здоровья и быть хозяином своих эмоций! (участники берут пожелания из шкатулки)

Пожелания из волшебной шкатулки:

- Начинайте день с чувства радости.
- Относитесь к людям так, как вы хотели бы, чтобы относились к вам.
- Чтобы близкие были здоровы!
- Спите не менее восьми часов в сутки.
- Просыпаться под добрые слова, а не под призыв будильника!
- Чтобы расцвел любимый цветок на подоконнике!
- Любите свою душу и тело.
- Чтобы в жизни все удавалось!
- Чтобы дом был полон друзей!
- Чтобы каждый день была своя минута славы.
- Чтобы дети радовали!
- Жизнь прекрасна!
- Слушайте красивую музыку.
- Смех продлевает жизнь. Хорошее настроение залог вашего здоровья!

Используемая литература

1. Донских А. Убедить. Призвать. Добиться своего! - Изд. «Речь», СПб, 2011.
2. Ключников С. Держи стресс в кулаке. Как извлечь выгоду из стрессовых ситуаций. СПб, 2002.
3. Практические семинары и тренинги для педагогов. – Вып.1. Воспитатель и ребенок: эффективное взаимодействие / авт.-сост. Е.В. Шитова. – Волгоград: Учитель, 2009.
4. В.Т. Лободин, Г.В. Лавренова Как сохранить здоровье педагога. - 2005.
5. В.В. Колбанов Валеологический практикум. - АППО, СПб, 2007.
6. В.В. Вершинина Основы психической и физической саморегуляции. - СПб, 2007.

Интернет - источники

1. <http://meddoc.com.ua/eustress-distress/>
2. <http://deti-i-vnuki.ru/detyam-o-lekarstvennyih-rasteniyah/>

Конспект непрерывной образовательной деятельности с детьми подготовительной к школе группы «Передача о здоровье»

Лукьянова Татьяна Александровна,
воспитатель ГБДОУ детского сада № 18
Кировского района Санкт-Петербурга

Цель: Формирование у дошкольников представления о здоровом образе жизни; создание радостной атмосферы от совместной деятельности.

Задачи:

1. Познакомить детей с органами пищеварения;
2. Учить детей бережно относиться к своему телу и к своему здоровью;
3. Развивать двигательную, познавательную и речевую активность детей;
4. Формировать знания о правильном использовании гаджетов;
5. Формировать знания о здоровой пище;
6. Вызвать у детей желание заботиться о своем здоровье;
7. Способствовать активному общению со взрослыми и сверстниками, совместному решению проблемных ситуаций.

Используемые образовательные технологии:

Здоровьесберегающие технологии: элементы самомассажа, гимнастика для глаз, физкультминутка.

Информационно-коммуникативные технологии.

Игровые технологии.

Технология диалогового общения.

Экспериментирование.

Методы и приёмы: наглядный, словесный, практический, игровой показ с пояснением.

Используемое оборудование, атрибуты: картонный макет тела человека, картинки с изображением органов пищеварения, лента 13 м., камера, режиссерская хлопушка для дублей, бутылки с напитками: вода, молоко, кока-кола, стаканы, поднос, жевательные конфеты, фишки, наушники, планшет, мобильный телефон, музыкальная колонка.

Музыкальный материал: музыкальные заставки из передач: «Жить здорово», «Контрольная закупка», «Что? Где? Когда?», музыка «Тико-тико».

Ход непрерывной образовательной деятельности:

I. Вступительная часть

Воспитатель: Здравствуйте, ребята!

Коммуникативная разминка

Встанем дети, встанем в круг (дети встают в круг)

Я- твой друг, и ты - мой друг, (показывают друг на друга вытянутыми руками)

Крепко за руки возьмемся (берутся все за руки, идут все в центр круга)

И друг другу улыбнемся (улыбаются друг другу).

Воспитатель: Дорогие ребята, мне позвонили с телеканала и попросили в детском саду снять передачу о здоровье. Вы мне поможете? (ответы детей).

