Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области

Муниципальное общеобразовательное учреждение

средняя школа № 2 р. п. Новоспасское

**«Интеграция здоровьеформирующей деятельности школы**

**и физкультурно-оздоровительных учреждений социума как фактор обеспечения её конкурентоспособности»**

(Из опыта инновационной работы педагогического коллектива МОУ

средней школы № 2 р. п. Новоспасское)

2023

*Рецензенты:*

***Галацкова Ирина Александровна*** *–* кандидат педагогических наук, доцент кафедры менеджмента и образовательных технологий ФГБОУ ВО «Ульяновский государственный педагогический университет им. И.Н. Ульянова».

***Кузнецова Надежда Ильинична* -** кандидат педагогических наук, доцент кафедры менеджмента и образовательных технологий ФГБОУ ВО «Ульяновский государственный педагогический университет им. И.Н. Ульянова».

«**Интеграция здоровьеформирующей деятельности школы и физкультурно-оздоровительных учреждений социума как фактор обеспечения её конкурентоспособности**», сборник материалов изопыта инновационной работы педагогического коллектива средней школы № 2 р. п. Новоспасское под ред. Т.А. Аракчеевой и Л.В. Талиповой.– Ульяновск: 2023 г.– 106 с.

В сборнике представлен опыт работы педагогического коллектива по повышению конкурентоспособности образовательной организации на основе интеграции с ФОУ социума. Авторы сборника предлагают вниманию читателей экскурс в историю инновационной исследовательской деятельности школы, систему программных мероприятий, позволяющих интегрировать возможности здоровьеформирующей деятельности школы и физкультурно-оздоровительных учреждений муниципалитета, материалы из опыта здоровьесбережения и здоровьеформирования в учебной и внеурочной деятельности, влияние результатов инновационной работы на повышение конкурентоспособности школы. Специфика представленных материалов состоит в том, что в них отражена логика и взаимосвязь инноваций школы с первых лет её существования до настоящего времени. Материалы сборника представляют интерес для руководителей органов управления образованием и образовательных учреждений, педагогов школ. Но более всего, сборник интересен самим педагогам школы, поскольку её материалы позволяют отследить влияние инноваций школы на её успешность, вклад не одного поколения педагогов, учащихся в её становление и развитие.

**Материалы публикуются в авторской редакции, ответственность за содержание материала несут авторы материалов**

Колл. авторов, 2023

**Содержание**

|  |  |
| --- | --- |
| **Аракчеева Т.А., Талипова Л.В.** История, достижения и результативность инновационной деятельности МОУ СШ № 2 р. п. Новоспасское | 4 |
| **Аракчеева Т.А.** Школа в социуме. Физкультурно-оздоровительный потенциал муниципалитета | 8 |
| **Талипова Л.В.** Теоретические основы проблемы повышения конкурентоспособности образовательной организации на основе её интеграции с физкультурно-оздоровительными учреждениями социума | 11 |
| **Надысева Т.А., Хасянов И.Ш.** Роль школьного спортивного клуба «Кристалл» в формировании здорового образа жизни учащихся и повышении эффективности физкультурно-спортивной работы | 17 |
| **Пузырёва А.С.** Социальное партнёрство как фактор формирования положительного имиджа школы и повышения её конкурентоспособности | 19 |
| **Казаков В.А.** Клуб «Патриот» - центр формирования патриотического сознания учащихся | 21 |
| **Ануфриева Н.Н.** Урок окружающего мира «Если хочешь быть здоров» | 25 |
| **Никулина Е.Г.** Проектно-исследовательская деятельность обучающихся начальной школы как средство поддержки одарённых детей и формирования их конкурентоспособности | 32 |
| **Азизова А. Р.**Учебное занятие «Утром, вечером и днем осторожен будь с огнем» | 35 |
| **Байбикова Е.Н., Токмакова М.Ю.** Урок русского языка в контексте современных здоровьесберегающих образовательных технологий | 41 |
| **Пашкеевич Е.А.** Применение элементов здоровьесберегающих технологий на уроках английского языка. | 49 |
| **Заглазеева Н.П.** Использование здоровьесберегающих технологий на уроках истории и обществознания | 52 |
| **Аракчеева Т.А., Хисмятова А.В.** Здоровьесбережение на уроках физики | 56 |
| **Лукьянова Л.Ю.** Урок химии«Влияние тяжёлых металлов на организм человека» | 62 |
| **Ревва Л.В.** План-конспект урока «Традиционные представления о здоровом образе жизни в культуре народов России» | 67 |
| **Сальнова М.А.** Деятельности педагога-психолога по сохранению психологического здоровья участников образовательных отношений – составная формирования конкурентоспособной школы. | 76 |
| **Суркова Р.Р.** Социальная адаптация детей с задержкой психического развития | 79 |
| **Сальнова М.А.** Тренинг «Счастливые родители – счастливые дети» (в рамках работы семейного клуба «Улыбка» для семей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья») | 82 |
| **Надысева М.В.** Из опыта работы классного руководителя по формированию у обучающихся навыков здорового образа жизни | 86 |
| **Андреянова Ю.В.** Участие родительского комитета класса в формировании культуры здоровья учащихся | 88 |
| **Матвеева Е.Г**. Воспитание классного коллектива на основе здоровьесбережения | 93 |
| **Савинова В.В**. Создание культурной образовательной среды образовательной организации. Книга о классе «Гори всегда, гори во всём» | 97 |
| **Зорина Е.Д.** Наша школа конкурентоспособна! | 100 |

**История, достижения и результативность инновационной деятельности**

**МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское**

***Аракчеева Татьяна Александровна,***

***директор МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

***Талипова Людмила Васильевна,***

***специалист по учебно-методической работе***

***ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»,***

***Заслуженный учитель Российской Федерации***

**Аннотация.** Даная статья – экскурс в прошлое школы, его логическая связь с нынешним её днём. Предлагается краткое описание основных этапов исследовательской инновационной деятельности педагогического коллектива школы, его сотрудничества с учёными, результативность исследования, взаимосвязь каждого последующего этапа деятельности с предшествующим, влияние этой деятельности на становление, развитие и повышение статуса образовательного учреждения.

**Ключевые слова:** инновационная исследовательская деятельность, модульная организация образовательного процесса, составной урок, комфортная образовательная среда, социализация, здоровьеформирование, конкурентоспособность.

В 2022 году наша школа отметила своё 35-летие. А в 2023 году исполняется 30 лет региональной Программе развития инновационных процессов. Мы по праву считаем себя её детищами, а впоследствии, и активными участниками программы, поскольку, в те далёкие годы школе-новостройке предстояло занять достойное место в образовательном пространстве района. Её становление, успехи и достижения напрямую связаны с инновационной деятельностью – участием в программе ПИЭР (поисково-исследовательской экспериментальной работы) по реализации модели образования предлагаемой педагогом-экспериментатором, впоследствии, доктором педагогических наук, профессором Евгением Викторовичем Сковиным, в основу, которой положена концепция школьного модульного объединения – добровольной ассоциации школ, дошкольных учреждений. Учреждений дополнительного образования детей для интеграции усилий всех участников образовательного процесса.

Основными направлениями создания и деятельности ШМО были:

- создание модели ШМО и формирование целостной организационно-педагогической системы;

- изменение управленческого функционала и создание модели управления ШМО с её структурными подразделениями;

- новые подходы к организации образовательного процесса на основе составного модульного урока, позволяющие рационально организовать труд участников образовательного процесса в течение учебного дня, недели, года, сократить время на подготовку домашних заданий, снизить утомляемость, создать здоровый микроклимат в коллективе.

На организационные формы Е.В. Сковина удачно ложилась авторская педагогическая технология доктора педагогических наук, профессора, члена-корреспондента Российской академии образования Вадима Макариевича Монахова. Эта технология представляет собой модель совместной педагогической деятельности по проектированию, организации и осуществлению учебного процесса с безусловным обеспечением комфортных условий для учащихся и учителя. Технология преследует две стратегические цели:

1. Создание комфортных условий для учащихся, т.е. соблюдение норм нагрузки психофизиологического характера.

2. Создание комфортных условий для осуществления деятельности учителя.

Своеобразным паспортом этого дидактического шага выступала технологическая карта, пять компонентов, которой представляли целостную характеристику проекта и переводили учителя на новый уровень педагогического мышления, стимулировали его к саморазвитию, к обогащению своей методики и педагогической культуры, обеспечивали радикальный поворот к личности ученика. Главный акцент разрабатываемых дидактических модулей и технологических карт делался на развитии учащихся.

В педагогическом эксперименте участвовали несколько десятков школ Ульяновской области. Каждое образовательное учреждение, осваивающее новую технологию, не просто слепо копировало новаторские находки, а что-то привносило своё. Живое общение участников программы на ежемесячных семинарах на базе инновационных школ города и области, ежегодных областных конференциях, выезды в другие регионы, знакомство и сотрудничество с единомышленниками из Тулы, Кемерова, Украины, Казахстана – всё это было. Главное, что приобрели участники программы, – осознание своего нового статуса, обретение уверенности и огромное желание идти вперёд. Итогом участия нашей школы в инновационной деятельности в те годы стали два инновационных проекта: «Модульная организация образовательного процесса как условие организации эффективной воспитательной работы в школе с превышением плановой наполняемости» и «Сорокаминутный составной урок в модульной организации образовательного процесса» В школе был введен здоровьесберегающий график учебного процесса, школа перешла на пятидневный режим работы, учителя освоили методологию тридцатиминутного урока и педагогическую технологию Монахова В. М. С опытом нашей работы по конструированию технологических карт модульного урока знакомились образовательные учреждения не только области, но и близлежащих школ Пензенской и Саратовской областей. Рейтинг школы стремительно повышался и, как следствие, увеличилось число учащихся, желающих обучаться в школе. Скоро численность учащихся на 30% превышала плановую наполняемость.

Но возникла проблема. Нехватка учебных помещений, невозможность соединить в расписании уроки различных длиннот навели на мысль о соединении преимуществ модульной организации образовательного процесса с сорокаминутным составным уроком. Эта технология до сих пор успешно применяется в школе.

Модульная организация образовательного процесса позволила решить проблемы повышения эффективности воспитательной работы в школе с двукратным превышением плановой наполняемости: в школе успешно апробировалась и получила развитие воспитательная система директора средней школы № 825 г. Москвы, народного учителя РФ, члена-корреспондента РАО, доктора педагогических наук, профессора Владимира Абрамовича Караковского, одним из элементов которой было подготовка и проведение коллективных творческих дел, создание дидактического театра, участниками которого являлись учителя, учащиеся, а, впоследствии, и выпускники. Театр позволяет соединить учебный материал с личностью школьника, т.к. знания как бы пропускаются через эмоциональную сферу ученика. Обобщён опыт работы школы по введению клубных часов вместо традиционных классных. Главным итогом участия в инновационной деятельности стали творческий рост учителей и учащихся, создание подлинно демократической атмосферы и убеждённость в правильности выбранного курса. А внешней оценкой стала победа в областном конкурсе «Школа года» в 1994 году и звание лауреата Всероссийского конкурса «Школа года» - 95».

В трудные для школ России годы – в конце двадцатого – начале двадцать первого столетия коллектив продолжал инновационную работу на уровне муниципалитета. Педколлектив освоил методологию и технологию Е.М. Ямбурга – технологию разноуровневой, разнопрофильной школы со смешанным контингентом учащихся, гибко реагирующей на общекультурные изменения среды.

Одним из результатов реализации программы стало формирование в школе комфортной, толерантной среды, что привлекало детей из различных социальных слоёв. Школа стала призёром областного конкурса «Школа - территория здоровья - 2005».

С 2007 года школа – участник областной программы развития инновационных процессов (программы РИП) в статусе областной экспериментальной площадки, а затем, научно-методического центра по теме: «Оптимизация управления общеобразовательной школой в условиях самостоятельной финансово-хозяйственной деятельности».

В процессе научно-исследовательской работы по оптимизации управленческой деятельности в школе была разработана стратегия развития школы в новых финансово-экономических условиях; оптимизировано штатное расписание школы; повысился уровень самообразовательной работы членов управленческой команды. Модель эффективного управления образовательным учреждением в условиях финансово-хозяйственной самостоятельности, деятельность органов государственно-общественного управления, опыт создания системы экономического стимулирования труда работников школы, построения системы управления качеством образования, и как результат – влияние этих инноваций на повышение результативности работы школы и качества предоставляемых образовательных услуг получили признание руководителей и педагогов школ района, администрации МО «Новоспасский район». Отдельные проекты вышли за рамки района и приобрели региональный и межрегиональный уровень. В 2008 году за участие в конкурсе школ, внедряющих инновационные образовательные программы школа получила Грант Президента Российской Федерации и заняла первое место в рейтинге школ Ульяновской области – участников конкурса.

С 2013 года школа вела исследовательскую деятельность в статусе областной экспериментальной площадки и научно-методического центра по теме «Организация здоровьеформирующей деятельности образовательного учреждения на основе использования социокультурного потенциала муниципалитета». Это связано с уникальной особенностью нашего посёлка – наличием большого числа современных физкультурно-оздоровительных учреждений

Итогом реализации Целевой комплексной программы «Организация здоровьеформирующей деятельности общеобразовательного учреждения на основе использования социокультурного потенциала муниципалитета» и диагностика успешности здоровьеформирующей деятельности образовательного учреждения», стали положительная динамика формирования, укрепления и сохранения физического, социального и психологического здоровья учащихся по основным медицинским и психофизическим показателям, отсутствие ухудшения здоровья учащихся, сокращение количества уроков, пропущенных по болезни, положительная оценка учащимися, родителями, педагогами организации здоровьеформирующей деятельности школы на основе использования социокультурного потенциала

Логическим продолжением этой работы стала проблема повышения конкурентоспособности образовательного учреждения на основе интеграции с ФОУ социума, как наиболее актуальной в настоящее время.

Выбор темы был продиктован всей предыдущей инновационной деятельностью школы, поскольку, по мнению участников программы РИП, а также участников образовательного процесса красной нитью через наши исследования проходили задачи сохранение здоровья и формирования здорового образа жизни учащихся, создание комфортной образовательной среды и повышение на этой основе конкурентоспособности школы. Целью нашего исследования было создание модели интеграции здоровьеформирующей деятельности образовательной организации и физкультурно-оздоровительных учреждений социума как фактора обеспечения её конкурентоспособности.

Обоснование:

-интеграция школы с ФОК «Центр-Юг» в целях введения оптимального расписания и графика образовательного процесса; организации лечебно-коррекционных занятий с детьми с ограниченными возможностями здоровья,

-интеграция школы с футбольным клубом «Нефтяник», Дворцом спорта «Олимп» для повышения двигательной активности, вовлечения учащихся в различные сферы любительского и профессионального спорта.

Мониторинг результативности нашей деятельности позволяет сделать вывод о том, что в значительной степени нам удалось достигнуть цели и, тем самым, определить ориентиры дальнейшего развития школы.

**Школа в социуме. Физкультурно-оздоровительный**

**потенциал муниципалитета**

***Аракчеева Татьяна Александровна,***

***директор МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

**Аннотация.** В статье даётся характеристика социально экономического положения муниципалитета, условия муниципалитета для оздоровления его жителей и конкретно, учащихся школ. Использование его школой в целях повышения конкурентоспособности образовательного учреждения.

**Ключевые слова:** рейтинг развития региона и муниципалитетов, социум, школа, образование, социализация, физкультурно-оздоровительный потенциал, здоровьеформирование, конкурентоспособность.

Ульяновская область – развивающийся регион. Об этом свидетельствуют результаты итогового рейтинга развития регионов Российской Федерации в 2022 году, в котором область расположилась на 26-й строчке, набрав в целом 52,126 балла.

Речь идет о качестве жизни, социально-экономическом положении, состоянии рынка труда, материальном благополучии населения, научно-технологическом развитии и приверженности жителей здоровому образу жизни. В качестве цели по стратегическому приоритету развития области определена необходимость снижения темпов сокращения численности населения в совокупности с непрерывным развитием человеческого потенциала.  Целью в сфере демографической политики и политики народосбережения на период до 2030 года является необходимость повышения ожидаемой продолжительности жизни населения в Ульяновской области. В сложившихся условиях наряду с мерами по повышению рождаемости и увеличению продолжительности жизни населения для региона особую актуальность имеет решение следующих задач:

- формирование культуры здорового образа жизни. Семья является основным институтом, влияющим на ценностные установки детей и подростков в сфере здоровья и здоровьесберегающего поведения;

* ведение информационно - просветительской деятельности о преимуществах ЗОЖ, ориентированное на детей и подростков;
* повышение уровня информированности родителей в вопросах управления факторами риска здоровью детей и подростков;
* повсеместная модернизация материально-технической базы и социально-культурной инфраструктуры, необходимой для поддержания здоровья детей и подростков (это включает в себя развитие транспорта, строительство спортивных объектов, организацию здорового питания вне дома и т.д., объединение усилий со стороны базовых социальных институтов с целью создания единого пространства, формирующего здоровьесберегающие компетенции;
* воспитание здорового образа жизни у молодого поколения и смягчение факторов риска, угрожающих их здоровью, наличие комплексного подхода с привлечением не только членов семьи, но и медиков, социологов, психологов, представителей государственных и общественных организаций.

Новоспасский район в составе Ульяновской области в рейтинге социально-экономического развития муниципальных районов и городских округов, как правило, занимает призовые места. По итогам 2022 года район снова занял первое место. Оценивались 25 показателей по 5 блокам: ❗«Сохранение населения, здоровье и благополучие людей», ❗«Возможности для самореализации и развития талантов», ❗«Комфортная и безопасная среда для жизни», ❗«Достойный и эффективный труд и успешное предпринимательство», ❗«Цифровая трансформация».

Согласно стратегии развитии Новоспасского района до 2030 года развитие происходит по следующим направлениям: развитие промышленности; агропромышленного комплекса; рынка труда, товаров и услуг; создание условий для активного самоопределения и самореализации молодежи, доступность занятий спортом**,** благоустройство;цифровая трансформация.

Социально-экономическое развитие рабочего поселка Новоспасское формирует благоприятную ситуацию и в образовательную сферу.

Школа как социальная организация, с одной стороны, является частью социального пространства социума; с другой – сама создает определенную среду для развития и социализации, находящихся в ней людей, с третьей – является особым учреждением, призванным выполнять предписанные государством функции. Таким образом, школа – это организация, инструмент для подготовки детей к жизни в обществе. В рабочем посёлке Новоспасское – две средние школы, планируется строительство третьей. Следовательно, у родителей и учащихся есть возможность выбора образовательного учреждения. На первое место для родителей сегодня выходят характеристики, важнейшими из которых являются качество образования, условия в которых проходит процесс обучения, оснащённость школ. Школа должна производить то, что пользуется спросом, то есть выполнять социальный и экономический заказ общества, района в котором находится. Кроме того, школа обязана быть конкурентоспособной и удовлетворять образовательные потребности учащихся и их родителей. Проблема повышения конкурентоспособности, создание положительного имиджа школы очень актуальна, в нашем районе, особенно. Многолетний опыт исследовательской, инновационной деятельности, направленный на повышение качества образовательной деятельности, создание комфортных условий обучения и сохранение здоровья учащихся, формирование у них навыков здорового образа жизни натолкнул нас на мысль о разработке и реализации программы повышения конкурентоспособности на основе интеграции с физкультурно - оздоровительными учреждениями посёлка.

Для организации здоровьеформирующей деятельности здесь созданы хорошие условия: детско - юношеская спортивная школа, современный стадион, футбольный клуб «Нефтяник», ледовый дворец «Олимп», физкультурно-оздоровительный комплекс «Центр-Юг», расположенный рядом со школой. Организационно-педагогические, материально-технические, кадровые условия спортивно-оздоровительных учреждений органически дополняют и расширяют возможности нашего общеобразовательного учреждения.

Гимнастический, тренажерный залы и плавательный бассейн ФОК «Центр-Юг» могут использоваться для проведения уроков физической культуры и внеурочной деятельности со всеми учащимися. Дворец спорта «Олимп» предназначен для проведения учебно-тренировочного процесса и соревнований местного уровня по хоккею с шайбой, фигурному катанию, а также массовому катанию на коньках различных социально-возрастных групп населения.

Во дворце действует секция фигурного катания, и тренируются хоккейные команды муниципалитета и других регионов.

Футбольный клуб «Нефтяник» имеет прекрасную базу для тренировки команд основного состава и юниоров.

Современный центральный стадион включает в себя футбольную площадку с искусственным покрытием, 2 круговые и 4 линейные беговые дорожки с наливным покрытием, гимнастический комплекс, трибуны на 100 зрителей.

В детско-юношеской спортивной школе учащиеся школы занимаются на отделениях лёгкой атлетики, тяжёлой атлетики, волейбола, футбола.

Все физкультурно - оздоровительные учреждения укомплектованы тренерами-преподавателями, инструкторами по плаванию и ЛФК.

Целью нашего исследования в программе развития инновационных процессов Ульяновской области было создание модели интеграции здоровьеформирующей деятельности образовательной организации и физкультурно-оздоровительных учреждений социума как фактора обеспечения её конкурентоспособности.

По гипотезе исследованияконкурентоспособность образовательной организации будет обеспечена, если использовать совокупность следующих здоровьесберегающих и здоровьеформирующих социокультурных условий муниципалитета:

-интеграция образовательной организации с ФОК «Центр-Юг» в целях рационального использования ресурсов учреждения и введение оптимального расписания и графика образовательного процесса;

-потенциал физкультурно-оздоровительного комплекса «Центр-Юг», ДС «Олимп», ДЮСШ для проведения учебных занятий и внеурочной деятельности, организации лечебно-коррекционных занятий с детьми с ограниченными возможностями здоровья, вовлечения обучающихся в реализацию муниципальной программы формирования здорового образа жизни;

- потенциал футбольного клуба «Нефтяник», Дворца спорта «Олимп» для повышения двигательной активности, вовлечения учащихся в различные сферы любительского и профессионального спорта.

Итоги работы по данному направлению мы представляем в нашем сборнике.

**Теоретические основы проблемы повышения конкурентоспособности образовательной организации на основе её интеграции с физкультурно-оздоровительными учреждениями социума**

***Талипова Людмила Васильевна,***

***специалист по учебно-методической работе***

***ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»,***

***Заслуженный учитель Российской Федерации***

Актуальность проблемы повышения конкурентоспособности образовательной организации обусловлена пониманием новых реалий, в которых функционируют и развиваются российские школы.

Большинство родителей заинтересованы в комфортных условиях осуществления образовательной деятельности, оснащенности школы, разнообразии и качестве образовательных услуг.

Это совершенно по-новому определяет стратегию поведения школы.

В современных социально-экономических условиях жизнеспособными оказываются только конкурентоспособные образовательные организации.

Конкуренция в образовании имеет свои существенные отличия от конкуренции в бизнесе: ограниченный масштаб конкуренции в образовании, ее неценовой характер. Конкурентная борьба разворачивается между образовательными организациями, предлагающими аналогичные образовательные услуги. Учреждение стремится предоставить образовательные услуги лучше, чем конкурент, предлагать дополнительные условия, образовательные программы и определенные льготы для обучающихся.

*Конкурентоспособность образовательной организации* ***–*** это способность занять свое место на рынке образовательных услуг посредством предоставления качественного образования, ориентированного на рынок труда. Механизмом конкурентоспособности во многом, выступает инновационная деятельность образовательной организации.

Можно выделить три основные стратегии, следуя которым, образовательные организации добиваются конкурентных преимуществ:

1) предоставление доступных образовательных услуг;

2) широкий спектр образовательных услуг;

3) ориентация на потребителей для более полного удовлетворения их потребностей, интересов, запросов в образовательных услугах.

Необходимо отметить, что политика образовательной организации, направленная на создание ситуации успеха для всех участников образовательных отношений, будет одним из эффективных стратегических направлений, так как одна из важнейших потребностей современного человека – это его самореализация.

Наличие в муниципальном образовании нескольких общеобразовательных школ заставляет их провести исследование коллективных ценностных ориентаций, выработать оптимальную конкурентную стратегию для достижения успеха и определить задачи своего развития с учетом конкретных социально-педагогических условий, занять выгодное положение на рынке услуг для привлечения учащихся в свою школу, а также занять правильную позицию для защиты от возможных конкурентов.

Школа существует не изолированно, а в определенной социальной среде. Школа – сложная целостная система, активно взаимодействующая с внешней средой и эффективность её развития зависит от адаптации школы к изменениям внешней среды.

В последние годы в практике работы школ находит широкое применение SWOT-анализ.

SWOT- анализ – метод стратегического планирования, заключающийся в выявлении факторов внутренней и внешней среды школы и разделении их на четыре категории: сильные стороны, слабые стороны, возможности и угрозы.

С помощью SWOT-анализа можно проанализировать все основные аспекты деятельности школы: качество образования, сопровождение и поддержка талантливых детей, качество школьной жизни ученика, профессионализм учителей школы, инновационность школы, качество социального партнёрства и др.

сравнивая себя и своих конкурентов при помощи SWOT-анализа, можно приступить к разработке стратегии, которая поможет поднять школу на уровень выше своих конкурентов.

|  |  |
| --- | --- |
| ***Внутренние сильные стороны*** | ***Внутренние слабые стороны*** |
| -Устойчивая репутация школы;  -позиция признанного лидера рынка образовательных услуг;  -превосходство над конкурентами по объему интеллектуального капитала;  - инновационная деятельность учреждения, инновационный опыт;  - системная деятельность по формированию положительного имиджа образовательного учреждения;  -использование современных технологий обучения, в т.ч. здоровьеформирующих;  -возможности для высокого уровня обслуживания потребителей;  -более высокое качество услуг по сравнению с конкурентами;  -развитие сети дополнительных образовательных услуг;  -развитие сотрудничества с социальными и педагогическими партнерами школы; | -Отсутствие четко сформулированного направления стратегического развития;  - высокие издержки по сравнению с конкурентами;  -  недостаток ключевых навыков и компетенции (слабый менеджмент);  -   внутренние производственные проблемы;  -нерациональное распределение финансовых средств;  -  средний возраст преподавательского состава – более 40 лет и низкий процент молодых преподавателей (менее 20%);  слабый приток новых потребителей из-за падения конкурентоспособности предлагаемых услуг. |
| ***Внешние возможности организации*** | ***Внешние угрозы организации*** |
| -    Обслуживание новых групп потребителей или освоение новых географических рынков или товарных сегментов;   -партнерские отношения (совместная деятельность) с другими ОУ, обеспечивающие доступ к прогрессивным технологиям обучения.  -    открытие новых профилей и направлений обучения;  -   вертикальная интеграция;  -   новые возможности завоевания доли рынка конкурентов;  - возможность быстрого роста из-за резкого роста спроса в одном или нескольких сегментах рынка;  -  развитие открытого (дистанционного) обучения;  - повышение активности участия социальных партнеров в совместной деятельности;  - использование средств Интернета для получения оперативной «обратной связи» при решении различных вопросов деятельности ОУ. | -    Угроза появления на рынке новых конкурентов;  -    ужесточение конкуренции между действующими на рынке ОУ;  -   технологические изменения или инновации, приводящие к падению спроса на прежние образовательные услуги;  -  замедление роста рынка;  -  введение новых регулятивных требований, повышающих издержки организации;  -  снижение спроса на образовательные услуги из-за изменения потребностей и вкусов покупателей;  - неблагоприятные демографические изменения, вызывающие сокращение спроса на образовательные услуги. |

Применительно к условиям школы можно с уверенностью заявить о таких *сильных сторонах,* как репутация школы, многолетняя инновационная деятельность учреждения и инновационный опыт, целенаправленная деятельность по формированию положительного имиджа школы, системная здоровьеформирующая деятельность, использование современных технологий обучения, в т.ч. здоровьеформирующих, имеющиеся возможности для высокого уровня обслуживания потребителей образовательных услуг, сотрудничество с социальными и педагогическими партнерами школы, повышение активности участия социальных партнеров в совместной деятельности

В тоже время, SWOT- анализ показал слабые стороны деятельности школы в условиях конкуренции:

Недостаток ключевых навыков и компетенций (слабый менеджмент), наличие внутренних производственных проблем, старение преподавательского состава, нежелание некоторой части педагогического коллектива менять что-либо, непонимание необходимости бороться за повышение конкурентоспособности своей широкого спектра образовательных услуг

*Внешние возможности* организации весьма благоприятны: в муниципальном образовании «Новоспасское городское поселение» для организации здоровьеформирующей деятельности имеется хороший потенциал: детско-юношеская спортивная школа, современный стадион, футбольный клуб «Нефтяник», дворец спорта «Олимп», физкультурно-оздоровительный комплекс «Центр-Юг», расположенный рядом со школой.

Решить проблему позволяет переход от эпизодичного *использования*  физкультурно-оздоровительных учреждений социума к *интеграции здоровьеформирующей деятельности Школы и ФОУ* на основе создании научно-обоснованной, организационно - и материально обеспеченной системы, их взаимодействие, взаимное приспособление, *образование* *качественно нового объекта* и как следствие повышение разнообразия и качества образовательных услуг, повышения имиджа школы и обеспечение её конкурентоспособности.

*Интеграция* является эффективным средством повышения конкурентоспособности. Это концентрация и более эффективное использование материальных и человеческих ресурсов: обеспечение более широкого доступа к объектам инфраструктуры, их совместное развитие. Происходит и концентрация человеческих ресурсов – знаний, опыта, научного потенциала.

- при интеграции возникает новое содержание образования, которое  
может удерживаться только интегрирующимися видами образования  
совместно и исчезает при разрушении комплекса;

-интеграция приводит к качественно новому результату, недостижимому без нее, который может быть зафиксирован с помощью системы критериев, вырабатываемых внутри интегрированного комплекса.

*Интеграция* – это не просто сотрудничество, *это слияние в единую социально-педагогическую систему.* Это процесс сложный, связанный с преодолением ведомственных барьеров, поисками дополнительного финансирования и предполагающий работу двух коллективов в напряженном инновационном режиме.

*Интеграции здоровьеформирующей деятельности Школы и ФОУ предполагает* межведомственное взаимодействие, направленное на улучшение здоровья детей, здоровьеформирование.

*Здоровьеформирование*  по определению Резниченко Ирины Михайловны, руководителя Научно-практической лаборатории психосоматической интеграции и духовно-экологической безопасности жизнедеятельности и здоровья человека, кандидата педагогических наук, предполагаетосмысленное отношение учащегося к сохранению, укреплению и поддержанию своего здоровья, понимание его ценности и важности для повышения работоспособности, стрессоустойчивости, улучшения взаимоотношений со сверстниками, повышение самооценки и, конечно, успеваемости в школе, а также, активное участие самого учащегося в освоении культуры здоровья.

*Здоровьеформирующая деятельность образовательной организации* рассматривается как совокупность организационных действий, направленных на управление и координацию деятельности, распределение полномочий и ответственности всех участников здоровьеформирующей деятельности, а также определение содержания, форм и методов, направлений, программно-методического и информационного обеспечения, использование разнообразных форм, методов и средств организации образовательного процесса с целью наиболее эффективного достижения государственного образовательного стандарта при одновременном сохранении и укреплении здоровья.

*Комплексно-интегративный подход к организации здоровьеформирующей деятельности в образовательных учреждениях* *предполагает здоровьеформирующую деятельность в 2-х плоскостях: внешней и внутренней:*

- *внутри образовательной организации* комплексно-интегративный подход к организации здоровьеформирующей деятельности реализуется в учебной деятельности в рамках интеграции знаний о здоровье, полученных в ходе интегрированных уроков, формирования универсальных учебных действий, а также во внеурочной деятельности, позволяющей апробировать на практике и закреплять навыки здорового образа жизни. Кроме того, мониторинг здоровья учащихся, а также работа с родителями также является важной составляющей создания здоровьеформирующей среды школы;

-*основа внешней интеграции* ***–*** межведомственное взаимодействие, направленное на улучшение здоровья детей, здоровье формирование.

Деятельность физкультурно-оздоровительных учреждений по укреплению здоровья детей интегрируется в уклад жизни самой школы, образовательный процесс*.*Расширяется сфера деятельности школы по данной проблеме на основе

совокупности следующих здоровьесберегающих и здоровьеформирующих социокультурных условий муниципалитета:

-интеграция школы с ФОК «Центр-Юг» в целях рационального использования ресурсов этого учреждения и введение оптимального расписания и графика образовательного процесса;

-потенциал физкультурно-оздоровительного комплекса «Центр-Юг», для проведения учебных занятий и внеурочной деятельности, организации лечебно-коррекционных занятий с детьми с ограниченными возможностями здоровья, вовлечения обучающихся в реализацию муниципальной программы формирования здорового образа жизни;

-потенциал ДЮСШ, футбольного клуба «Нефтяник», Ледового Дворца для повышения двигательной активности, вовлечения учащихся в различные сферы любительского и профессионального спорта

- повышение качества оздоровления учащихся на основе интеграции деятельности специалистов школы и ФОК «Центр-Юг» (кабинет здоровья, медицинский, тренажёрный кабинет, комната психологической разгрузки);

- мониторинг уровня здоровья и физического развития учащихся, эффективности организации здоровьеформирующей деятельности, факторов, формирующих положительное отношение к школе, её конкурентного преимущества.

В основу стратегии повышения конкурентоспособности школы формирования культуры здоровья и безопасного образа жизни  закладывается ***модель единой социально-педагогической системы –*** Школы Здоровья для учащихся одного из микрорайонов р. п. Новоспасское и близлежащих сёл с широким диапазоном учебной и внеурочной деятельности на базе интеграции с физкультурно-оздоровительными учреждениями социума, прежде всего, с ФОК «Центр-Юг», направленной на создание *здоровьеформирующего* образовательного пространства, в котором педагоги школы, специалисты ФОУ социума, учащиеся, их родители согласованно решают общие задачи, связанные с заботой о здоровье, и принимают на себя солидарную ответственность за результаты.

Как следствие, школа становится привлекательной для разных категорий обучающихся и их родителей, повышается её конкурентоспособность.

Таким образом, *интеграция*здоровьеформирующей деятельности школы и физкультурно-оздоровительных учреждений социума как фактор повышения её конкурентоспособности обосновывается необходимостью выработки оптимальной конкурентной стратегии для достижения успеха.

**Литература:**

1.Указ президента РФ от 07 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» [Электронный ресурс] – Режим доступа; http://www. [studwood.ru](https://studwood.ru/)

2.Федеральный закон «О защите конкуренции»от 26.07.2006 N 135-ФЗ (ред. от 29.07.2017)

3. Закон «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21 ноября 2011 года N 323-ФЗ. (ред. от 29 декабря 2022 г.)

4. Организация здоровьеформирующей деятельности образовательного учреждения на основе использования социокультурного потенциала муниципалитета. Сборник материалов, Ульяновск, УлГТУ, 2017.

5. Павлова Н. «Современная школа - школа конкурентоспособная». Учительская газета. Москва» № 14 от 2 апреля 2013 года.

6.Комплексно-интегративный подход к организации здоровьеформирующей деятельности в образовательных учреждениях [Электронный ресурс] /– Режим доступа:http://www [lib3.podelise.ru/docs/2038/index...](http://lib3.podelise.ru/docs/2038/index-361477.html) [копия](http://hl.mailru.su/mcached?q=%D0%97%D0%B4%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8C%D0%B5%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B8%D1%80%D1%83%D1%8E%D1%89%D0%B0%D1%8F%20%D0%B4%D0%B5%D1%8F%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C%20%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D1%83%D1%87%D1%80%D0%B5%D0%B6%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F&qurl=http%3A%2F%2Flib3.podelise.ru%2Fdocs%2F2038%2Findex-361477.html&c=16-1%3A58-2&r=883154&frm=webhsm).

**Роль школьного спортивного клуба «Кристалл» в формировании здорового образа жизни учащихся и повышении эффективности физкультурно-спортивной работы**

***Надысева Татьяна Александровна,***

***учитель физической культуры***

***МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

***Хасянов Иршат Шавкетович,***

***учитель физической культуры***

***МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

«Для соразмерности, красоты и здоровья

требуется не только образование в области

наук и искусства, но и занятия всю жизнь

физическими упражнениями, гимнастикой»

Платон

В целях вовлечения учащихся в систематические занятия физкультурой и спортом, формирования у них мотивации и устойчивого интереса к укреплению здоровья, участия в спортивных соревнованиях различного уровня, в организации спортивно-массовой работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья, а также, координации деятельности школы с физкультурно-оздоровительными учреждениями социума в 2016 году был создан спортивный клуб «Кристалл».

По итогам конкурса, проведённого в школе, были выбраны флаг, эмблема и девиз клуба.