Я буду ведущей и режиссером передачи, а вы ребята, будете главными участниками.

Мне нужен один помощник-ассистент режиссера (выбираем одного ребенка). Мы будем снимать три сюжета и побываем в разных студиях. Перед каждым сюжетом, ассистент берет в руки режиссерскую хлопушку и говорит название сюжета. А я буду помогать.

II. Основная часть

1. Студия «ЖИТЬ ЗДОРОВО»

Воспитатель: Все готовы?

Ассистент: Дубль первый: «Жить здорово» (ассистент щелкает хлопушкой).

Звучит музыкальная заставка из передачи: «Жить здорово».

Воспитатель: Добрый день, дорогие друзья! Сегодня в нашей передаче мы будем говорить о здоровье и обо всем, что с ним связано. В этом сюжете мы поговорим о теле человека и о пищеварительной системе организма.

Ребята, перед вами макет человека. Назовите, пожалуйста, части тела которые вы знаете (ответы детей). Внутри нашего тела есть много органов, но мы с вами побеседуем об органах пищеварительной системы. У меня в коробочке есть картинки этих органов. Предлагаю желающим подойти ко мне и выбрать картинку (ребенок берет картинку и дает ответ, что это за орган).

Печень – это орган, который является вспомогательным в системе пищеварения, фильтр для очищения нашей крови (ребенок берет картинку и наклеивает на макет).

Желудок - это мешочек, куда попадает наша еда и там измельчается, переваривается на мелкие частички. Чтобы нашему желудку легче работалось, необходимо тщательно пережевывать пищу.

Кишечник перерабатывает нашу пищу и усваивает питательные вещества. У взрослого человека кишечник 13 метров. Много это или мало мы сейчас проверим (достаем ленту 13 метров и растягиваем по залу). Предлагаю, всем построится друг за другом и каждому придумать название полезного продукта (ответы детей). Теперь наши продукты начинают путешествие по кишечнику (дети должны с вытянутыми руками пройти по ленте, не сойдя с нее).

Воспитатель: Ребята, посмотрите, как сложно устроен человек. Чтобы нашему телу и организму было хорошо, нам необходимо заботиться о себе. Ведь главное это:

Все хором: здоровье!

Воспитатель: Ребята, всем молодцы, съемка первого сюжета закончена и мы переходим в другую студию.

2. Студия «КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА»

Ассистент: Дубль второй: «Контрольная закупка» (ассистент щелкает хлопушкой)

Звучит музыкальная заставка из передачи «Контрольная закупка».

Воспитатель: Сегодня для нашей передачи мы закупили самые разные напитки. Это вода, молоко и кока кола. Что вам нравится из напитков больше всего? (ответы детей) А как вы думаете, что полезнее всего? (ответы детей) Предлагаю провести эксперимент и проверить прямо сейчас, какой из напитков полезен, а какой нет.

На столе три бутылки: с водой, с молоком и с кока-колой, три пустых стакана, конфеты «ментос». Детям предлагается открыть все бутылки и налить в разные стаканы разные напитки.

Воспитатель: Ребята, представим себе, что стакан - это наш желудок. Предлагаю в наш «как-бы» желудок добавить конфетку и посмотреть, что будет происходить в нашем животе (дети бросают по очереди конфеты в стаканы). После нашего эксперимента, предлагаю провести голосование. Каждый возьмет фишку и поставит напротив того напитка, который считает его полезным (подведение итогов).

Ребята, вы должны знать, что вода и молока полезны для человека, а вот кока-кола не имеет никаких полезных свойств. Пить ее, конечно, можно, но очень редко и в маленьком

количестве, поэтому, и детям, и взрослым, необходимо правильно подходить к выбору напитков чтобы быть ...

Все хором: здоровыми!

Воспитатель: Мне сейчас подсказывают, что у нас есть время немного отдохнуть.

ТАНЕЦ «Тико-Тико» (по показу воспитателя)

3. Студия «Что? Где? Когда?»