Ежегодно в школе обучается от 630 до 700 человек. Из них постоянными членами клуба являются 90-95 учащихся.

В школе работают пять учителей физической культуры. Это позволяет организовать работу секций:

- Секция общефизической подготовки;

- Секция корригирующей гимнастики;

- Две секции баскетбола;

- Секция «Шахматы»;

- Секция настольного тенниса;

- Секция «Юный турист»;

- Секция скалолазания;

- Школа безопасности.

Для занятий секций и проведения массовых спортивных мероприятий оборудован спортивный городок. К сожалению, спортивный зал школы невелик, и здесь на помощь нам приходит ФОК «Центр-Юг», где наши ребята занимаются на тренажёрах и в большом спортивном зале.

Традиция школы – ежемесячное проведение массовых спортивных оздоровительных мероприятий: «Весёлые старты», «Дни здоровья», Малые олимпийские игры. Особое внимание уделяем проектам, в которых принимают участие родители учащихся и наши партнёры: «Мама, папа, я – спортивная семья», «День семейного общения». Так в сентябре 2022 года в школе был проведён спортивный фестиваль «Семья - здоровая планета» с приглашением и участием родителей, руководителей и тренеров физкультурно-оздоровительных учреждений муниципалитета, учителей физкультуры района.

На открытии праздника директор школы Аракчеева Т.А. поприветствовала участников фестиваля и рассказала о ценности таких семейных встреч в рамках школьных мероприятий. Семьи нашей школы принимают активное участие в конкурсах «Мама года», «Папа года», «Семья года». Своим рецептом семейного счастья поделились члены семьи Талиповых, которая стала победителем районного и участником областного этапа конкурса «Семья года».

Вторая часть спортивного фестиваля получилась яркой, интересной, позитивной. Перед спортивными соревнованиями семьи (а их было девятнадцать!) приняли участие в массовой зарядке, после чего начались эстафеты «Веселые старты», в которых каждая семья показала свою ловкость, стремление к победе.

Для всех пап был проведен отдельный конкурс – перетягивание каната, а для мам – кручение обруча. Игра в пионербол была также захватывающей, до конца бились семейные команды. Спортивный фестиваль закончился награждением семей за активное участие в семейном фестивале «Семья - здоровая планета». Победила, конечно, дружба, праздник получился очень теплым, главное, что все почувствовали атмосферу доброжелательности и получили заряд энергии.

Под эгидой клуба учащиеся школы участвуют в соревнованиях в рамках Всероссийских игр школьников «Президентские спортивные игры» и «Президентские состязания», осуществляют подготовку к сдаче комплекса норм ГТО, также участвуют в соревнованиях по плаванию, шахматам, теннису, велопробеге «Кросс наций», Воспитанники клуба ежегодно принимают участие в муниципальных, региональных и всероссийских соревнованиях.

- на муниципальном уровне школа занимает призовые места в соревнованиях по лёгкой атлетике, плаванию, в легкоатлетической эстафете на приз газеты «Сельская правда». Учащиеся школы входят в состав сборной команды района по лёгкой атлетике, защищая честь района на региональном уровне.

- на региональном уровне наши ученики занимают призовые места в соревнованиях по Кэс- баскету, Локо- баскету.

Особое место в нашей работе принадлежит работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья и, как результат этой работы, наш ученик Ивлев Максим в 2020 году участвовал в соревнованиях по конному спорту в Новочебоксарске и занял 3 место.

В 2020 году школьный спортивный клуб «Кристалл» впервые принял участие в республиканском этапе открытого заочного Всероссийского смотра-конкурса на лучшую постановку физкультурной работы и развитие массового спорта среди школьных спортивных клубов и был награждён Дипломом III степени.

Опыт работы клуб мы транслируем на муниципальном, межмуниципальном, региональном и всероссийском уровне.

**Социальное партнёрство как фактор формирования положительного имиджа школы и повышения её конкурентоспособности**

***Пузырева Алёна Сергеевна,***

***заместитель директора***

***МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

Одной из приоритетных задач школы является создание необходимых и полноценных условий для личностного развития каждого ребёнка.

Школа, социум, семья – вот три неразрывно связанных между собой звена, обеспечивающих воспитательное воздействие на детей в процессе их разнообразной деятельности. В условиях интеграции этих институтов происходит формирование социально зрелой, жизнеспособной личности. Мы решаем эту проблему путём интеграции здоровьеформирующей деятельности Школы и различных учреждений социума. Социальное партнерство – это неотъемлемая часть работы нашей школы, которая помогает решать учебные и воспитательные задачи в соответствии с Программой развития и Программой воспитания школы.

Социальными партнёрами школы в направлении здоровьеформирования являются Центральная районная больница, Дом культуры «Кристалл», районная библиотека, Центр детского творчества. К совместной работе по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек, по формированию безопасного поведения привлекаются родители, сотрудники МО МВД России «Новоспасский», врачи - наркологи ГУЗ «Новоспасская РБ», психологи Центра «Семья».

Разумеется, главные наши партнёры – это физкультурно-оздоровительные учреждения и организации: детско-юношеская спортивная школа, дворец спорта

«Олимп», ФОК «Центр-Юг» и футбольный клуб «Нефтяник». Школа использует богатую спортивно - оздоровительную базу ФОК «Центр - Юг» для введения оптимального расписания и графика образовательного процесса, проведения уроков, внеурочных спортивных мероприятий, организации лечебно-коррекционных занятий с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Выстроенная совместная работа учителей физической культуры с тренерами ДЮСШ и физкультурно-оздоровительных учреждений (Дворец спорта «Олимп» и ФОУ «Центр-Юг») позволяет стать успешнее детям, учителям, добиться высоких результатов, способствует вовлечению учащихся в различные сферы любительского и профессионального спорта.

Итогом интеграции является увеличение числа учащихся, посещающих эти учреждения, а также их достижения. В 2022 году команда школы стала победителем областной легкоатлетической эстафеты. Ежегодно обучающиеся становятся победителями соревнований по плаванию, баскетболу, тхэквандо.

В 2021-22 учебном году команда мальчиков 2011 года рождения стала победителем турнира по хоккею в г. Вольске.

Около ста учащихся школы посещают футбольный клуб «Нефтяник» Футбольный клуб «Нефтяник» создан в р. п. Новоспасское в 2003 году при поддержке основателя и владельца ПАО НК «РуссНефть» Михаила Гуцериева. До сегодняшнего дня компания осуществляет шефство над клубом.

За годы существования клуба юные футболисты становились призёрами региональных, Всероссийских и международных турниров, обладателем Кубка и Суперкубка Ульяновской области

Сплоченная работа тренеров клуба и преподавателей школы позволила футбольной команде подняться в течение нескольких лет с 16 места на 1 место в соревнованиях «Мини-футбол-в школу» и выйти на соревнования Российского уровня. На всероссийском уровне спортсмены школы участвовали в соревнованиях «Мини-футбол в школу», которые проходили в 2020-2022 годах в Нижнем Новгороде, Смоленске, Москве. Команда стала победителем III этапа Всероссийских соревнований по мини-футболу (футзалу) ПФО в рамках Общероссийского проекта «Мини-футбол в школу» который состоялся с 10 по 14 февраля 2022 года в с. Большой Суходол Нижегородской области.

Девушки - участники секции женского футбола клуба «Нефтяник» неоднократно побеждали в соревнованиях различного уровня. В 2023 году эта команда также заняла 1 место в регионе. Наши ученицы Мишина Анастасия и Гошкина Анастасия, участники секции женского футбола клуба «Нефтяник» тренируются в спортивном клубе «Рубин» г. Казани.

Таким образом, правильно организованное социальное партнерство обеспечивает разнообразие и качество образовательных услуг, способствует повышению имиджа школы, обеспечению её конкурентоспособности, формированию самодостаточной конкурентоспособной личности.

**Клуб «Патриот» – центр**

**формирования патриотического сознания учащихся**

***Казаков Валерий Алексеевич,***

***заместитель директора по УВР, учитель ОБЖ***

***МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

**Аннотация.** В статье представлен опыт работы клуба «Патриот» - центра патриотического воспитания учащихся школы. Показателем результативности его работы являются духовность, убежденность, уважение к истории и традициям своего народа, государства, любовь к Родине и готовность ее защищать, патриотическая направленность поступков и всей жизни его воспитанников, высокий рейтинг и лидерство среди объединений школы.

**Ключевые слова:** патриотизм, патриотическое воспитание, культурный капитал личности, военно - патриотический клуб.

«Патриотизм – это не значит только одна любовь к своей Родине. Это гораздо больше... Это сознание своей неотъемлемости от Родины и неотъемлемое переживание вместе с ней её счастливых и её несчастных дней»

Алексей Николаевич Толстой

Истинный патриотизм – одна из главных черт всесторонне развитой личности. Он предполагает формирование и длительное развитие целого комплекса позитивных качеств. Патриотизм выступает в единстве духовности, гражданственности и социальной активности личности, осознающей свою неразрывность с Отечеством и является основополагающим компонентом культурного капитала личности школьника.

В соответствии с программными документами федерального и регионального уровня основными направлениями в системе патриотического воспитания являются следующие:

*Духовно-нравственное,* целью которого является осознание учащимися высших ценностей, социально значимых процессов и явлений реальной жизни, способность руководствоваться ими в практической деятельности.

*Гражданско-патриотическое*, способствующее формированию правовой культуры и законопослушности, навыков оценки политических и правовых событий и процессов в обществе и государстве, постоянной готовности к служению своему народу.

*Историко-краеведческое,* направленное на познание историко – культурных корней, осознание неповторимости Отечества, его судьбы, неразрывности с ней.

*Героико-патриотическое*, ориентирующееся на пропаганду героических профессий, знаменательных героических и исторических дат нашей истории, воспитание чувства гордости к героическим деяниям предков.

*Спортивно - патриотическое,* направленное на развитие морально -волевых качеств, воспитание силы, ловкости, стойкости, мужества, дисциплинированности в процессе занятий физической культурой и спортом, формирование готовности к защите Родины.

*Социально - патриотическое,* направленное на активизацию духовно – нравственной и культурно-исторической преемственности поколений, формирование активной жизненной позиции, проявление чувств благородства и сострадания, заботы к людям пожилого возраста

*Военно - патриотическое воспитание* ориентировано на формирование у молодежи высокого патриотического сознания, идей служения Отечеству, способности к его вооруженной защите, изучение русской военной истории, воинских традиций.

Центром патриотического воспитания школы является военно-патриотический клуб «Патриот», известный не только в нашей области, но и за ее пределами. Военно-патриотический клуб «Патриот» – молодежное общественное объединение, созданное в школе с целью развития и поддержки детской инициативы в изучении истории отечественного воинского искусства, воспитания подрастающего поколения в духе любви и уважения к своей Родине, освоения воинских профессий, подготовки молодежи к службе в армии. Клуб работает с 2015 года, имеет свой Устав, символику, форму. Создателем и руководителем клуба на протяжении всего времени являюсь я - подполковник запаса, заместитель директора, учитель ОБЖ Казаков Валерий Алексеевич.

Из 696 учащихся школы 179 – члены клуба.

Под эгидой клуба традиционно проводятся школьный смотр строя и песни, конкурс песен по военной тематике, акции и проекты районного и областного уровня: «Бессмертный полк», «Лес Победы», «Письмо ветерану», «Письмо солдату» и т.д.

Важную роль в военно-патриотическом воспитании играют месячники оборонно - массовой и спортивно - оздоровительной работы, праздники: «День Защитника Отечества», «День призывника» и другие.

Клуб «Патриот» неизменный участник муниципальных мероприятий патриотического характера: торжественный вынос знамен на районных мероприятиях; вахта памяти; открытие памятников; участие в мероприятиях, посвященных памятным датам.

Члены клуба осуществляют шефство над участниками Великой Отечественной войны и их вдовами, детьми войны.

6 мая 2017 года школа присоединилась к всероссийскому движению ЮНАРМИЯ. При клубе был создан единственный на тот момент в районе юнармейский отряд в количестве 60 человек, ему присвоен статус местного отделения района. В региональном конкурсе военно-патриотических клубов клуб «Патриот» занял второе место.

Юнармейцы школы регулярно занимают призовые места в зональных, региональных смотрах и военно - спортивных играх. Защищали честь Ульяновской области на окружной военно - спортивной игре «Зарница Поволжья». В 2017 году они показали всё своё мастерство, навыки, полученные в клубе «Патриот» и заслуженно получили награды за победу в конкурсах «Равнение на знамена» и «Строевая подготовка». Команда заняла 9 место из 12. Отрадно, что такого результата не добивалась ни одна команда, представляющая область в этой игре до этого года. В 2018 году ребята улучшили свой результат и заняли общекомандное 8 место, где к победе в тех же конкурсах «Равнение на знамена» и «Строевая подготовка» добавили второй результат в беге на 60 метров.

Победитель регионального конкурса «Я – Юнармия», ученик нашей школыФиларетов В. вошел в состав делегации первого Всероссийского молодежного патриотического слета в г. Москве в 2018 году.

19 января 2019 года школа присоединилась к всероссийскому движению школьников, т.к. одним из направлений в работе РДШ является военно – патриотическое воспитание: работа военно-патриотических клубов и вовлечение в нее детей; организация профильных событий, направленных на повышение интереса у детей к службе ВС РФ, в том числе военных сборов, военно-спортивных игр, соревнований, акций в координации с Всероссийским военно-патриотическим движением «ЮНАРМИЯ».

По итогам восьми месяцев 2019 года военно-патриотический клуб школы стал абсолютным победителем во всех военно - спортивных соревнованиях и конкурсах области, за что награжден поездкой в г. Москва.

В 2019 году члены клуба приняли участие в новом виде соревнований – казачьи игры «Волжский сполох», где заняли почетное второе место.

В условиях пандемии работа клуба не приостановилась. Увеличилось число юнармейцев. В 2020 г. клуб стал победителем в региональном конкурсе «Лучший военно-патриотический клуб», занял второе место среди лучших клубов Приволжского Федерального округа.

В соответствии с программой деятельности клуба в школе проводятся уроки исторической памяти, уроки мужества, ребята посещают музеи, 31 отдельную гвардейскую десантно - штурмовую ордена Кутузова второй степени бригаду в г. Ульяновске.

Члены клуба участвуют в акциях и конкурсах патриотического направления и занимают призовые места:

- областной конкурс видеороликов «Моя семья - моя Победа», 2 место, 2020 г.;

- всероссийский конкурс «Та война отгремела много весен назад», 1 место, 2020 г.;

- всероссийский конкурс рисунков, посвященный 75-й годовщине Великой Победы, 1 место, 2020 г.;

- межмуниципальная квест - игра «Правнуки великой Победы», 3 место, 2021 г.;

- «Марш Победы», участие, 2021 г.;

- межмуниципальный творческий конкурс «Мирное небо над головой», 1 мест – 12; 2 мест - 6, 3 мест - 7, 2021, 2022 гг.

Опыт работы клуба «Патриот» неоднократно представлялся на муниципальном и региональном уровнях:

- на зональном совещании учителей ОБЖ в апреле 2017 г. («Из опыта работы ВПК «Патриот»);

- в программе агитпоезда в р.п. Павловка в апреле 2018 г. («Из опыта работы ВПК «Патриот» по подготовке к игре «Зарница Поволжья»);

- на встрече с ветеранами областного Совета ветеранов войны и труда Ульяновской области под председательствованием Ермакова С.Н. в сентябре 2018 г., 2021 г. (мастер – классы юнармейцев и руководителей клуба);

- во время визита Губернатора Ульяновской области в октябре 2018 г. (юнармейцы представили школу и свои достижения молодым педагогам Ульяновской области);

- на межрегиональный семинаре в с. Верхняя Маза Радищевского района Ульяновской области в феврале 2019 г. («Роль клуба «Патриот» в гражданско – патриотическом воспитании обучающихся»);

- на встрече с Губернатором Ульяновской области и ведущими образовательными организациями области по патриотическому воспитанию обучающихся в мае 2019 г. (отчет директора школы по организации Юнармейского движения);

- на августовской конференции педагогических работников Новоспасского района в августе 2019 г. (**«**Патриотическое воспитание» из опыта работы МОУ средней школы № 2 р.п. Новоспасское);

- вкниге «Гори всегда, гори во всем…», ООО «Издательский дом «Живая классика», 2019 г.

За успехи в развитии военно - патриотического движения в районе и области шесть юнармейцев в 2018, 2019 и 2021 г. г. были награждены бесплатной путевкой во Всероссийский лагерь «Орленок». 17 воспитанников клуба получили почетный знак «Юный Защитник Отечества».

При встрече с выпускниками школы, которые проходят службу в армии, курсантами военных училищ, офицерами приятно слышать лестные отзывы о работе школы по военно-патриотическому воспитанию, о том опыте, который они получили, занимаясь в клубе. Выпускник школы, участник клуба Булах Д., офицер военно - космических сил РФ, будучи в Сирийской Арабской республике, награжден Орденом мужества. Гвардии сержант Арефьев М. награжден двумя Орденами мужества, одним из них посмертно за оборону населенного пункта Дудчаны Херсонской области

Эффективное патриотическое воспитание юных россиян сегодня – это путь к духовному возрождению общества, восстановлению величия страны в сознании людей. Результативность такого воспитания проявляется в системе отношений ребенка к действительности, его творческой самоотдаче. Показатель его действительности – убежденность, патриотическая направленность поступков и всей жизни воспитанников.

Результативность работы школы по патриотическому воспитанию измеряется степенью готовности и стремлением школьников к выполнению своего гражданского и патриотического долга, их умением и желанием сочетать общественные и личные интересы, реальным вкладом, вносимым ими в дело процветания Отечества, родного края и малой родины.

**Литература:**

1. Патриотическое воспитание – основа формирования личности гражданина и патриота <https://infourok.ru/patrioticheskoe-vospitanie-osnova-formirovaniya-lichnosti-grazhdanina-i-patriota-956070.html>

2. Программа развития воспитания в образовательных организациях Ульяновской области на 2019 - 2025 годы. Утверждена Распоряжением Министерства образования и науки Ульяновской области № 1243-р от 12.07.2019 г.