Ассистент: Дубль третий: «Что? Где? Когда?» (Ассистент щелкает хлопушкой)

Звучит музыкальная заставка из передачи «Что? Где? Когда?» .

Воспитатель: Мы продолжаем нашу передачу. И сейчас мы будем говорить об очень серьезных вещах. Перед вами коробка, в ней предметы, чтобы их увидеть, вам необходимо отгадать загадки. Вы готовы?

Загадка 1:

Чтобы музыку послушать

И при этом не шуметь,

Этим ты прикроешь уши, что загадано? Ответь! (НАУШНИКИ)

(Из ящика достаем наушники)

Воспитатель: Кто из вас пользовался наушниками? (ответы детей). Ребята, длительное прослушивание в наушниках может нанести вред вашему слуху. Наушниками можно пользоваться в редких случаях и не громко. Я предлагаю проверим ваш слух.

(дети отворачиваются спиной к воспитателю, педагог на расстоянии шепотом произносит слова, дети повторяют)

Загадка 2: Дин-дон, дин-дон, зазвонил наш(ТЕЛЕФОН)

Воспитатель: Кто из вас пользуется мобильным телефоном и планшетом? Для чего вы используете их? (ответы детей) Есть волшебные правила как пользоваться предметами, чтобы не навредить своему здоровью:

-Говорить коротко и только по важному делу.

-Не спать рядом с телефоном, так как от него идет вредное излучение.

-Носить не в кармане, а в сумке.

-Планшетом пользоваться не больше 20 минут и только сидя за столом, чтобы спина была ровной.

-Помните, что длительное использование телефона и планшета наносит вред зрению.

Гимнастика для глаз

Глаза крепко закрываем,

Дружно вместе открываем.

Снова крепко закрываем

И опять их открываем.

Смело можем показать,

Как умеем мы моргать.

Головою не верти - влево, вправо, посмотри.

Глазки влево, глазки вправо -

Упражнение на славу!

Воспитатель: Молодцы, ребята! И зрение и слух у вас хорошие. Соблюдайте все советы и будете...

Все хором: здоровы!

III Заключительная часть

Воспитатель: Предлагаю снять последний эпизод нашей передачи. Попрошу дать советы нашим зрителям и телезрителям:

1. Что необходимо, чтобы быть здоровым?

2. Что вам понравилось больше всего?
 3. Что вы узнали сегодня нового, чего раньше не знали?
- (ответы детей)

Воспитатель: Здоровья вам и вашим близким! На этом наша съемка подошла к концу. От себя большое спасибо за помощь, с вами было интересно и очень познавательно.

Литература

1. Поиск: приоритеты, опыт, инновации, сотрудничество, качество. - Выпуск №1, 2018. - СПб.: Информационно-методический центр Кировского района Санкт-Петербурга. 2018. – с.136
2. Старченко Е.А. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. - М.: АСТ, 2013. – с. 88.
3. Горбатова М.С. Оздоровительная работа в ДОУ. - Волгоград: Учитель, 2013.

Конспект непрерывной образовательной деятельности по физическому развитию для детей подготовительной к школе группы «Чемпионат по здоровью»

Мельникова Анна Павловна,
воспитатель ГБДОУ детского сада №65
Кировского района Санкт-Петербурга

Цели: Приобщение детей к здоровому образу жизни.

Задачи:

1. Обучающие:

-формировать у детей представления о соблюдении основных правил здорового образа жизни (соблюдать режим дня, личную гигиену, придерживаться правильного питания, заниматься спортом)

2. Развивающие:

- развивать разговорную речь детей, умение слушать друг друга, отгадывать загадки;
- закреплять знания детей о предметах личной гигиены (расческа, зубная щетка, ножницы);
- расширять и систематизировать знания детей о правильном питании, о полезных продуктах (овощи, фрукты)
- расширять и обобщать знания детей о здоровье и здоровом образе жизни (соблюдать режим дня, личную гигиену, придерживаться правильного питания, заниматься спортом);
- создавать положительный эмоциональный настрой, желание заниматься спортом;
- развивать кругозор и расширять словарный запас.
- развивать навыки работы в коллективе

3. Воспитательные:

- воспитывать у детей стремление к здоровому образу жизни и к правильному питанию.
- воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье.

Материал и оборудование: картинка «Человечек» - 1 шт; расческа, зубная щетка, ножницы, макет «платье чистое», «платье грязное»; карточки судейские красная и желтая; заготовка открытки; мяч мягкий футбольный, свисток, спортивная форма судьи; заготовка «лицо», наборы «рот», «глаза» с разной мимикой; колонка; поле футбольное с разметкой (из ткани); ворота футбольные 2; муляжи продуктов; -стойка (витрина); корзина продуктовая; подборка

музыкальных композиций («Кукусики» гр. Барбарики, мф «Маша и медведь», «Если дети утром умываются», «Если друг не смеется» гр. Барбарики, «Футбольный марш»)

Ход мероприятия

Раздается свисток, в зале появляется воспитатель в форме судьи футбольного матча.

Воспитатель – здравствуйте ребята!

Дети – здравствуйте!

Воспитатель – а что вы здесь делаете?

Дети – мы пришли в детский сад.

Воспитатель – а я пришла судить футбольный матч! Только я что-то не вижу никакой команды.... Болельщики есть (показывает на зрителей), поле и ворота есть (показывает на инвентарь), а команды нет... что же мне делать? Где взять игроков?

Дети - мы можем быть игроками! Возьмите нас!

Воспитатель – правда? Вы меня очень выручите! Только игра будет не простая!

Я придумала особенный вид футбола. Игра у нас будет за здоровый образ жизни!

Ребята, а вы знаете, что такое «Здоровый образ жизни»?

Дети – это когда человек правильно питается, занимается спортом, соблюдает гигиену, много гуляет...

Воспитатель – правильно! А еще у человека, который ведет Здоровый образ жизни всегда хорошее настроение, он редко болеет.

Воспитатель – правильно! Какие вы молодцы! Раз вы знаете так много о Здоровом образе жизни – мы можем начинать нашу игру! Готовы?

Дети – Да!

Воспитатель – но сначала давайте разомнемся, как разминаются настоящие футболисты.

Воспитатель показывает движения «Разминки футболистов», дети повторяют.

Звучит музыкальная композиция «Футбольный марш».

Воспитатель – Как хорошо мы размялись! Чувствую прилив сил!

Что ж, я приглашаю вас принять участие в нашем Чемпионате мира по здоровью. Давайте начнем игру. В настоящем футболе игра делится на таймы. Начнем первый тайм?

Дети – да!

Воспитатель дает свисток началу первого тайма.

1 тайм

Воспитатель - В первом тайме мы с вами будем отгадывать загадки!

С оранжевой кожей,

На мячик похожий,

Но в центре не пусто,

А сочно и вкусно.

Дети – Это апельсин!

Воспитатель – правильно! Ребята, а вы знаете, чем полезны апельсины?

Дети – Да! В них много витаминов!

Воспитатель – правильно! В них много витамина «С», который защищает нас от простуд.

Он почти как апельсин,

С толстой кожей, сочный,

Недостаток лишь один –

Кислый очень, очень.

Воспитатель – ребята, вы догадались, что это?

Дети – Это лимон! В нем тоже много витаминов!

Воспитатель – правильно! Какие вы молодцы! Лимон содержит много витамина С, а он нужен нам, чтобы противостоять простуде!

Очень яркая девица

Летом прячется в темнице.