3. Путин В.В. Мы должны строить своё будущее на прочном фундаменте <http://www.special.kremlin.ru/events/president/news>

**Урок окружающего мира «Если хочешь быть здоров»**

***Ануфриева Наталья Николаевна,***

***учитель начальных классов***

***МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

**Класс:** второй (7-8 лет)

**Цель урока**: формирование представления о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни.

**Задачи урока:**

***Развивающие:*** развивать связную речь, умение аргументировано излагать свою точку зрения, делать выводы.

***Обучающие:*** познакомить со значением словосочетаний: «личная гигиена», «правильное питание», «режим дня»; научить применять эти знания в жизни, научить составлять свой (личный) режим дня.

***Воспитывающие:*** воспитать ответственное отношение к своему здоровью через разумную организацию режима дня, питания, занятия физкультурой.

**Планируемые результаты:**

***Личностные:*** формировать умения определять и высказывать самые простые, общие для всех людей правила.

***Предметные:*** научатся осознавать необходимость безопасного и здорового образа жизни,

соблюдения режима дня.

***Метапредметные:***

***Познавательные УУД:*** умение ориентироваться в своей системе знаний; отличать новое от уже известного с помощью учителя; добывать новые знания; находить ответы на вопросы, используя свои знания и информацию, полученную на уроке; строить рассуждения, обобщать и делать выводы.

***Регулятивные УУД***: понимать, определять и формулировать цель и задачи урока с помощью учителя и стремиться к их выполнению, правильно спланировать свои действия в соответствии с поставленной целью и задачами; умение проговаривать последовательность действий на уроке; вносить необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок; высказывать своё предположение.

***Коммуникативные УУД:*** формирование умения работать в парах, в группах, распределять роли, осуществлять деловое сотрудничество и взаимопомощь, формировать собственное мнение и аргументированно его излагать.

**УМК:** Школа России.

**Форма проведения:** фронтальная, индивидуальная, групповая работа в парах.

**Оборудование:** учебник«Мир вокруг нас» А.А. Плешаков; рабочая тетрадь, компьютер, проектор, мультимедийная презентация, конверты с заданиями, 4 картинки Кроша (лентяй, лежебока, обжора, грязнуля), словарь С.И. Ожегова, приложения, ссылки (мультфильм Смешарики «Быть здоровым – здорово!», физминутка для глаз, зарядка с Крошем).

**План** **урока**

1. Организационный момент (1 мин.)
2. Актуализация знаний (5 мин.)
3. Постановка темы и проблемных вопросов урока (3 мин.)
4. Физминутка для глаз (1 мин.)
5. Открытие новых знаний (15 мин.)
6. Музыкальная зарядка (1 мин.)
7. Закрепление изученного материала (10 мин.)
8. Домашнее задание (1 мин.)
9. Подведения итогов (1 мин.)
10. Рефлексия (2 мин.)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| **Технология проведения**  **(этап, цель)** | **Деятельность учителя** | **Деятельность обучающихся** |
| **I.Организационный момент. (1 мин)**  Цель: включение учащихся в деятельность, создание положительного эмоционального фона | - Громко прозвенел звонок.  Начинается урок.  Слушаем, запоминаем,  Ни минуты не теряем.  - Добрый день! Доброго здоровья!  - Ребята, давайте поздороваемся и поприветствуем друг друга. Посмотрите на меня и улыбнитесь, а теперь повернемся друг к другу лицом и улыбнемся. **(Слайд 1)** | Самоорганизация, оценивают свою готовность и настрой на урок  - Здравствуйте!  Приветствуют учителя и друг друга.  - Когда мы произносим эти слова, то искренне желаем тем, с кем встречаемся, добра, радости и здоровья. |
| **II.Актуализация знаний (5 мин)**  Цель: актуализация знаний об изученном материале прошлого урока. | - Вспомните, над какой темой мы работали на прошлом уроке?  - Для чего нужно знать, как устроен наш организм?  - Давайте вспомним что относится в внутреннему строению организма, а что к внешнему.  -1 Задание. Работаем в паре. Возьмите листочки, которые лежат у вас на партах. Укажите стрелками, что относится к внешнему, а что – к внутреннему строению человека. Приступаем к работе. **(Приложение 1).**  - Проверим по эталону на доске.  - 2 задание. Сейчас вам предстоит самостоятельная индивидуальная работа. Я раздам вам тест, ваша задача внимательно прочитать вопрос и выбрать один вариант ответа **(Приложение 2).**  - А теперь проверим, как вы справились с заданием. **(Слайд 2)** Посмотрите на слайд и проверьте.  - Поднимите руку те, кто выполнил тест без ошибок. Молодцы! | - Строение тела человека  Проговаривают тему прошлого урока.  Отвечают на вопросы.  Работают в паре. Воспроизводят графическую модель.  Проверяют по эталону с доски  Самостоятельно выполняют тест.  Самопроверка по слайду  Поднимают руку ученики, выполнившие все задание правильно, без ошибок. |
| **III. Постановка темы и проблемных вопросов урока**  **(3 мин)**  Цель: организовать коммуникативное взаимодействие, в ходе которого происходит определение темы урока и постановка проблемных вопросов урока | - Ребята, я начала урок со слова «здравствуйте». Как вы понимаете это слово?  - А сейчас я предлагаю вам посмотреть отрывок из мультфильма. Внимание на экран.  - Кто является главным героем? (Крош).  На доске 4 картинки Кроша – лентяй, грязнуля, обжора, лежебока.  - Какой Крош вам больше всего нравится?  - Как вы думаете, какую важную тему мы будем обсуждать сегодня на уроке?  - Чтобы узнать тему урока, составим предложение из слов: быть, если, хочешь, здоров.  - Какая проблема у Кроша?  - Какова же цель урока?  - На уроке мы с вами попробуем создать книгу советов «Как быть здоровым»  (На доске 5 листов А4: 1-й - титульный лист «Советы «Как быть здоровым»; 2-й – «Режим дня»; 3-й – «Личная гигиена»; 4-й – «Правильное питание»; 5-й – Двигательная активность»)  **-** Ребята, а кому могут помочь эти советы? | Ответы на вопросы  - Желаем друг другу здоровья, добра, радости.  Просмотр мультфильма Смешарики «Быть здоровым – здорово» - Азбука здоровья по ссылке  <https://youtu.be/k9l7IMby5gI>  Рассматривают картинки.  Высказывания ребят.  - Мы будем говорить о здоровье.  Составляют предложение: «Если хочешь быть здоров»  Ребята называют проблемы (Крош не знает, как быть здоровым, ленится, и т.д.)  - Что нужно делать, чтобы быть здоровым.  Ребята смотрят на листы – страницы книги, которую будут создавать.  - Советы могут помочь Крошу и, конечно же, нам с вами. |
| **IV. Открытие новых знаний (5 мин)**  Цель:устранение возникших затруднений при изучении нового материала | - Как вы понимаете слово «здоровье»?  - Прочитайте в словаре С.И.Ожегова значение этого слова.  - Чтобы сохранить своё здоровье, укрепить и улучшить помогут наши помощники. А какие, вы в конце урока сами назовете, поработав в группах. Вы будете помогать Крошу, изучите:  1группа – режим дня  2 группа – личную гигиену  3 группа – питание  4 группа – двигательную активность.  - Для начала, вспомним правила работы в группе **(Слайд 3).**  - Сейчас каждая группа получает конверт с заданиями, которые нужно выполнить. Вам нужно внимательно прочитать задания, обсудить в группе, а затем выступит перед классом. | Высказывают свое мнение.  1 ученик читает определение понятия «здоровья» в словаре (Здоровье - правильная, нормальная деятельность организма, его полное физическое и психическое благополучие).  Слушают учителя.  Ребята читают на слайде правила работы в группе:  - умение слушать собеседника, не перебивать;  - не согласен – объясни;  - доказывай свое мнение спокойно, вежливо;  - будь внимательным;  - говори только по делу;  - работайте дружно, помогайте друг другу.  Работают в группах: отвечают на вопросы и выполняют практическое задание. |
| **V.Физминутка для глаз (интерактивная)(1 мин)**  Цель:снятие усталости и напряжения с глаз | - А сейчас предлагаю вам выполнить физминутку для глаз  <https://www.youtube.com/watch?v=ysleUKeljoc> | Ребята смотрят на слайд и выполняют различные движения глазами |
| **IV.Открытие новых знаний (продолжение)**  **(10 мин)**  Цель: развитие умения извлекать информацию, необходимую для «открытия» новых знаний; организация диалога, позволяющего выявить связи между изученными и новыми знаниями, «открытие» нового на известном материале | - А теперь слушаем выступление каждой группы.  **1 группа – Режим дня.**  **Задания для 1 группы:**  1. Ответить на вопросы:  - Посмотрите, какой режим дня был у Кроша?  - Что такое режим дня? (Это порядок, в котором правильно сочетаются учёба, игра, отдых и другие занятия)  - Почему необходимо и взрослым, и детям соблюдать режим?  - Кто из вас выполняет режим дня?  - А у кого это получается не всегда?  - А есть ребята, которые вообще режим не соблюдают?  2. Составить режим дня.  На листах бумаги А4 вам нужно будет составить правильный режим дня школьника, установив соответствие в нужном порядке и наклеить. **(Приложение 3)**  **2 группа - Правильное питание.**  **Задания для 2 группы:**  1.Ответить на вопросы:  - Что такое питание?  - Для чего нужно питаться?  - Как вы понимаете эти слова – правильное питание?  - Как вы питаетесь?  - Какой должна быть пища?  2. Рассмотрите фотографии (учебник с. 9).  –Какие из данных продуктов имеют растительное и животное происхождение?  -Перед вами стоят два предметных столика, на которых лежат муляжи различных продуктов питания: яблоки, груши, лимон, морковь, огурец, яйцо, творог, молоко, масло, сметана, хлеб.  -Обсудите в группе, какие из них имеют растительное, а какие животное происхождение?  -Какие еще продукты можно добавить в ваши группы?  **3 группа - Личная гигиена.**  **Задания для 3 группы:**  1. Работа по учебнику (стр.10) - Рассмотрите фотографии. Для чего нужны эти предметы?  - Как они нам помогут?  -Какие еще помощники в здоровье у нас есть? (Предметы гигиены)  - Что такое личная гигиена?  - Какие из данных предметов у каждого человека должны быть личные, а какими могут пользоваться все члены семьи?  2. Составить правила личной гигиены. На листочке представлены только начала правил, конец правил нужно приклеить. Ваша задача соединить правила: -Чистить зубы надо два раза в день: (утром и вечером) -Перед едой нужно обязательно…(мыть руки) -Во время еды нельзя… (Разговаривать)  -Свет при письме должен падать…(Слева)  **4 группа - Двигательная активность.**  **Задания для 4 группы:**  1. Составьте из слов пословицу: догонит, болезнь, не ловкого, и быстрого.  2. Ответьте на вопросы:  - Когда человек становится быстрым и ловким?  - Что же нужно, чтобы быть бодрым?  - В чем она проявляется?  - Что из перечисленного выполняете вы?  - Назовите виды спорта: летние, зимние, осенние и весенние. | Выступление групп.  **Выступление 1 группы.**  Отвечают на вопросы  Представляют составленный режим дня.  Предлагают совет Крошу – соблюдать режим дня. После выступления приклеивают свой совет «Режим дня» на лист А4 на доске.  **Выступление 2 группы**  Отвечают на вопросы  - Чтобы быть здоровым. Нужно питаться разнообразной пищей.  - Люди её получают благодаря животным и растениям.  Рассматривают фотографии: называют продукты и определяют происхождение продуктов.  Предлагают совет Крошу – правильно питаться. После выступления приклеивают свой совет «Правильное питание» на лист А4 на доске.  Подготовленный ученик читает стих.  Человеку нужно есть,  Чтобы встать и чтобы сесть,  Чтобы прыгать, кувыркаться,  Песни петь, дружить, смеяться.  Чтоб расти и развиваться,  И при этом не болеть,  Нужно правильно питаться  С самых юных лет уметь.  **Выступление 3 группы**  Работают с учебником и определяют предметы личные и для всех членов семьи.  Предлагают совет Крошу – соблюдать личную гигиену. После выступления приклеивают свой совет «Личная гигиена» на лист А4 на доске.  Находят и соединяют правила.  Формулируют правила здорового образа жизни  Подготовленный ученик читает стих.  Чтоб здоровье сохранять,  Надо гигиену соблюдать!  Много грязи вокруг нас  И она в недобрый час  Принесёт на вред, болезни.  Но я дам вам совет полезный  Мой секрет совсем несложный –  С грязью будьте осторожны!  **Выступление 4 группы**  Ребята составляют пословицу: «Быстрого и ловкого болезнь не догонит».  Отвечают на вопросы.  -Нужна достаточная двигательная активность.  - Зарядка по утрам, физминутки в школе на уроках, игры на переменах, дорога до школы – пешком, уроки физкультуры, спортивные секции, прогулки на свежем воздухе – особенно в лесу.  Предлагают совет Крошу – больше двигаться. После выступления приклеивают свой совет «Двигательная активность» на лист А4 на доске. |
| **VI.Музыкальная зарядка (1 мин)**  Цель: предупреждение утомляемости | Сейчас выполним зарядку с Крошем. [**https://youtu.be/wje-YR3r-7I**](https://youtu.be/wje-YR3r-7I)  - Выполняем упражнения за Крошем. | Ребята выполняют движения под музыку. |
| **VII.Закрепление изученного материала**  **(8 мин)**  Цель: включение новых знаний в ранее изученное | - Для жизни человека нужны разные продукты питания. Старайтесь больше есть овощей, фруктов, пейте молоко и кефир, ешьте творог, поменьше употребляйте сладкого, жирного и солёного. И будьте здоровы!  Отгадайте загадку:  Когда мы едим – они работают.  Когда не едим – они отдыхают.  Не будем их чистить – они заболеют. (Зубы)  **Работа с учебником**  - Прочитайте текст «Берегите зубы» стр.13 в учебнике.  **Работа в рабочих тетрадях.**  - А теперь нужно выполнить самостоятельную работу - стр.7 № 4 (рабочая тетрадь).  - Какие советы даны всерьёз, а какие в шутку? Если всерьёз, обведи «ДА», если в шутку, обведи «НЕТ».  - Проверим. Обменяемся тетрадями. **Взаимопроверка**  - Здоровые зубы прекрасно измельчают пищу во рту. Они помогают нам правильно и красиво говорить, украшают улыбку человека. Не менее двух раз в год нужно проверять зубы у врача.  - К какому врачу нужно обратиться, если возникли проблемы с зубами? | Слушают учителя.  Разгадывать загадку.  Читают статью в учебнике на стр.13  Выполняют задание в рабочей тетради № 4, стр.7  Взаимно проверяют работу друг друга.  - Стоматолог |
| **VIII. Домашнее**  **задание (1 мин)**  Цель:закрепление полученных знаний | **Работа в дневниках.**  - Я вам предлагаю домашнее задание на выбор:  1) учебник стр.10-13 читать, ответить на вопросы.  2) сообщение «Мои занятия по ЗОЖ»  3) нарисовать плакат для своих ровесников (это может быть реклама зубной пасты, щётки, правильного питания…). | Выбирают задание и записывают в дневник |
| **IX.Подведение итогов урока (1 мин)**  Цель: зафиксировать новые знания, полученные на уроке | - С какой темой мы с вами работали на уроке?  -Какую проблему поставили?  -Так как же быть здоровым?  - Вот мы с вами помогли Крошу и составили книгу советов «Как быть здоровым» для всех людей. | - Если хочешь быть здоров.  **-** Как быть здоровым.  - Соблюдать режим дня, личную гигиену, правильно питаться и больше двигаться, обращаться вовремя к врачам. |
| **X.Рефлексия** **(2 мин)**  Цель: организовать рефлексию и самооценку обучающимися собственной деятельности | - Посмотрите наслайд **(Слайд 4).** На немнаписаноначало высказываний. Выберите одно и продолжите его:   * Сегодня на уроке я узнал…. * Теперь я могу…. * Было интересно…. * Знания, полученные сегодня на уроке, пригодятся…   - Ребята, а теперь покажите, с каким настроением вы заканчиваете урок. Если вам весело, радостно, вам все было понятно, тогда поднимите солнышко, если грустно, скучно, ничего не поняли – поднимите тучку.  - Я надеюсь, что вы получили удовольствие от урока. Мне хочется всех вас поблагодарить за отличную работу и угостить витаминами (яблоки).  Я дарю всем витамины,  Это яблоки для вас,  А ещё, чтоб не забыли,  «Памятки» раздам сейчас.  Не забудьте про зарядку,  Выполняйте спозаранку.  Будьте счастливы, здоровы,  Будьте сильными всегда!  Раздаю памятки «Как быть здоровым» (**Приложение 4)**  - Сегодня мы сказали, что витамины тоже входят в состав продуктов. А вот какие они бывают, и вообще, это лекарство или яд вы узнаете на следующем уроке.  - Закончу урок словами Кроша «Быть здоровым – здорово». Всем спасибо за урок. **(Слайд 6)** | Ребята выбирают начало высказывания и продолжают его.  Поднимают солнышко или тучку.  Ребята получают витамины – яблоки и памятки. |

**Исследовательская деятельность обучающихся начальной школы как средство поддержки одарённых детей и формирования их конкурентоспособности**

***Никулина Елена Григорьевна,***

***учитель начальных классов***

***МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

В настоящее время очень высок интерес к одаренности как явлению. Это объясняется как общественными потребностями, так и требованиями, сформулированными во ФГОС НОО. Одарённость детей в различных сферах является ведущим фактором их конкурентоспособности. [Федеральные стандарты](https://www.google.com/url?q=http://pedsovet.su/publ/115&sa=D&ust=1484072002015000&usg=AFQjCNGnpLrQxGJJhW0Tl3jpo27SITB9Ig)  ориентируют на деятельностный подход в образовательном процессе, уделяя особое внимание на развитие у детей способности быть исследователем, активным созидателем своей жизни, уметь ставить цель, искать способы её достижения, быть способным к выбору, нести за него ответственность, использовать свои способности и талант. Деятельностный подход в образовательном процессе предполагает воспитание и развитие качеств личности, отвечающих требованиям современного общества, учёт индивидуальных особенностей учащихся, разнообразие их развития, обеспечение роста творческого потенциала и познавательных мотивов.

Решая эти задачи в ходе повседневной работы, педагог обращает внимание на детей, которые более активно, более удачно справляются с поставленными целями, проявляют творческий и креативный подход к решению задач. Уже на начальных этапах работы учитель выделяет одарённость ребёнка. На начальных этапах работы с детьми важно увидеть, отметить, поддержать, а затем и развивать эту одарённость. Наряду с ежедневно качественно выполняемой работой со всем детским коллективом так же важно направить одарённого ребёнка не только на получение определённого объёма знаний, но и на творческую его переработку, воспитать способность мыслить самостоятельно, на основе полученного материала.