Любят зайчики и детки
В свежем виде и в котлетках.
Эта рыжая плутовка
Называется...
Дети - Морковка!
Воспитатель – правильно! В моркови очень много витаминов, особенно она полезна для зрения, в ней содержится витамин Р.
Конечно, можно покупать витамины в аптеке, но гораздо полезнее получать их из овощей и фруктов! Согласны?
Дети – Да!
Воспитатель – что ж, мы с вами загадки отгадали, пользу витаминов осознали!
У нас, как и у настоящих футболистов и их болельщиков, есть футбольные кричалки!
Повторяйте за мной!
Витaminaм-апельсинам
Мы кричим ура!
И болеть нам нет причины-
Да Да-да Да-да!
Воспитатель – А теперь, забьем гол простудам и ОРВИ!
Воспитатель предлагает ребенку (по очереди в каждом тайме дети будут забивать по 1 голу) забить гол в ворота, где висит картинка, изображающая простуду. Гол забивается, мяч попадает по картинке.
Воспитатель – покажем красную карточку простуде! И удалим ее с поля!
Дети – ура!
Воспитатель – Что ж, настало время нам начать второй тайм нашего матча Здоровья!
Воспитатель приглашает детей на второй тайм матча

2 тайм

Воспитатель – во втором тайме мы с вами поговорим о питании...Как вы думаете, как правильно нужно питаться?
Дети – есть только полезную еду, не покупать вредные продукты
Воспитатель – правильно! Только полезные продукты нужны нашему организму! Помогите мне, пожалуйста, разобраться, что такое полезные продукты, а что такое вредные продукты. Я приглашаю вас в магазин. В нем, как и в любом супермаркете, продаются разные продукты. И полезные, и вредные. Я попрошу вас выбрать только те, которые приносят пользу нашему организму, готовы?
Дети – Да!
Дети подходят к «витрине» и отбирают в продуктовую корзину только полезные продукты. Когда дети закончили выбирать полезные продукты, воспитатель проверяет и комментирует выбор детей.
Воспитатель – Ребята! Какие вы молодцы! Теперь я уверена, что когда вы пойдете в продуктовый магазин, вы сделаете правильный выбор!
Воспитатель – Что ж, теперь мы с вами хорошо знаем, как питаться правильно, чтобы организм чувствовал себя хорошо. Повторяйте за мной кричалку!
Мясу и салату – Да, Да, Да!
Бургеру и чипсам – Нет, Нет, Нет!
Газировка - плохо! Хорошо – вода!
Нам нужна здоровая еда!
Настало время забить гол вредным привычкам!
Следующий по очереди ребенок забивает гол в ворота, мяч попадает по картинке, на которой изображена «вредная» еда (гамбургер, картофель фри и газированный напиток)
Воспитатель – покажем красную карточку вредным продуктам! И удалим их с поля!

Дети – Ура!

Воспитатель – Что ж, настало время нам начать третий тайм нашего матча Здоровья!

Воспитатель приглашает детей на третий тайм матча.

3 тайм

Воспитатель – в третьем тайме мы с вами поговорим о гигиене. Ребята, кто знает, что такое гигиена?

Дети – это наука о чистоте

Воспитатель – правильно! Если человек хочет быть здоров, он должен соблюдать гигиену.

А что же это значит – соблюдать гигиену?

Дети – чистить зубы, мыться, расчесывать волосы

Воспитатель – правильно! Как много вы знаете о гигиене. А вы сами ее соблюдаете?

Дети – Да!

Воспитатель – а я сейчас это и проверю!

Подходите скорей к этой девочке. Давайте с ней познакомимся! (воспитатель приглашает детей к плакату, на котором изображена неряшливая девочка). Только я не знаю, как ее зовут...

Вы знаете?

Дети – наверно ее зовут Катя.

Воспитатель – Отлично! Но мне кажется, что с Катей что-то не так... вы не поможете ей?

Дети – ей надо подстричь ногти! Ей надо почистить зубы! Ей нужно постирать платье и расчесать волосы!

Воспитатель – Было бы здорово, если бы мы помогли ей! Научили бы ее соблюдать гигиену!

Дети подходят к макету, расчесывают волосы, чистят зубы, меняют платье.

Звучит музыкальная композиция из мф «Маша и медведь» «Если дети утром умываются»

Воспитатель – нашу Настю не узнать! Какая симпатичная стала девочка! Я бы очень хотела с ней подружиться. А вы?

Дети – и мы!