В работе с одаренными детьми в целях их социализации из всех современных педагогических технологий наиболее эффективной является технология проектной деятельности, метод исследовательского проектирования. У одарённых детей чётко проявляется потребность в исследовательской и поисковой активности – это одно из условий, которое позволяет учащимся погрузиться в творческий процесс обучения и воспитывает в нём стремление к открытиям, активному умственному труду самопознанию. Педагогическая деятельность и опыт работы в данном направлении показывают, что использование проектной деятельности, в большей мере исследовательской, возможно при обучении различным дисциплинам, входящим в школьную программу, а так же во внеурочной деятельности.

Почему именно на проектно-исследовательский метод возлагаются надежды в большей степени? Дело в том, что именно в начальной школе должен закладываться фундамент умений, знаний и навыков активной, творческой, самостоятельной деятельности учащихся, приёмов анализа, синтеза и оценки результатов своей деятельности. А исследовательская работа – один из важнейших путей в решении данной проблемы.

Работу с детьми в этом направлении я веду с 2011 года. За эти годы было изучено много материала, опробованы различные направления и виды проектов. С каждым новым набором детей в школу, при начале обучения в школе целесообразно проводить первичное изучение способностей ребёнка в целом, в том числе и способность к исследованию, творчеству. С целью изучения исследовательского навыка в самом начале обучения детям предлагается пройти тест на выявление уровня развития исследовательских навыков**.** Данные, полученные после прохождения данного тестирования, позволяют делать вывод об уровне познавательных, творческих способностях и в дальнейшем строить свою работу по организации исследовательской деятельности с их учётом, более продуктивно.

Дети младшего школьного возраста по природе своей исследователи и с большим интересом участвуют в различных исследовательских делах. Успех исследования во многом зависит от его организации. Организуя учебно-исследовательскую деятельность младших школьников, для достижения значимых результатов необходимо следовать правилам: поставленная перед ребёнком проблема и обозначенная тема должны быть актуальными, значимыми для ребенка, исследовательская работа должна выполняться им добровольно, с охотой и желанием. Важно опираться на доступный и понятный материал, в соответствии с его возрастными и психологическими особенностями.

Какие же актуальные проблемы могут заинтересовать младшего школьника, с какими вопросами обращается ребёнок к взрослым, какие темы его интересуют? Зачастую внутренний конфликт и желание его разрешить возникает у ребёнка в ходе общения со взрослыми и получении от них конкретных инструкций и правил: почему? зачем? Отсюда большая заинтересованность и важность в исследовании таких вопросов, как формирование ценностных ориентиров, в том числе отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, состояние окружающей среды и влияние на неё человека, положительное эмоциональное состояние. Данные темы понятны и доступны для понимания маленьким исследователем. Наша школа с 2017 года участвовала в программе РИП в статусе ОЭП, а с 2021 года является областным научно-методическим центром по теме «Интеграция здоровьеформирующей деятельности образовательной организации и физкультурно-оздоровительных учреждений социума как фактор обеспечения её конкурентоспособности». Поэтому в организации проектной деятельности темам здоровья, экологии и социального направления также уделяется большое внимание.

В моей практике обучающимися под моим руководством было реализовано множество самых разных проектов: индивидуальные и коллективные, творческие и исследовательские, краткосрочные и долгосрочные, социальные, экологические и многие другие. Множество проектов прошли через конкурсы различного уровня – от уровня класса и школы до всероссийского. Опыт представления таких проектов особо ценен для ребёнка при его переходе в основную школу.

Хочется отметить, что проектную деятельность ребёнка младшего школьного возраста можно организовать в различных условиях и на различных этапах образовательного процесса.

**На уроках** предлагаются проекты по тематике предмета. Они помогают более полно, наглядно представить изучаемый материал. Преимущественно это коллективные проекты, когда каждый ребёнок выполняет часть одной большой работы. Такие проекты имеют свою ценность – ощущение себя частью коллектива, видение своей работы в большом итоговом результате.

Также можно использовать форму групповой работы – одна большая тема делится на более мелкие подтемы, имеющие общую цель и задачи. Коллектив делится на группы, каждая группа выполняет исследование по своему направлению, распределяя роли и обязанности, в итоге все исследования объединяются в одну общую работу. Примером такого вида проекта стал проект «Скороговория».

При выборе тематики преимущественно практикуются проекты на *обобщение знаний по теме, разделу,* например: «Математика вокруг нас», «Значение имён прилагательных в жизни», «Рифмы в жизни людей», «Красная книга России», «Родословная моей семьи» и др.; *по сбору дополнительного материала* «Редкие и исчезающие животные нашего края», «Старинные меры длины и веса», «Памятники р.п. Новоспасское», «Народные приметы в современном мире» и др.

Очень продуктивно использовать проектный метод **во внеурочной деятельности**, в моём случае это объединение внеурочной деятельности общеинтеллектуального направления «Умники и умницы». Здесь используются групповая форма и индивидуальные проекты, так как проекты основываются на индивидуальных интересах ребёнка, его личных качествах и способностях. В моей практике на занятиях по внеурочной деятельности были реализованы такие индивидуальные проекты, как: «Эффективные способы определения качества питьевой воды из источников р. п. Новоспасское», «Вторая жизнь Новогодней ёлки», «Ногти: красота = здоровье?» и др.

Большой опыт в данном направлении был получен в ходе реализации **спецкурса/занятий внеурочной деятельности «Проектная деятельность».** Данный спецкурс реализовывался в 3 классе, была разработана программа курса, включающая в себя разделы теоретических знаний о проектной деятельности и практические занятия по реализации основных видов проектов: групповой, коллективный, индивидуальный.

Опытработы педагога, научного руководителя ребёнка-исследователя, представлен мною в методическом пособии «Методических рекомендациях по организации работы над проектом «Народные приметы в современном мире».

Проекты обучающихся по данному направлению были представлены на конкурсах различного уровня и имеют следующие значимые награды:

- «Эффективные способы определения качества питьевой воды из источников р. п. Новоспасское», Олешкевич Яна, Региональный конкурс исследований младших школьников «Малая академия», 1 место.

-«Вторая жизнь Новогодней ёлки», Гришина Анастасия, Региональный конкурс исследований младших школьников «Малая академия», 3 место.

- «Народные приметы в современном мире», Морозов Максим, Всероссийский конкурс исследовательских и творческих работ (из перечня конкурсов согласно Приказу Минпросвещения России №390 от 24.07.2019), Диплом 3 степени. 8 региональный форум научных и творческих достижений учащихся Ульяновской области «Море талантов», 3 место.

- «Мой прадедушка - творческий человек», Дубаева Полина, Всероссийский конкурс исследовательских и творческих работ (из перечня конкурсов согласно Приказу Минпросвещения России № 390 от 24.07.2019), победитель заочного этапа. Диплом.

**Учебное занятие «Утром, вечером и днем осторожен будь с огнем»**

***Азизова Альфия Рустямовна,***

***учитель начальных классов***

***МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

**Цель:** формирование основ пожарной безопасности

**Задачи:** закреплять правила пожарной безопасности; прививать навыки осторожного обращения с огнем в быту; воспитывать чувство ответственности.

**Планируемые результаты:**

*предметные*– запоминать основные правила предупреждения пожара, научиться вызывать пожарных по телефону, характеризовать пожароопасные предметы, составить памятку «Как вести себя при пожаре».

*метапредметные:* научиться понимать учебную задачу занятия и стремиться её выполнить, планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей, устанавливать причинно-следственные связи, обобщать и делать выводы, задавать вопросы, контролировать себя и своего товарища,

*личностные:* работать в парах, рассказывать о назначении предметов противопожарной безопасности, формулировать выводы из изученного материала, отвечать на итоговые вопросы, оценивать свои достижения на занятии, работать со взрослыми: находить в Интернете информацию о пожарной безопасности, готовить сообщение.

**Оборудование**: Мультимедийный проектор, презентация на тему "Пожарной безопасности", карточки с заданиями, головные уборы, медальки, кружки, стикеры, телефон, разрезные картинки, музыка для конкурса, призы, медальки, обручи, ведёрки с водой, влажные салфетки.

**Оформление:** Плакаты на противопожарную тематику; детские рисунки на тему «Осторожно, огонь!»

**Ход занятия**

**1. Оргмомент. Мотивация на занятие** *Слайд*

*Ведущий:* Я рада вас снова видеть. У нас сегодня гости, давайте с ними поздороваемся. У каждого из вас на столе лежат круги, выберите тот кружок, который соответствует вашему настроению на начало занятия. Красный - отличное, жёлтый - хорошее, синий - немного грустное.

**2. Введение в тему занятия. Постановка учебной задачи**

Сегодня к нам на занятие пришли герои мультфильма "Смешарики". Ёжик и Крош. Встречайте их*. (Музыка)*

*Гости* **–** Здравствуйте, ребята. Мы сейчас прочитаем отрывки из книг, а вы отгадайте из каких произведений строки.

ЁЖИК

Тили-тили-тили-бом!

Был у кошки новый дом.

Ставенки резные,

Окна расписные.

А кругом **–** широкий двор,

С четырёх сторон забор.

КРОШ

Замяукали котята:

«Надоело нам мяукать!

Мы хотим, как поросята,

Хрюкать!»

А за ними и утята:

«Не желаем больше крякать!

Мы хотим, как лягушата,

Квакать!»

*Ведущий:**Слайд*

- Ребята, кто знает, из каких произведений эти отрывки?

(С.Я.Маршак «Кошкин дом», К.И.Чуковский «Путаница»)

*Ведущий:*

- Ёжик, Крош, а почему вы принесли именно эти произведения?

ЁЖИК: В них описывается одинаковое страшное событие, и мы бы хотели помочь героям книг, но пока не знаем как.

*Ведущий:* Ребята, а что случилось в этих произведениях? (Произошёл пожар.)

Кто догадался чему будет посвящено наше занятие? Правильно, мы сегодня поговорим с вами о противопожарной безопасности *(Открываю тему на доске).*

*-*Давайте поставим цель занятия. Познакомимся с правилами поведения при пожаре. Закрепим правила пожарной безопасности.

- Чтобы достичь цели, надо составить план занятия, как мы будем добиваться этой цели.

1. Узнать новое

2. Домашнее задание

3. Работа в группе

4. Практическая работа

5.Эстафета

- Почему же произошёл пожар в произведениях, которые прочли нам? (Игра со спичками, неправильное обращение с огнём). Такая беда может случиться с каждым, если не соблюдать правила пожарной безопасности.

**3.Расширение представлений об огне**

- Что же является причиной пожара? Загадка.

Шипит и злится

Воды боится.

С языком, а не лает,

Без зубов, а кусает*. (Огонь)*

*Ведущий***:** Огонь - давний друг человека. С его помощью совершается много полезных дел. Каких? (не приготовили бы еду, было бы холодно, не посмотрели телевизор, не погладили бельё, огонь помогает вырабатывать электроэнергию и т.д.). Действительно, при помощи огня человек обеспечивает себя теплом и светом. Но огонь бывает смертельно опасным, когда забывают об осторожным обращении с ним.

- И сегодня мы вспомним, что надо делать, чтобы не случился пожар. И что надо делать, если все-таки произошла такая беда. Будем вместе преодолевать испытания, помогая друг другу, чтобы стать внимательными и осторожными

**а) Представление групп. Работа в группе.**

**Ведущий -** Работать будете в группах.

Итак, представьтесь 1 группа. Команда №1 01.

Девиз: "При пожаре не сидим - набираем 01"

Команда № 2 "Огоньки" Девиз: "Чтобы в ваш дом не пришла беда, будьте с огнем осторожны всегда"

**Ведущий** - Давайте вспомним правила общения в группе.

1. Работать должен каждый на общий результат

2. Один говорит, другие слушают.

3. Своё несогласие высказывает вежливо.

**б) Проверка домашнего задания.**

**1 команда "01"** расскажет про "Пожар в доме" Какие правила нужно выполнять, чтобы не случилось пожара.(*не баловаться спичками, не суши бельё над плитой, уходя из дома, не забывай выключать электроприборы.)*

Дома мы отдыхаем, занимаемся любимыми делами, поэтому стараемся окружить себя удобными вещами.

**2 команда «Огоньки**» Расскажет о электроприборах в доме*. (Нельзя пользоваться неисправными электроприборами, самим чинить, разбирать, не оставлять без присмотра* *нельзя, трогать электроприборы мокрыми руками, не заливать горящие электроприборы водой, пока их не выключите.)*

*Оценивание. Жюри*

**в). Задание для групп. Загадки.**

Дым столбом поднялся вдруг

Кто не выключил …………утюг…….

Красный отблеск побежал

Кто со спичками……………играл.

Стол и шкаф сгорели разом

Кто сушил белье над ………газом…….

Помни каждый гражданин

Это номер …………01….

Дым увидел не зевай

И пожарных …………вызывай…….

Это всем должно быть ясно

Что шутить с огнем …………опасно…

(СЛОВА: играл, утюг, газом, 01, опасно, вызывай)

**г) «Сложи картинку**» Что случилось на картинке?

***Физминутка*** (*Игра «Это я, это я и со мной мои друзья»)*

Я буду читать стихи, если вы согласны с тем, что я сказала, вы остаетесь на месте, маршируете и говорите «Это я, это я. Это все мои друзья!». Если вы не согласны – садитесь, как бы прячетесь. «Не я»

Кто задорный и веселый,

Верность, правилам храня,

Бережет свой дом и школу от коварного огня?

Кто поджег траву у дома,

Подпалил ненужный сор?

И сгорел гараж знакомых,

И строительный забор.

Кто соседней детворе

Объясняет во дворе.

Что игра с огнем недаром

Завершается пожаром?

Кто украдкой в уголке

Жег свечу на чердаке?

Кто из вас заметив дым набирает 01?

Дым столбом поднялся вдруг,

Кто не выключил утюг?

Кто костры не поджигает

И другим не разрешает?

Кто пожарным помогает,

Правила не нарушает,

Кто пример для всех ребят?

**4. Практическая работа «Вызов пожарных»**

(Здравствуйте, меня зовут. Мне нужна помощь, в доме пожар. Назвать, что горит. Наш адрес. Можно не поздороваться, так как нет времени)

*Ведущий:* Послушайте загадку и скажите, кто всегда готов прийти на помощь, если случился пожар?

Смел огонь, они смелее,

Он силён, они сильнее,

Их огнём не напугать,

Им к огню не привыкать!

На борьбу с пожарами направляются очень смелые, отважные люди, порой рискуя своей жизнью. Чем тушат пожар? *(водой, пеной, песком)*

**5.Эстафета «Тушение пожара»**

(Один игрок команды добегает до указанного места с ведёрком воды, возвращается обратно, передаёт ведёрко следующему игроку).

**6.Конкурс капитанов. Ситуации**

*Ведущий:* Ребята, скажите, как покинуть помещение, слишком задымлённое? *При пожаре дым гораздо опаснее огня.*

*При задымлённом помещении, надо продвигаться на четвереньках, ползком, т.к. внизу скапливается меньше ядовитых газов. При этом прикрыть органы дыхания влажной тряпкой, поскольку дым очень токсичен, а горячий воздух может обжечь легкие.*

**«Задымление»**

(Игрок с мокрым платочком у лица, бежит на корточках, подлезает под воротца и возвращаясь к команде, передаёт эстафету.)

*Оценивание. Жюри*

*Ведущий:*В завершение нашего занятия вам нужно составить Памятки-инструкции. На розовых листочках у вас в таблице есть начало фразы и окончание. Нужно их соединить, чтобы получились верные правила ПБ.

**Соедините начало фраз с их окончаниями, и вы получите правила пожарной безопасности и действий при пожаре.**

|  |  |
| --- | --- |
| *1.     Огонь нельзя оствлять…*  *2.     Если увидишь пламя –…*  *3.     Вызывай пожарных…*  *4.     От огня…*  *5.     Из горящего помещения…*  *6.     Опасней всего при пожаре…* | *… по телефону 01. …нельзя прятаться. … без присмотра. … зови на помощь взрослых. … дым. …надо быстро уйти.* |

*Проверим на экране.*

*Ведущий:* Давайте повторим правила безопасного поведения**.** *Стихи*

*1ученик:* Для забавы, для игры

Спичек в руки не бери.

Коробка спичек хоть мала,

Но может много сделать зла.

*2 ученик:* Сам костер не разжигай

И другим не позволяй:

Даже крошка-огонек

От пожара недалек.

*3 ученик:*

Газ на кухне, пылесос ли,

Телевизор и утюг,

Пусть включает только взрослый –

Наш надежный старший друг.

*4 ученик:* Если же большой огонь,

Дымом все объято,

Выбегать из дома вон

Надо всем ребятам.

И на помощь поскорей

Ты зови, зови людей.

*5 ученик:* Если же стряслась беда,

Что тогда нам делать?

Нужно 01 набрать

И быстрей пожарных звать!

*6 ученик:*

Не шути, дружок, с огнем,

Чтобы не жалеть потом.

Будьте с огнем осторожны, дети,

Твердо запомните правила эти

**Рефлексия. Итог.**

- Итак, вы показали хорошие знания правил пожарной безопасности. Прошу вас ответить на вопросы поднятием рук:

– Кто узнал новое о Правилах Пожарной Безопасности?

– Кто что-либо забыл, а сегодня вспомнил?

– Кто считает, что хорошо запомнил П.П.Б.?

– Кому было интересно?

-А сейчас вспомните всё наше занятие, все этапы и выберите тот этап урока, который больше всего понравился. Прикрепите стикер.

- Возьмите теперь кружок и отметьте своё настроение на конец занятия.

-Я желаю вам, чтобы вы были всегда внимательными и осторожными.

Спасибо за работу. Вы молодцы! Вы действительно, знаете правила пожарной безопасности и постарайтесь эти правила выполнять. Вы награждаетесь медальками за эти знания и ручками, которые будут напоминать о нашем занятии.

**Урок русского языка в контексте современных**

**здоровьесберегающих образовательных технологий**

***Байбикова Елена Николаевна,***

***заместитель директора по УВР,***

***учитель русского языка и литературы***

***МОУ СШ № 2 р. п. Новоспасское***

***Токмакова Марина Юрьевна,***

***учитель русского языка и литературы***

***МОУ СШ № 2 р. п. Новоспасское***

**«**Забота о здоровье –

это важнейший труд воспитателя.