Воспитатель – гигиена очень важна для всех, и взрослых, и детей. Повторяйте за мной кричалку!

Чистый ребенок – мыло, расческа,

Гладкая кожа, прекрасна прическа.

Мы понимаем – нужна непременно

Всем малышам гигиена!

Воспитатель – теперь я уверена, что вы всегда будете соблюдать гигиену! Настало время забить гол всем микробам и грязным рукам!

Следующий по очереди ребенок забивает гол в ворота, мяч попадает по картинке, на которой изображены «грязные» руки.

Воспитатель – покажем красную карточку микробам и грязи! И удалим их с поля!

Дети – Ура!

Воспитатель – Что ж, настало время нам начать четвертый тайм нашего матча Здоровья!

Воспитатель приглашает детей на четвертый тайм матча.

4 тайм

Воспитатель - В четвертом тайме речь пойдет о спорте. Ребята, а вы любите заниматься спортом?

Дети – Да!

Воспитатель – а зачем людям нужен спорт?

Дети – Чтобы быть сильными, здоровыми, не болеть...

Воспитатель – Конечно! Ведь если человек занимается спортом, он становится ловким, сильным, болеет реже!

Воспитатель – я очень люблю делать по утрам зарядку, а вы делаете зарядку по утрам?

Дети - Да!

Воспитатель - А вы покажете мне упражнения из вашей любимой зарядки?

Дети – Да!

Под музыку дети одновременно показывают движения, которые они выполняют в качестве зарядки.

Воспитатель делает вид, что все движения запоминает.

Воспитатель – Здорово! А давайте сделаем зарядку, в которой есть все ваши движения?

Будет очень весело!

Дети – давайте!

Звучит музыкальная композиция - «Кукусики» гр. Барбарики

Воспитатель показывает движения зарядки, дети их повторяют.

Воспитатель – Как здорово у нас получилось! Я чувствую прилив сил! Зарядка очень важна как для детей, так и для взрослых! Повторяйте за мной кричалку!

Спорту – да!

Лени – нет!

Вот и весь секрет побед!

Воспитатель – теперь я уверена, что вы каждое утро будете делать зарядку! Настало время забить гол лени! Следующий по очереди ребенок забивает гол в ворота, мяч попадает по картинке, на которой изображена «лень».

Воспитатель – покажем красную карточку лени! Давайте удалим ее с поля! Ура!

Дети – Ура!

Воспитатель – Что ж, настало время нам начать пятый тайм нашего матча Здоровья!

Воспитатель приглашает детей на пятый тайм матча.

5 тайм

Воспитатель – Ребята, мы с вами уже столько сделали! И о пользе витаминов поговорили, научились питаться правильно, запомнили правила гигиены, сделали зарядку... вот какие мы молодцы! А в 5 тайме мы с вами поговорим про режим дня. Зачем он нужен человеку?

Дети – чтобы больше отдыхать, чтобы не уставать, чтобы все успеть...

Воспитатель – правильно! Режим дня просто необходим человеку, особенно маленькому.

Я вам предлагаю ответить на вопросы викторины, и узнать, как хорошо вы знаете правила соблюдения режима дня.

Воспитатель задает детям вопросы.

-Маша села пообедать, на часах 12 ночи.. Верно это, дети?.....нет

-Федя чистит зубы утром, и конечно перед сном. Верно это, дети?.....да

-Смотрит в экран телевизора Катя, ни много, ни мало, уже третий час.

правильно это?.....нет

-Миша в песочнице замок построил, кошку дворовую гладил рукою, дома он съел пирожок и омлет. Руки помыл он при этом? Нет.....нет

-Коля делает зарядку, упражненья по порядку. Правильно.....да

-2 раза гуляла девочка Лена, соблюдала режим с гигиеной. Правильно?.....да

Воспитатель – Отлично! Вы дали столько правильных ответов!

Режим дня очень важен как для детей, так и для взрослых! Повторяйте за мной кричалку!

Режим – Оле! Оле! Оле!

Важней для ребенка нет на земле!

Воспитатель – теперь я уверена, что вы всегда будете соблюдать режим дня! Настало время забить гол несоблюдению режима дня! Следующий по очереди ребенок забивает гол в ворота, мяч попадает по картинке, на которой изображено несоблюдение режима дня.

Воспитатель – покажем красную карточку этой проблеме! Давайте удалим ее с поля! Ура!

Дети – Ура!

Воспитатель – Что ж, настало время нам начать шестой тайм нашего матча Здоровья!

Воспитатель приглашает детей на шестой тайм матча.

6 тайм

Воспитатель – в шестом тайме речь пойдет о прогулках... ребята, как вы думаете, зачем детям гулять?

Дети – это весело! Свежий воздух полезен!

Воспитатель – конечно, свежий воздух очень важен для организма человека! Чем больше времени дети проводят на улице, тем здоровее они будут. Я тоже очень люблю гулять! Ребята, а вы любите гулять?

Дети – да!

Воспитатель – а как вы гуляете? Сидите на скамеечке? Ходите по дорожкам?

Дети – Нет! Мы играем в разные игры!

Воспитатель – Да, а в какие игры вы больше всего любите играть?

Дети – в пятнашки, в футбол, в прятки...

Воспитатель – отлично! Давайте сегодня мы с вами поиграем в футбол!

Дети – давайте!

Воспитатель – у нас все будет по-настоящему- 2 команды и судья! Судьей я назначаю Машу! (воспитатель выбирает одного из детей на роль судьи, вручает ему свисток, предлагает встать на середину «поля»), а остальные ребята разделятся на 2 команды.

Воспитатель предлагает детям придумать названия для своей команды.

Воспитатель – Обращается к первой команде - Уважаемые футболисты, вы будете командой «Чемпионов».

Воспитатель – Обращается ко второй команде – А ваша команда – «Победителей».

Воспитатель – в таком случае, мы начинаем матч! Но поскольку мы с вами не на улице, наш с вами матч будет понарошку! Мы попробуем, как настоящие футболисты, сделать передачу и забить один гол в ворота соперника. Готовы?

Дети – Да!

Воспитатель бросает на середину «поля» мягкий мяч, дети по очереди делают передачу и игрок каждой команды забивает гол.

Во время игры звучит музыкальная композиция «Футбольный марш»

Как только голы забиты, судья свистит в свисток.

Воспитатель – Отлично! У нас получился самый настоящий матч! Правда, короткий. Но я думаю, что когда сегодня вы со своей группой пойдете гулять, сможете сыграть в большой футбол!

Дети – Да!

Воспитатель – какой зрелищный получился у нас матч! Было весело и очень интересно поиграть в настоящий футбол на настоящем поле! А теперь настало время нам с вами повторить за мной кричалку!

Играйте в футбол!

Победа за нами!

Всё для здоровья делайте сами!

Воспитатель – теперь я уверена, что вы всегда будете играть в подвижные игры на улице и вам не придется скучать! Настало время забить гол скуке!

Следующий по очереди ребенок забивает гол в ворота, мяч попадает по картинке, на которой изображена «скука».

Воспитатель – покажем красную карточку скуке! И удалим ее с поля!

Дети – Ура!

Воспитатель – Что ж, настало время нам начать последний, седьмой тайм нашего матча Здоровья!

Воспитатель приглашает детей на седьмой тайм матча.

7 тайм

Воспитатель – что ж, мы с вами столько всего сделали для здоровья сегодня! Но мне кажется, что мы забыли, что то очень важное...

Дети – что это?

Воспитатель – для здоровья человека очень важно настроение! Если у вас хорошее настроение, то все дела делаются легко. Смех и радость – говорят о душевном здоровье человека. А вы, ребята, часто смеетесь?

Дети – Да! Мы очень любим смеяться!

Воспитатель – я тоже очень люблю посмеяться! Ребята, а какое обычно настроение у ваших друзей?

Дети – хорошее, разное.