От жизнедеятельности, бодрости детей

зависит их духовная жизнь, мировоззрение,

умственное развитие, прочность знаний,

вера в свои силы…»

В.А. Сухомлинский

Здоровье человека – это самое ценное, что у него есть, что обеспечит ему долгую жизнь и благополучие. Поэтому очень важным является сохранение и укрепление здоровья, привитие навыков здорового образа жизни с детства*. Идея здоровьесбережения* учащихся в образовании – красная нить национального проекта «Образование», президентской инициативы «Наша новая школа».

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом образования укрепление физического и духовного здоровья учащихся, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни – одно из требований к результатам обучения.

*Здоровьесберегающие образовательные технологии*– это комплекс концептуально взаимосвязанных между собой задач, содержания, форм, методов и приемов обучения, сориентированных на развитие ребенка с учетом сохранения его здоровья.

Понятие «здоровьесберегающие технологии» объединяет в себе все направления деятельности учреждения образования по формированию, сохранению и укреплению здоровья учащихся.

*Здоровьесберегающие технологии* – это условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания); рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями); соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка; необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

*Цель здоровьесберегающих технологий*– сбережение здоровья учащихся от неблагоприятных факторов образовательной среды, обеспечение школьнику возможности сохранения здоровья в период обучения в школе, способствование воспитанию у учащихся культуры здоровья. формирование у школьников необходимых УУД по здоровому образу жизни и использование полученных знаний в повседневной жизни.

*Задачи* здоровьесберегающих образовательных технологий в свете внедрения ФГОС - сбережение и укрепление здоровья учащихся, формирование у них ценности и культуры здоровья, выбор образовательных технологий, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье школьников.

Эти технологии используют принципы, методы и приёмы обучения и воспитания как современные, так и традиционные.

*Отличительные особенности здоровьесберегающих*

*образовательных технологий:*

- отсутствие назидательности и авторитарности;

- элементы индивидуализации обучения;

- наличие мотивации на здоровый образ жизни учителя и учеников;

- интерес к учебе, желание идти на занятия;

- наличие физкультминуток;

- наличие гигиенического контроля.

Здоровье ребенка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяются средой, в которой он живет. Для ребенка от 6 до 17 лет этой средой является система образования, т.к. с пребыванием в учреждениях образования связаны более 70% времени его бодрствования. По данным Минздрава РФ на сегодня каждый пятый школьник имеет хроническую патологию, у половины школьников отмечаются функциональные отклонения

*Задача каждого учителя* - изучить основы здоровьесберегающих технологий и оценивать свою деятельность с точки зрения здоровьесбережения своих воспитанников.

***Современный здоровьесберегающий урок русского языка.***

Урок – главное поле реализации здоровьесберегающих образовательных технологий. Включение в урок русского языка специальных методических приёмов и средств в значительной степени обеспечивает выполнение этой задачи и не требует больших материальных и временных затрат. Учебно-воспитательный процесс на уроке должен быть направлен на поддержание постоянства внутренней среды организма учащегося через соблюдение санитарно-гигиенических норм и требований, регламентированных СанПиНами; осуществление профилактических и психогигиенических мероприятий при организации обучения и воспитания школьника, учета его индивидуальных особенностей в определении темпов и уровня усвоения учебного материала и т.д.

Каким же должен быть современный здоровьесберегающий урок русского языка?

*Здоровьесберегающий урок русского языка должен:*

- воспитывать и стимулировать у детей желание вести здоровый образ жизни, учить их ощущать радость от каждого прожитого дня, показывать им, что жизнь - это прекрасно, вызывать у них позитивную самооценку.

Это урок, соблюдающий *«Условия здоровьесбережения»:*

- выполнение требований СанПиН;

- соблюдение этапов урока;

- использование методов групповой работы;

- использование интерактивных методов.

*Это урок русского языка, на котором выполняются*

*здоровьесберегающие действия:*

- оптимальная плотность урока;

- индивидуальное дозирование объёма учебной нагрузки и рациональное распределение её во времени;

- чередование видов учебной деятельности (самостоятельная работа, работа с учебником (устно и письменно), творческие задания и т.п.;

- оздоровительные моменты на уроке: физкультминутки, динамические паузы,

минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек.

***Пример структуры современного здоровьесберегающего урока***

***русского языка****:*

1.Приветствие (роль «разогревающего» упражнения).

*Например:*

*Рано утром я встаю,*

*Бога я благодарю,*

*Солнцу, ветру улыбаюсь*

*И при этом, не стесняясь,*

*Слово «здравствуй» говорю,*

*С кем встречаюсь поутру.*

*Всем здоровья я желаю,*

*Никого не обижаю.*

2.Проверка домашнего задания (построена как рефлексия (что было трудно-легко, интересно-неинтересно, что удалось узнать от родителей).

3.Вводная часть урока организуется как актуализация знаний по теме урока.

4.Основная часть формулирует новые представления (это наиболее информативная часть урока).

5.Заключительная часть используется для закрепления.

6.Итог урока предполагает обобщение и осмысление полученного опыта. Важное условие урока - это создание положительной психологической атмосферы, активность каждого участника, использование методов групповой работы.

*Использование элементов здоровьесберегающих технологий*

*на уроках русского языка.*

В своей педагогической деятельности мы, опираясь на опыт коллег, на уроках русского языка используем следующие элементы здоровьесберегающих технологий в соответствии с особенностями каждого возраста на основе личностно-ориентированного подхода к детям.

*Режим динамической смены поз.*

Из элементов здоровьесберегающей технологии В.Ф. Базарного ввели режим динамической смены поз. В.Ф. Базарный предлагает вариант использование конторки. У нас в кабинете пока одна конторка, ею пользуется тот, кто желает.

*Динамические игры и паузы.*

Для закрепления мысли человеку необходимо движение. И.П. Павлов считал, что любая мысль заканчивается движением. Многим людям легче мыслить при повторяющихся физических действиях, например, при ходьбе, покачивании ногой, постукивании карандашом по столу и т.д. На двигательной активности построены все нейропсихологические коррекционно-развивающие программы. Вот почему следует помнить, что неподвижный ребенок не обучается. В процессе работы мы широко применяем динамические игры и паузы, которые хорошо развивают психоэмоциональную устойчивость и физическое здоровье детей, повышают функциональную деятельность мозга и тонизируют весь организм. Примеры физминуток и динамических пауз в многообразии представлены в современной методической литературе, и подобрать ту или иную подвижную игру не представляет сложности для педагога.

*Кинезиологические упражнения.*

Кинезиология – это методика сохранения здоровья путем воздействия на мышцы тела, т.е. путем физической активности.

Кинезиологические методы позволяют активизировать различные отделы коры больших полушарий, что способствует развитию способностей человека.

Кинезиологические упражнения – комплекс движений, позволяющий активизировать межполушарное взаимодействие, когда полушария обмениваются информацией, происходит синхронизация их работы. В ходе систематического использования кинезиологических упражнений у ребенка развиваются межполушарные связи, улучшается память и концентрация внимания, наблюдается значительный прогресс в управлении своими эмоциями.

В случае, когда детям предстоит интенсивная нагрузка, работу мы начинаем с кинезиологического комплекса, например, «Зеркальное рисование»:

- Положите на стол чистый лист бумаги. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки (квадраты, треугольники, горизонтальные линии), буквы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличивается эффективность работы всего мозга.

*Цветотерапия*

Помогает сохранить здоровье школьника на уроках русского языка цветотерапия, оформленная в виде презентации и цветовых кругов, демонстрируемых на классной доске (диаметр - 30 см).

*Значение цветотерапии*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Цвет** | **Значение** | **Использование** |
| Красный | Наделяет чувством безопасности, уверенностью в завтрашнем дне, помогает проще справиться с неприятностями. Положительно влияет на негативные психические состояния: апатия, депрессия, страх, неуверенность в себе. | Перед важными мероприятиями, когда нужно быть в тонусе, активизирует умственные способности детей, для всех видов контроля. |
| Жёлтый | Способствует релаксации и вселяет оптимизм. Пробуждает умственную активность, бодрит и оживляет разум и душу, несёт хорошее настроение, помогает справиться с состоянием подавленности, настраивает на оптимистический лад. | Уменьшает чувство страха у детей во время проведения диктантов по русскому языку. |
| Синий | Успокаивает разум и имеет освежающий эффект. С его помощью можно уравновесить беспокойство и устранить неуверенность.Располагает к серьезности, строгости в поведении. | Тонизирует умственную активность при проведении контрольных работ по русскому языку. |
| Зелёный | Оказывает расслабляющее, успокаивающее воздействие. | Успокаивающе воздействует на всех этапах урока. |
| Голубой | Снижает кровяное давление, успокаивает. | Успокаивающе воздействует на всех этапах урока. |
| Фиолетовый | Возбуждает деятельность сердца и легких, увеличивает сопротивляемость организма к простудным заболеваниям | Используется как профилактическое средство. |
| Черный | В небольшой дозе – сосредотачивает внимание. | Тонизирует умственную активность при проведении контрольных работ по русскому языку. |

*Упражнения для глаз*

Основной объем информации дети получают через зрительный анализатор. Установлено, что эффективность зрительного восприятия повышается в условиях широкого пространственного обзора. Отличительной особенностью методики обучения детей в режиме «зрительных горизонтов» является то, что дидактический материал размещается на максимально возможном от детей удалении.

Каждому упражнению можно придать игровой или творческий характер. Например, на кончик указки прикрепляется изображение жёлтого листочка и предлагается проследить глазами, как листочек кружится под порывом ветра по заданной траектории. Систематические занятия по схеме способствуют снижению психической утомляемости, избыточной нервной возбудимости, агрессии

Упражнения для глаз (Приложение 4) хорошо сочетаются с общими физическими упражнениями. Например, игра «Весёлые человечки». На карточках, которые быстро показывает учитель, схематично изображены человечки, выполняющие различные гимнастические упражнения. Размер изображения 1-2 см. Дети должны вначале рассмотреть человечка, а затем повторить его движения.

«Письмо носом» (снижает напряжение в области глаз) – закройте глаза. Используя нос как длинный карандаш, пишите или рисуйте что-нибудь в воздухе. Глаза при этом мягко прикрыты.

*Мимические упражнения*

На карточках нарисованы лица с различными выражениями: улыбающиеся, грустные, испуганные, либо Дети их копируют. А также можно предложить карточки с изображением эмоций. Дети их повторяют.

*Релаксация*

Релаксация – комплекс расслабляющих упражнений, снимающих напряжение мышц рук и ног, мышц шеи и речевого аппарата. Все упражнения на релаксацию проводятся под спокойную расслабляющую музыку

*Упражнение «Путешествие на облаке»*

- Сядьте удобно и закройте глаза. Два раза глубоко вдохните и выдохните. Я хочу пригласить вас в путешествие на облаке. Прыгните на белое пушистое облако, похожее на гору из пухлых подушек. Облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуете, как ветер овевает ваши лица? Здесь в небе все тихо и спокойно. Пусть облако перенесет вас в такое место, где вы будете счастливы. Здесь может произойти что-нибудь чудесное и волшебное. А теперь облако везет вас назад. Спуститесь с облака и поблагодарите его за то, что оно так хорошо вас покатало. Потянитесь, выпрямитесь, и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными.

*Упражнения на растяжки и чередование мышечного напряжения и расслабления.*

Великий философ Платон, всю жизнь занимавшийся гимнастикой, называл хромыми людей, пренебрегавших ежедневной тренировкой мышц.

А) «Снеговик»

- Зима – снеговик крепкий, как лёд. Пришла весна – снеговик начал таять.

Б) «Тряпичная кукла и солдатик»

- Кукла – ножки и ручки мягкие, голова наклонена вперед, спина расслаблена. Солдатик – прямая осанка, голова поднята, мышцы рук и ног напрягаются.

*Дыхательно-голосовые игры и упражнения*

Дыхательные упражнения используются на уроках русского языка с материалом устного характера. Эти регулярные упражнения способствуют профилактике заболеваний дыхательных путей, поскольку учат правильно дышать.

Используемые на уроках скороговорки, упражнения дыхательного характера, позволяют преодолеть моторно-закрепощенную и статическую позу у учащихся. Они обеспечивают, наряду с физкультминутками, высокую работоспособность в течение всех занятий, позволяют развивать слуховую память, а также снимают утомления и дают возможность избежать переутомления.

*Дыхательно-голосовые игры и упражнения на материале слогов, слов, предложений и фраз*

А) «Свеча» (упражнение на развитие дыхания без участия речи) – И.П. – сидя за столом. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох носом - и животик становится как «шарик», и постарайтесь одним выдохом задуть свечу (выдох – «шарик сдувается»). А теперь перед вами 5 маленьких свечек. Сделайте вдох и задуйте свечки маленькими порциями выдоха.

Б) «Имитации» (упражнение на развитие дыхания с участием голоса) – подражаем гудку парохода («у»), вою ветра («в»), писку комара («з»), произнося звуки тише или громче в зависимости от удаления объекта. Необходимо заметить, что развитие правильного дыхания способствует общему оздоровлению и является одной из составляющих произвольной саморегуляции.

*Работа с текстом*

1. Словарная работа.

Дети списывают с доски слова: спасибо, пожалуйста, с добрым утром, спокойной ночи, здравствуйте. Учитель просит подумать, что общего между этими словами, и продолжить список. Затем говорит: «Дети, слова, которые вы написали, называют волшебными. Они добрые, ласковые. Такими становятся и люди, которые их говорят и которые их слышат. Говорите чаще их друг другу. Когда люди здороваются, они желают здоровья, а желания рано или поздно исполняются, давайте вместе скажем:

– Я хочу быть здоровым. – Я могу быть здоровым. – Я буду здоровым.

2. Контрольное списывание текстов о здоровье

3. Анатомический диктант

4. Разбор слова по составу:

Пясть - пястные кости - запястье.

Перст – персты – перстень - перстенёк.

Ладонь – ладья – ладушки – оладьи – ладошки – ладоши.

Пальцы – пяльцы – пялить глаза.

Ухо – подушка – заушница – заушная область.

Изучая русский язык, школьники познают смысловое значение и происхождение слов, обозначающих части тела. Пясть – это пять лучеобразно расположенных косточек, формирующих основу ладони. Кости пясти называются пястными. Запястье – часть кисти, соединяющая её с предплечьем. Первый ряд слов объединяет корень «пяст».

Перст – старинное название пальца руки. «Перст» - корень слов второго ряда.

« Перстами лёгкими как сон моих зениц коснулся он» (А.С. Пушкин)

Ладья – это большая лодка. Ладонь в согнутом положении образует углубление, напоминающее ладью, откуда и получила своё название.

Разбирая слова с корнем «- ух - (- уш -)», назовём слово «заушница». Так называется воспаление околоушной слюнной железы, другое название болезни – свинка. Заболевание заразное, передаётся через воздух. Через воздух плохо проветренной комнаты можно заразиться и корью, дифтерией, гриппом и даже туберкулёзом. Но никто не заболеет, если мы будем на каждой перемене выходить из класса и хорошо его проветривать, а также постоянно укреплять здоровье.

5. Творческие работы

Творческий характер образовательного процесса *–* крайне необходимое условие здоровьесбережения. Включение ребёнка в творческий процесс не только природосообразно, служит реализации той поисковой активности, от которой зависит развитие человека, его адаптационный потенциал, способствует достижению цели работы школы – развитию личности учащегося, но и снижает вероятность наступления утомления. Цепочка взаимосвязи здесь простая: обучение без творческого заряда – неинтересно, а значит, в той или иной степени, является насилием над собой и другими. Насилие же разрушительно для здоровья, как через формирование усталости, так и само по себе.

Русские народные пословицы – кладовая мудрости народа. Они отражают национальные традиции. Хорошо, если дети следуют им. В качестве творческих работ использую сочинения – миниатюры по пословицам: Больному и мёд не вкусен, а здоровый и камень ест. Яблоко в день – уходит доктор в тень. Здоровье всего дороже. Без труда нет добра! Терпенье дает уменье. Терпенье и труд все перетрут! Чистота – залог здоровья. Здоровье разум дарит. Кто долго жует, тот долго живет. С курами ложись, с петухами вставай.

*Уроки в «движении»*

В Древней Греции очень ценились занятия физическими упражнениями. Было замечено, что именно при ходьбе, в движении лучше думается. Продолжателями греков можно считать японцев, у них есть правило: каждый день необходимо совершить 10000 шагов, и это является одной из причин долголетия японцев. Поэтому мы проводим уроки в « движении», например при изучении имени прилагательного, организуется небольшая экскурсия, где в процессе ходьбы дети называют признаки встречающихся предметов, определяют их род, число и т.д.

*Пример учителя*

Напомним принципиальный педагогический тезис, особенно значимый для проблемы здоровьесбережения: пример учителя по всему спектру внешних проявлений - образец для учащихся, причем, во многом на подсознательном уровне.

Учителю следует обратить внимание на:

1. личные, психологические особенности характера, свои эмоциональные проявления;

2. состояние своего здоровья, образ жизни и отношение к своему здоровью;

3.обременение собственными проблемами, способность психоэмоционального переключения;

4.профессиональную подготовленность по вопросам здоровьесберегающих образовательных технологий.

Подводя итог сказанному, нужно отметить необходимость того, чтобы и сами школьники ощущали ответственность за состояние своего зрения, осанки, нервной системы, понимали, что только совместными усилиями можно получить необходимые результаты.

*Заключение*

Эффективность использования здоровьесберегающих технологий в рамках реализации ФГОС прослеживается в возросшем уровне компетентности учащихся в вопросах здоровьесбережения, в развитии их физических навыков, двигательной активности и, в целом, на общем состоянии здоровья детей, что выразилось в снижении простудных заболеваний, положительных изменениях в состоянии здоровья учеников.

Правильная организация обучения даёт возможность предотвратить перегрузки и усталость у школьников, а также помогает детям осознать важность сохранения здоровья.

*Каковы же результаты внедрения в обучение элементов здоровьесберегающей технологии?*

-снижение показателей заболеваемости детей, улучшение психологического климата в коллективах, повышение мотивации к учебной деятельности, прирост учебных достижений.

Учителям, освоившим эти технологии, становится легче и интереснее работать, поскольку исчезает проблема учебной дисциплины и открывается простор для педагогического творчества.

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

**Литература:**

1. Алексеева К. И. Работа школы N 521 по программе "Образование и здоровье" / К. И. Алексеева //Завуч. - 2005. - N 8. - C. 121-123.
2. Коба И. Биологический ритм ребенка и расписание уроков / И. Коба //Директор школы. - 2003. - N2. -С.127-128.
3. Э.М.Казин «Здоровьесберегающие технологии в школе», М.: 1999.
4. «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
5. Зайцев, Г. К., Колбанов, В. В., Колесникова, М. Г. Педагогика здоровья [Текст]: образовательные программы по валеологии / Г. К. Зайцев, В. В. Колбанов, М. Г. Колесникова. – СПб., 1994.
6. Басов, А. В., Тихомирова, Л. Ф. Требования к программам «Здоровье» образовательных учреждений [Текст] / А. В. Басов, Л. Ф. Тихомирова // Здоровье наших детей. – 2002. – №1.

**Применение элементов здоровьесберегающих технологий**

**на уроках английского языка**

***Пашкеевич Елена Александровна,***

***учитель английского языка***

***МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

**Аннотация.** Успеваемость детей напрямую зависит от их физического и психического здоровья. Чем лучше ребенок чувствует себя в процессе обучения, тем выше будет уровень его успеваемости. Для того чтобы добиться наибольшей эффективности урока следует организовать урок с позиции здоровьесбережения учащихся.

**Ключевые слова:** организация урока с позиции здоровьесбережения, гигиена урока.

Состояние здоровья подрастающего поколения – важный показатель благополучия общества, государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее. Здоровье детей и подростков в любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях является актуальнейшей проблемой и предметом первоочередной важности, так как оно определяет будущее страны, генофонд нации, научный и экономический потенциал общества и, наряду с другими демографическими показателями, является чутким барометром социально-экономического развития страны. Использование здоровьесберегающих технологий позволяет легче и успешнее овладеть необходимыми знаниями на уроке, преодолеть трудности, позволяет достичь цели и решить не только задачу обучения английскому языку, но и сформировать у них установку на здоровый образ жизни.

Задача учителя - выбрать адекватные возрасту учеников образовательные технологии, которые устраняли бы перегрузку и сохраняли их здоровье.

*В организация урока с позиции здоровьесбережения* можно выделить 4 основных правила построения урока:

*ПРАВИЛО № 1.* Правильная организация урока.

*ПРАВИЛО №2.* Использование различных каналов восприятия (аудиальное, визуальное, кинестетическое).

*ПРАВИЛО № 3.* Учет работоспособности учащихся.

*ПРАВИЛО № 4.* Распределение интенсивности умственной деятельности.

При планировании и проведении уроков английского языка в начальной школе обязательным условием будет учет всех этих правил и четкое следование им.

Каждый классный коллектив (группа), на уроке состоит из учащихся, наделенных разными способностями и имеющих различные личностные особенности. Учитывая особенности каждого ребенка, учитель должен излагать материал на доступном языке.

Для учащихся с преобладающим *визуальным восприятием* педагог может предлагать письменные формы работы на уроке в разумном их сочетании с устными.

Для *аудиалов* важным способом восприятия будут прослушивание аудиозаписей, рассказов, песенок, диалогов и монологов, просмотр видеофильмов.

Для ребят с *кинестетическим восприятием* важными аспектами станут игровые моменты на уроке.

Помимо этого, необходимо учитывать основные потребности учащихся:

- потребность в движении;

- потребность в общении;

- потребность ощущать безопасность;

- потребность в похвале за каждый пусть маленький успешный шаг;

- потребность в прикосновении, рисовании, конструировании, мимике;

- потребность чувствовать себя личностью, и чтобы учитель относился к ним как к личностям.

Таким образом, учителю необходимо строить процесс обучения, основываясь на этих потребностях и применять технологии обучения, не только развивающие, но и позволяющие сохранить психическое и физическое здоровье учащихся.

Урок, организованный на основе принципа здоровьесбережения, не должен приводить к сильному утомлению учеников.

Утомление - это временное ухудшение состояния человека, выраженное в снижении его работоспособности.

О развитии утомления свидетельствуют увеличение количества ошибок в ответах учеников, отвлечение внимания, рассеянность, шум в классе.

При планировании учебного занятия нужно учитывать, что эффективность усвоения знаний учащимися в течение урока различается:

5 – 25-я минуты – 80 %,

25 – 35-я минуты – 60-40 %,

35 – 40-я минуты – 10 %.

Чем комфортнее ребенок чувствует себя в процессе обучения, тем выше будет уровень его успеваемости.

Количество видов деятельности на уроке должно быть оптимальным с учетом особенностей изучаемого предмета (опрос, чтение, монологические высказывания, составление диалогов, изучение грамматических тем). Также должны чередоваться и виды преподавания (словесный, наглядный, аудиовизуальный, самостоятельная работа). Обязательными на уроке в современной школе должны быть методы, способствующие активизации учащихся (игровые методы, исследовательские методы, метод проектов и т.д.). Проведение речевой зарядки как формы введения учеников в атмосферу иноязычного общения, элементы игры помогают сделать процесс обучения интересным и творческим.

Учитель должен следить за правильной позой учеников, т.к. смена видов деятельности требует смены позы учеников. На каждом уроке должны проводиться физкультминутки для поддержания общей учебной работоспособности и предупреждения утомления учащихся, динамические паузы, гимнастика для глаз.

Очень давно В. А. Сухомлинский писал: «Опыт убедил нас в том, что примерно у 85 % всех неуспевающих учеников главная причина отставания в учёбе – плохое состояние здоровья, какое-нибудь недомогание или заболевание, чаще всего совершенно незаметное и поддающееся излечению только совместными усилиями матери, отца, врача и учителя». Сейчас это наблюдение особенно актуально.

**Литература:**

1.Вайнер Э.Н. Формирование здоровьесберегающей среды в системе общего образования// Валеология.-2009.-№1.-С.21-26.

2.Здоровьесберегающая деятельность школы в учебно-воспитательном процессе: проблемы и пути их решения//Школа.-2010.-№3.-С.52-87.

3.Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии: школьник и компьютер. - М.: Вако, 2009.

4.Львова И.М. Физкультминутки//«Начальная школа», 2010. - № 10. С. 86

5.Науменко Ю.В. Здоровьесберегающая деятельность школы// Педагогика.-2008.-№ 6.-С.37-44

6.Петров К. Здровьесберегающая деятельность в школе//Воспитание школьников.-2009.-№2.-С.19-22.

7.Севрук А.И. Здоровьесберегающий урок/ А.И. Севрук, Е.А. Юнина// Школьные технологии.-2010.-№2.-С.200-207.

8.Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. - М.: АПК и ПРО,2008.-121с.

**Использование здоровьесберегающих технологий**

**на уроках истории и обществознания**

***Заглазеева Наталья Павловна,***

***учитель истории и обществознания МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

Снижение уровня показателей здоровья детей и подростков – актуальная проблема современного общества. Ее решение включает в себя множество аспектов: социальный, экономический, экологический, политический и т. д. Однако, по единодушному мнению специалистов, одно из ведущих мест среди них занимает культурный аспект, связанный с формированием у подрастающего поколения ценностного отношения к собственному здоровью. Уроки истории и обществознания, в свою очередь, позволяют формировать у подрастающего поколения ценностное отношение к жизни и здоровью, которое позволит успешно адаптироваться во многих сферах жизни на пути к самореализации, социальной адаптации.

Знания по сохранению и развитию здоровья детей являются важной составляющей профессиональной компетентности современного учителя, который должен владеть широким спектром здоровьесберегающих образовательных технологий, чтобы иметь возможность выбирать те, которые обеспечат в данных условиях успех конкретного обучающегося. В компетенции каждого учителя находится распределение объема учебной нагрузки по предмету и его соответствие возрастным и индивидуальным возможностям школьника, организационно-педагогические условия проведения урока (плотность, чередование видов деятельности, динамические паузы, учет психологического климата в классе, стиль педагогического общения, характер и формы проведения контроля знаний, индивидуальный подход к ученикам, степень ограничений в свободе естественного поведения обучающихся на уроке, соответствие используемых методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников). Рациональная организация учебного процесса необходима для предотвращения перегрузок, перенапряжения обучающихся, сохранения их здоровья. Применяя эти знания на практике можно создать благоприятную образовательную среду, способствующую воспитанию культуры здоровья школьника на основе преемственности здравотворческой деятельности.

***Итак, каким должен быть здоровьесберегающий урок:***

1. *С целью предупреждения утомления и усталости обучающихся* применяются дидактические игры, в урок включаются физкультминутки, вводится искусствоведческий материал, благоприятно воздействующий на эмоциональную сферу обучающихся, групповая и парная работа, эмоциональная передача содержания учебного материала, смена видов деятельности в течение урока от 4 до 7, выдача заданий, развивающих воображение, интуицию, эмоционально-чувствительное восприятие.

2. *Решая проблему гиподинамии и снижения интеллектуальной активности обучающихся*в течение урока, необходимо следить за их посадкой; на уроках в 5-6 классах проводить психофизические физпаузы, зарядку для глаз; использовать методы обучения, способствующие активизации и развитию инициативы обучающихся, их личного творчества: свободную беседу, исследовательскую работу, поисковую работу и беседу (с дополнительной литературой), выбор способа действия и т. п.

3. *Рациональная организация учебной деятельности обучающихся* предполагает использование на уроках видеоматериалов, так как это способствует развитию дискуссий, стимулирует познавательный интерес учащихся; индивидуальный и [дифференцированный](https://pandia.ru/text/category/differentciya/) подход в процессе обучения. Наличие комплекта [учебных пособий](https://pandia.ru/text/category/uchebnie_posobiya/) и карточек, материалов на электронных носителях с уровневыми заданиями. Учет интенсивности и длительности самостоятельной работы, разработка таблиц оценки трудности уроков, выделение мотивационных линий урока.

4. *С целью укрепления психологического здоровья обучающихся важно* добиться на уроке благоприятного психологического настроя с помощью создания ситуаций успеха для учащихся, корректности и объективности оценки деятельности, обучающихся на уроке, на основе искреннего уважения и доверия к обучающимся; избегать в собственном поведении отрицательных эмоций для себя и для учащихся, так как они являются здоровьеразрушающими; с целью создания ситуации успеха на уроке слабоуспевающим школьникам разрешается при ответе пользоваться опорным конспектом.

5. *Решая проблему ценностного отношения учащихся к собственному здоровью,* необходимо соблюдать санитарно-гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса (температурный и воздушный режим, освещение, чистота и порядок в помещении кабинета) в соответствии нормами СанПиН; обращать особое внимание на сохранность зрения учащихся: рассаживать детей на своих уроках с учетом состояния  их зрения, корректировать освещение в кабинете; организация динамической перемены после третьего урока, использование подвижных перемен, введение утренней зарядки перед первым уроком.

6. *Формируя у учащихся знания о здоровье*, включать в содержание урока вопросы, связанные со здоровым образом жизни, использовать задания для проведения самоанализа.

В качестве примера приведу примеры игровых технологий, которые использую на уроках в старших классах, чтобы избежать монотонности на уроках и дать возможность обучающимся творчески проявить себя:

- ролевая игра «Бюджет семьи» (тема «Семья и быт» 10 класс);

- игра «Политические партии» - создать свою политическую партию и определить ее цели на ближайшие 10 лет. Обсуждение - в какую партию вступили бы вы? Почему? (11класс);

- игра «Избирательная компания» (тема «Демократические выборы» 10 класс).

***Ролевая игра «Политические дебаты»***

***(11класс, тема «Политические идеологии»).***

Участники игры делятся на 5 групп - это члены парламента одной страны, избранные от своих партии и разделяющие соответствующие идейные позиции (либералы, консерваторы, националисты, социал-демократы, зеленые).

Предлагаются вопросы, представители каждого идейного течения заявляют свою позицию и готовы вступить в полемику с идейным противником.

*Повестка дня (обсуждаемые вопросы):*

1.О введении цензуры в СМИ с целью пресечения нападок на правительство, взявшего курс на наведение порядка в стране.

2.Об усилении государственной поддержки малоимущих слоев населения и о введении с этой целью новых налогов на крупный и средний бизнес.

3.Об укреплении института семьи введении запрета на разводы.

4.О строительстве новой атомной станции на юге страны для решения проблемы энергетической зависимости от других стран и оживление экономики региона.

После обсуждения вопросов все голосуют и принимают или отклоняют внесенное предложение.

Итоги игры: выделяются наиболее активные участники, выступление которых решающим образом повлияло на исход голосования.

Опыт показал, что самым трудным для школьников является отождествление себя с представителями того или иного идейного течения и умение с этих позиций вести дискуссию, а не со своих собственных. Игровые технологии позволяют сделать изучение темы урока интереснее и значимее, обучающиеся учатся формулировать свои мысли, аргументировать свою позицию, делать выбор, работать в команде, быть творчески активным.

С позиции здоровьесбережения на таких уроках происходит чередование видов учебной деятельности (чтение, выступление, слушание, ответы на вопросы), чередование поз обучающихся, наличие эмоциональных разрядок, использование учителем методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения, спокойное завершение урока и подведение итогов. На подобных уроках максимально проявляют себя обучающиеся с высоким интеллектуальным уровнем, работоспособностью, сильным типом нервной системы.

Уместна в старших классах технология личностно- ориентированного обучения. Эффективной формой работы являются семинарские занятия в целях углубления знаний по отдельным вопросам, формирования навыков самообразования. Так как заранее оговаривается круг обсуждаемых вопросов, то ученики в домашних условиях имеют возможность достаточно подготовиться в удобных для них режиме и условиях работы, заняться поиском интересных для них фактов, выбрать удобную форму выступления.

***Пример: Семинар в 10 классе «Природа человека».***

Вопросы:

1.Современные представления о природе человека.

2.Поиски смысла жизни человека.

3.Современные проблемы познания сущности человека.

Так как выступления подготовят как правило сильные и ответственные ученики, то я заранее прошу их подготовить по своему материалу несколько вопросов слушателям, чтобы активизировать остальных учеников на занятии.

Комбинированные уроки по обществознанию я успешно провожу с опорой на учебник Л. Н. Боголюбова «Обществознание», в котором к каждому параграфу есть задания, вопросы, документы, термины, темы для эссе или устного обсуждения, что соответствует требованиям здоровьесбережения.

Таким образом, я стараюсь на своих уроках создавать условия, которые способствуют сохранению здоровья детей. В целях предупреждения усталости, переутомления чередую различные виды учебной деятельности, позы обучающих, дозирую объем учебного материала и домашнего задания, даю разноуровневые задания, используя материалы ЕГЭ по обществознанию.

Многие темы обществоведческого курса пропагандируют здоровый образ жизни: «отклоняющееся поведение», «семейное право», «свобода и ответственность» и другие. Они учат понимать и контролировать свое поведение, приобщают к культуре здоровья содержанием учебного материала. На уроки я приглашаю педагога- психолога школы, социального педагога, медицинского работника, которые помогают формировать представление обучающихся о здоровье и здоровом образе жизни.

Используя данную технологию на уроках можно получить ожидаемые результаты:

- создание благоприятной образовательной среды, способствующей воспитанию культуры здоровья школьника на основе преемственности здравотворческой деятельности;

- повышение интереса детей к истории;

- развитие творческих способностей ребенка;

- повышение роли ученического самоуправления в формировании личности подростка;

- осознание подростками того, что здоровье – главная составляющая качества жизни.

**Здоровьесбережение на уроках физики**

***Аракчеева Татьяна Александровна,  
учитель физики и информатики  
МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

***Хисмятова Анастасия Вячеславовна,***

***учитель физики***

***МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

**Аннотация:** данная статья посвящена здоровьесбережению на уроках физики, использованию здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе, приведены основные факторы, влияющие на здоровье школьника.

**Ключевые слова**: здоровьесбережение, физика, здоровье, гигиеническое обучение и воспитание*.*

Нет ничего более важного, чем здоровье человека, а тем более, ребенка. В современном мире здоровье детей серьезная тема для разговоров. Так как основной рост и развитие ребенка приходиться на школьный возраст, всем участникам образовательного процесса просто необходимо создать условия для сохранения здоровья обучающихся.

Существует множество школьных факторов влияющих на здоровье учеников, например, это стрессовая педагогическая тактика, несоблюдение физиологических и гигиенических требований во время учебного процесса, недостаточная грамотность родителей и другие. В результате получается, что традиционная форма обучения создает у детей постоянные стрессовые перегрузки и способствует развитию хронических заболеваний.

Основная форма образовательного процесса - урок и именно от учителя зависит, как он будет выстроен. В школе дети проводят большую часть дня, и учитель обязан помочь сохранить ребенку здоровье, иначе это будет проявление непрофессионализма и бездушия. Я считаю, что одной из главных задач, помимо обучения, является сохранение здоровья детей. Но важно не только сохранить здоровье, но и сформировать знания и умения к здоровому образу жизни.

Физика одна из основных наук о природе, она является фундаментом естественных наук. В школе физика - это предмет, который выполняет не только образовательную и воспитательную, а также развивающую функции. Она дает возможность раскрывать целостную картину мира, развивать мышление, воспитывать эстетическое отношение к природе и самому себе, сохранять здоровья обучающихся.

Физику начинают изучать в 7 классе. В этом возрасте многие дети уже имеют различные хроническое и приобретённые заболевания. А так как физика один из наиболее сложных предметов, изучаемых в образовательном учреждении, то учащиеся испытывают колоссальные эмоциональные, психологические и физические нагрузки. Перед учителем физики встает задача не только качественно обучить школьников своему предмету, но и не причинить вред здоровью, учитывая уровень усталости и рабочее настроение детей. Для того чтобы выполнить эту задачу, необходимо поддерживать мотивацию к обучению. Например, можно использовать различные методы обучения на своём уроке. Современный учитель может выбрать подходящую инновационную методику в обучении различных предметов, в том числе, и на уроках физики. Это будет интересно не только обучающему, но и учителю.