Воспитатель – да, настроение у людей бывает разное. Но всегда приятнее общаться с человеком, у которого хорошее настроение, улыбка на лице.

Я хочу вам предложить самим подобрать для вашего друга выражение лица. Каким вы хотите видеть своего товарища, с каким человеком было бы приятнее и интереснее общаться?

Воспитатель приглашает детей к столу, на котором лежат заготовки «лица». Детям предлагается подобрать детали к «лицу» - рот, глаза. Предполагается, что дети выберут «улыбки» и «смеющиеся» глаза.

Звучит музыкальная композиция «Если друг не смеется»

Воспитатель – Ребята! Какие забавные у вас получились лица! Они смеются, просто светятся хорошим настроением!

Когда у человека хорошее настроение, можно с уверенностью сказать, что у него все хорошо, что он здоров! А теперь настало время нам с вами повторить за мной кричалку!

Улыбайся чаще,

Улыбайся шире!

Пусть улыбок больше

Будет во всем мире!

Воспитатель – теперь я уверена, что вы всегда будете стараться сохранять хорошее настроение, настало время забить гол плохому настроению!

Следующий по очереди ребенок забивает гол в ворота, мяч попадает по картинке, на которой изображена «грусть».

Воспитатель – покажем красную карточку плохому настроению! И удалим его с поля!

Дети – Ура!

Воспитатель – что ж ребята, подошел к концу наш Чемпионат здоровья. Я приглашаю вас, как настоящую футбольную команду, в центр поля.

Дети и воспитатель встают в плотный круг в центр поля, кладут руки на плечи друг другу (как это делают футболисты).

Воспитатель – сегодня у нас был прекрасный чемпионат. Мы забили столько голов! Ребята, а кто из вас помнит, каким проблемам мы с вами забивали голы?

Дети – мы забили гол простудам! Вредному питанию! Грязи и микробам! Скуке! Слабости! Грусти!

Дети убирают руки с плеч, встают в круг.

Воспитатель – отлично! Какие вы молодцы! Когда вы вырастаете, вы сможете выбрать любую профессию, но я не сомневаюсь, что вы всегда будете заниматься спортом, показывать пример своим друзьям, вести здоровый образ жизни!

Воспитатель – На память я предлагаю вам изготовить открытку, чтобы вы никогда не забывали о всех составляющих здорового образа жизни.

Воспитатель приглашает детей к мольберту, к которому прикреплен открытка-заготовка «футбольный мяч». Детям предлагается приклеить к мячу картинки, символизирующие все аспекты здорового образа жизни.

Звучит музыкальная композиция «Здорово жить»

Ребята, до свидания! Всего вам доброго!

Литература

1. Бакунина М.И. Основы здорового образа жизни. 1-4 класс. Учебное пособие. (ФГОС). - издательство «Русское слово», 2015.

2. Верховкина М.Е. Укрепление здоровья ребенка в детском саду. Методическое пособие Серия: Из опыта работы ДОУ. - Издательство: КАРО, 2014.

3. <http://mp3party.net/music/282557>, музыкальное сопровождение «Если дети утром умываются»

4. [youtube.com/watch?v=7ELMG_9fVeY](https://www.youtube.com/watch?v=7ELMG_9fVeY), Кукутики- зарядка

5. <http://zaycev.net/artist/112938> , музыкальное сопровождение «Если друг не смеется»

6. <http://zaycev.net/artist/3207>, музыкальное сопровождение

7. <https://mp3poisk.info/s/>, футбольный марш

8. Кричалки (автор Мельникова А.П)

**ПОИСК: приоритеты, опыт, инновации, сотрудничество, качество.
Выпуск №1, 2019**

Материалы печатаются в авторской редакции.

Подписано в печать 12.08.2019. Формат 60x90 1/8
Усл. печ.л. 26. Тираж 1000 экз. Зак.100

.....

Отпечатано в ИМЦ Кировского района Санкт-Петербурга
198099, Санкт-Петербург, ул. З.Космодемьянской, 31