Одна из таких методик - *проблемное обучение*. Оно заключается в том, что учащимся задают проблемные ситуации в учебной деятельности, те в свою очередь пытаются их разрешить, включая активную самостоятельную деятельность. Ребята подходят творчески к решению таких ситуаций и овладевают новыми знаниями, умениями и навыками, развивая мыслительную способность, при этом становится проще освоить предмет, а следовательно, не испытывать интеллектуальные нагрузки. Другая технология, позволяющая рационально распределить нагрузку школьника на уроке, способствующая снижению эмоционального напряжения, это *разноуровневое обучение.* Дифференцированный подход, позволяет раскрыть в полной мере способности сильного ученика, развивая его таланты и умения, при этом есть возможность помогать слабому обучающемуся, испытывая при этом свой учебный успех. Тем самым повышается мотивация к обучению. Один из самых интересных, на мой взгляд, это *проектный метод обучения*. Он помогает учащимся формировать и развивать творческие способности, причем индивидуальные, самостоятельно оценивать свои возможности и интересы в профессиональной деятельности и познавать самого себя. Исследовательский метод обучения формирует у детей способности к самостоятельному изучению проблемы, а также дает возможность глубоко вникать в нее, продумывать пути решения, это необходимо для развития мировоззрения и определения направления личностного развития обучающихся. Также для создания адаптированного пространства школьника можно использовать *технологию игровых методов*. Они бывают ролевые, деловые и тому подобное. Данный метод дает возможность к развитию познавательной деятельности и расширения кругозора, позволяет обеспечить психологическую разгрузку, а также учащиеся учатся общаться, тем самым развиваются коммуникативные навыки и умения.

*Данные технологии: проблемные, разноуровневые, проектные, исследовательские, игровые – это здоровьесберегающие технологии в обучении физике.*

Кроме того, учитель физики, как и другие учителя, предметники должен владеть приемами, которые направлены на сохранение здоровья обучающихся, а именно, чередование мыслительной деятельности с динамическими паузами, регулирование время на изучения сложного материала и самостоятельных работ, индивидуального темпа работ, гимнастики для глаз, проветривание кабинета согласно графику.

На уроках физики в школе систематики используются данные приемы.

*Динамические паузы.*

Например, при изучение темы «Плавание тел», называют детям различные физические тела. Если тело тонет в воде – ученики садятся, если всплывает - встают, если находится в равновесии - хлопают. На уроке по теме «Сила тяжести» учащиеся на себе испытывают действие гравитации, подпрыгивая на месте. На уроке по теме «Давление» можно предложить ученикам увеличить своё давление на пол в 2 раза (встать на одной ноге). Такие паузы можно использовать на всех этапах урока, они не только сохраняют здоровье, но и позволяют закрепить или повторить пройдённый материал.

Как показывают исследования, наиболее опасным фактором для здоровья человека является его образ жизни. Следовательно, если научить человека со школьных лет ответственно относиться к своему здоровью, то в будущем у него больше шансов жить, не болея. На сегодняшний день очень важно вводить вопросы здоровья в рамки учебных предметов. Это позволит не только углубить получаемые знания и осуществить межпредметные связи, но и показать ученику, как соотносится изучаемый материал с повседневной жизнью, приучить его постоянно заботиться о своем здоровье.

Так, на уроках физики практически любая изучаемая тема может быть использована для освещения тех или иных фактов, способствующих формированию правильного отношения учеников к своему здоровью. Сюда же можно отнести и профилактику детского травматизма, несчастных случаев, связанных с неправильным поведением ребенка в различных бытовых ситуациях.

Например, для тем, входящих в программу физики:

|  |  |
| --- | --- |
| **Тема** | **Вопросы здоровьесбережения** |
| Физика и физические методы изучения природы | Взаимосвязь природы и человеческого общества. Охрана окружающей среды. |
| Безопасность при работе со стеклянной посудой. Осуществление простейших физиологических измерений (вес, рост, частота пульса). |
| Инерция | Переход улицы на перекрестке. Правильность приземления во время прыжков. Правила безопасного спуска на лыжах с гор. |
| Механическое движение. Скорость. | Безопасность поведения на дорогах. Дорога глазами водителя. |
| Масса | Умение измерять массу, вес тела. Ожирение – угроза здоровью. |
| Сила | Предельно допустимая нагрузка поднимаемой тяжести для девочки, мальчика, взрослого человека. |
| Диффузия | Искусственное дыхание. |
| Смачиваемость | Гигиена кожи. Моющие и чистящие средства, правила хранения и использования. |
| Давление | Безопасная работа с режущимися и колющимися инструментами. |
| Атмосфера | Ароматерапия. |
| Атмосферное давление | Как мы дышим и пьем. Метеозависимость людей. |
| Давление внутри жидкости | Дайвинг. Требования безопасности. |
| Архимедова сила | Правила безопасного поведения на воде. Правила тушения бензина и спирта. |
| Температура. | Температура тела как показатель сопротивляемости человека |
| Законы постоянного тока | Оказание первой помощи при поражении током |
| Виды излучений | Влияние солнечной энергии на организм |
| Линзы. Построение изображений с помощью линз. | Дефекты глаз. Профилактика близорукости. |
| Понятие о телевидении | Телевидение и дети |
| Электромагнитное поле | Влияние компьютера на здоровье человека |
| Шкала электромагнитных волн | Защитные силы организма и здоровье |
| Биологическое действие радиоактивных излучений | Ионизирующая радиация и здоровье |
| Механика в спорте и искусстве | Рычаги в теле человека. Опорно-двигательный аппарат Физическое развитие человека. Механика сердечного импульса. Трение и учет на практике. |
| Механика в космонавтике и воздухоплавании | Влияние гравитации на человека. Состояние невесомости. Перегрузки и их влияние на человека |
| Механика в транспорте и строительных сооружениях | НТП и охрана окружающей среды |
| Мир звука.  Физика и музыка | Музыкальные инструменты как источники звука. Вопросы слуха человека. |
| Физика температур | Влияние температурных условий на жизнь человека. Насыщенные и ненасыщенные пары и их роль в жизни человека. Роль влажности и ее регулирование в промышленных и домашних условиях. Влажность и погода. Изменений свойств наиболее распространенного вещества (воды) при переходе из одного состояния в другое и использование их в жизнедеятельности человека. Механизм терморегуляции и теплоотдачи человеческого тела. |
| Физика и экология | Экологические проблемы и охрана окружающей среды. Влияние работы тепловых двигателей на экологические процессы (неизбежность выделения тепла в окружающее пространство, выход отработанных газов и др.). Разрушение озонового слоя Земли и его последствия (использование фреона в холодильных установках, применение аэрозолей и др.). Возможные изменения климата в результате деятельности человека. Необходимость целенаправленной работы по охране окружающей среды. Международное сотрудничество в решении экологических проблем. Правила и средства гигиены и косметики с точки зрения науки. Проблемы воздействия человека на биосферу. |
| Электростатика | Вред электростатических явлений |
| Электромагнитные явления | О роли полей в живых организмах. Электрические и магнитные явления в медицине. Электричество в медицине. Электричество в информационной службе. Техника безопасности и охрана труда при использовании электрического оборудования. |
| Средства связи | Автоматические устройства на основе использования полупроводниковых приборов и их роль в повышении производительности труда, обеспечении безопасности людей и др. Использование электромагнитных волн в медицине, авиации, военной технике и т.д. |
| Световые явления | Вопросы зрения. Роль освещения в производственных и домашних условиях. Световое и цветовое оформление реклам, витрин, декораций. Негативное влияние на организм человека сокращения светового дня. |
| Физика атома и атомного ядра | Экологические проблемы, связанные с использованием радиоактивных элементов, и пути их преодоления. Дозиметры. Биологическая допустимая доза облучения. Последствия Чернобыльской аварии. Ответственность человека за сохранение жизни на Земле. Влияние различных излучений на живые организмы |

Особую роль в здоровьесбережении играет гигиеническое обучение и воспитание обучающихся. Данная проблема должна решаться комплексно, на всех уроках и внеурочных занятиях, в том числе, и на уроках физики. При поведении данных уроков можно рассматривать влияние физических параметров на организм человека, так как превышать их критические значения вредно для здоровья человека и опасно для жизни. К ним мы можем отнести такие параметры как: сила тока, напряжение, влажность, температура и другое.

Например, при изучении агрегатного состояние вещества и их свойств, мы рассматриваем характеристики воды. На данных уроках можно остановить внимание на физических свойствах очистки питьевой воды, об устройстве водопровода, о качестве воды в нем, о рациональном использование питьевой воды. Кроме того, нужно рассказать детям о необходимости соблюдения гигиенических требований к воде, использования воды из открытых водоемах в походах, экскурсиях, летних лагерях. Они должны понимать, что пить такую воду очень опасно, особенно в осенний и весенний периоды. Особого внимания заслуживает раздел «Электричество», поскольку существует угроза поражения электрическим током. Гигиенические правила поведения при пользовании электричеством определяются в основном требованиями техники безопасности. Как известно, прохождение тока через тело человека вызывает судорожное сокращение мышц, в том числе осуществляющих дыхание и работу сердца; смерть наступает из-за нарушения нормальной деятельности сердца и легких. Паралич дыхания человека наступает при силе тока 0,1 А, при длительности 3 с - смертельное поражение, которая определяется не только напряжением, но и сопротивлением человеческого тела в момент соприкосновения с электрической цепью.

Школьники должны знать, что при поражении электрическим током могут быть применены два метода оживления организма:

* искусственное дыхание путем ритмического вдувания воздуха из своего рта в рот или нос пострадавшего (10—12 раз в 1 мин);
* поддержание искусственного кровообращения закрытым массажем сердца путем сжатия его мышц ритмическими надавливаниями на переднюю стенку грудной клетки в ее нижней трети (60—70 р. в 1 мин).

Но главное — не допускать поражения, неукоснительно выполняя правила пользования электроприборами: на электрической плитке, следует перед ее включением проверить исправность шнура, поставить ее на огнеупорную подставку (металлическую, асбестовую), а затем ввести штепсельную вилку в отверстия розетки. Лучше всего пользоваться плиткой с закрытой спиралью, эмалированной посудой и не выключать плитки дерганием за шнур.

Традиционно на уроках физики проводятся лабораторные работы, при выполнении которых каждому обучающемуся необходимо соблюдать меры безопасности с различными приборами и материалами, это поможет не только не повредить или сломать прибор, но и сохранить жизнь и здоровье детей.

Одним из важнейших аспектов современного урока, является благоприятный психологический климат. В этом случае решается сразу две задачи: предупреждение утомления обучающихся и дополнительная мотивация к раскрытию творческого потенциала детей. На своих уроках физики я использую спокойную беседу, проявляю внимание к каждому высказыванию, позволяю небольшое отступление или уместный юмор, тактичное исправление ошибок, поощрение за желание высказать свое мнение и задать вопрос. Используя данные приемы, можно рассчитывать на психологический комфорт детей, что в конечном итоге приводит к более качественному усвоению знаний.

Подводя итог, можно сделать вывод, что здоровьесбережение на уроках физики не только способствует сохранению здоровья, как физического, так и психологического, но и облегчает преодоление трудностей в изучение учебного материала, увеличивает интерес к предмету.

**Литература:**

1. Елисеев В.В. Создание в общеобразовательном учреждении системы здоровьесбережения. Методические рекомендации.- Ульяновск: УИПКПРО, 2008. – 49 с.
2. Коган Н. Физкультминутки на уроке. <http://fiz.1september.ru/view_article.php?ID=200902007>
3. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. - М.: АПК и ПРО, 2002. – 121 с.
4. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. – М.: АРКТИ, 2005. – 320 с.
5. О. А. Соколова. Здоровьесберегающие образовательные технологии. <http://www.shkolnymir.info/>.

**Урок химии «Влияние тяжелых металлов на организм человека»**

***Лукьянова Лилия Юрьевна,***

***учитель химии***

***МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

**Цели урока:**

***Образовательные:*** Сформировать представления о специфических свойствах тяжёлых металлов, их биологической роли, токсичности и воздействии тяжёлых металлов на здоровье человека.

***Воспитательные:*** Воспитывать культуру безопасности жизнедеятельности при обращении с химическими реактивами.

***Развивающие*:** Научить прогнозировать последствия загрязнения среды тяжёлыми металлами и их соединениями, воздействие этих металлов на здоровье человека.

**Оборудование:**Таблица «Периодическая система химических элементов Д. И. Менделеева », плакат «Концентрирование некоторых химических элементов в органах, тканях и биожидкостях человека», образцы солей тяжёлых металлов, информация о снижении влияния тяжёлых металлов, видеоклип о вреде курения.

***Для работы в группах:*** план характеристики тяжёлого металла (ртути, свинца, меди, кадмия), таблицы «Концентрирование некоторых химических элементов в органах, тканях и биожидкостях человека», справочный раздаточный материал по тяжёлым металлам, полезные советы и дополнительный материал «Это интересно».

***Для практической части*:** 4 пробирки с растворами солей: ацетата свинца, хлорида железа (III), сульфата меди (II), хлорида натрия; 4 пробирки с раствором яичного белка, консервная банка для демонстрации содержания в припое (олово + свинец) наличия свинца.

**Ход урока:**

*Учитель*. Целью нашего урока «Влияние тяжёлых металлов на здоровье человека» является исследование специфических свойств тяжёлых металлов, их биологической роли, степени токсичности и воздействие на здоровье человека, а также развитие умений и навыков безопасного обращения с ними.

**План урока.**

1**. *Понятие о тяжёлых металлах*** (Вводное слово учителя)

2. ***Характеристика тяжёлых металлов*** (работа в группах из 5-6 человек по плану)

3. ***Практическая часть***: а) демонстрация процесса денатурации, связанного с разрушением белковой структуры куриного яйца; б) определение наличия свинца в спайке консервной банки (в припое).

4*.* ***Снижение действия тяжёлых металлов на организм (***ответы на вопросы, данные для обсуждения в плане характеристики тяжёлых металлов).

5. ***Полезные советы*** (выводы по снижению действия тяжёлых металлов на организм).

6. ***Это интересно***! (ознакомление с интересными фактами из дополнительной литературы).

**1. Понятие о тяжёлых металлах.**

*Учитель.* На сегодняшнем уроке вы не только обобщите знания, полученные на уроках о металлах, но и узнаете много нового, полезного и интересного.

Богат и интересен мир металлов, среди которых встречаются старые друзья человека: медь, железо, свинец, ртуть, золото, серебро, олово. Эта дружба насчитывает уже тысячи лет. Но есть и такие металлы, знакомство с которыми состоялось лишь в последние десятилетия. Свойства металлов чудесны и разнообразны. *Ртуть*, например, не замерзает даже на морозе (температура плавления -39° С), а *вольфрам* не боится самых жарких объятий (самый тугоплавкий и выдерживает температуру свыше 3000° С). *Литий*может быть отличным пловцом: он вдвое легче воды и при всём желании не сможет утонуть, а *осмий* - чемпион среди металлов-тяжеловесов – камнем пойдёт ко дну. *Серебро*«с удовольствием» проводит электрический ток, а у *титана*явно «не лежит душа» к этому занятию: его электропроводность в 300 раз ниже, чем у серебра. *Железо*мы встречаем на каждом шагу, а *гольмий* содержится в земной коре в таких мизерных количествах, что даже крупицы этого металла стоят баснословно дорого: чистый гольмий в несколько раз дороже золота.

А чем же привлекли к себе внимание ТЯЖЁЛЫЕ МЕТАЛЛЫ?

Существует более 50 элементов, которые могут быть отнесены к тяжёлым металлам, 17 из них считаются очень токсичными, но довольно широко распространёнными. Токсичная концентрация зависит от вида металла, его биологической роли и вида организма, который подвергается его воздействию.

Токсичность тяжёлых металлов связана с физико-химическими свойствами металлов. Так, высокая электроотрицательность ртути даёт ей возможность в первую очередь взаимодействовать с активными центрами ферментов и снижать их активность, а у растений – подавлять фотосинтез в хлоропластах.

Металлы побочных подгрупп больших периодов в организме человека содержатся в малых количествах, но при переходе от лёгких металлов к тяжёлым токсичность их возрастает. Анализируя химический состав человеческого организма, учёные пришли к выводу, что тяжёлые металлы оказывают влияние не только на физиологическое, но и на психическое состояние человека. Например, известно, что при стрессе содержание *цинка* в крови возрастает, а повышенное содержание *никеля* и *марганца* в крови происходит незадолго до инфаркта. Методом масс-спектроскопии было обнаружено, что у агрессивных людей в волосах обнаруживается повышенное содержание *свинца, железа, кадмия и меди* и пониженное *цинка и кобальта*. Таким образом, содержание металлов в организме человека даже в очень малых количествах жизненно необходимо, и падение концентрации ниже допустимого уровня ведёт к тяжёлым расстройствам. Это объясняется тем, что многие металлы выполняют главным образом функции катализаторов.

Молодёжь более подвержена токсическому воздействию тяжёлых металлов. Неблагоприятными результатами их воздействия являются ослабление роста и развития, нарушения деятельности нервной системы, а также может стать причиной развития аутоиммунитета, при котором иммунная система разрушает свои собственные клетки. Это может привести к заболеваниям суставов, к поражению почек, системы кровообращения и нервной системы.

Исходя из вышесказанного, сегодня мы поговорим о тяжёлых металлах, с которыми чаще всего связано отравление людей. Такими металлами являются: *свинец, кадмий, медь и ртуть.*

**2. Характеристика тяжёлых металлов**:

Работа организуется в группах. Учащиеся объединяются по 5-6 человек и образуют 4 группы. Каждая группа самостоятельно исследует свойства, биологическую роль и влияние на организм человека некоторых тяжёлых металлов, таких как: ртуть, свинец, медь и кадмий, и готовят выступление о них.

На столах учащихся находится таблица «Периодическая система химических элементов Д.И. Менделеева», таблица «Концентрирование некоторых химических элементов в органах, тканях и биожидкостях человека», справочный раздаточный материал по тяжёлым металлам, полезные советы, и план характеристики тяжелых металлов.

***План характеристики тяжёлого металла***:

1) положение металла в Периодической системе химических элементов Д.И.Менделеева;

2) историческая справка;

3) действие на организм, концентрация металла в организме человека (токсическое действие тяжёлого металла);

4) пути и способы попадания элемента в организм (источники загрязнения тяжёлым металлом);

5) снижение влияния тяжёлого металла на организм;

6) проблемный вопрос.

С целью экономии времени учащиеся распределяют вопросы между собой для подготовки по 5-7 минут на выступление (работают со справочными материалами, таблицами и т.д.)

Подготовленный материал представляется учащимися групп.

*Учитель:* Итак, вы прослушали информацию о наиболее распространённых тяжёлых металлах. А сейчас подтвердим её опытным путём.

3. **Практическая часть**

**1. *Демонстрация «Исследование влияния ионов тяжёлых металлов на биологические системы».***

***Цель****:* Дать возможность убедиться учащимся в разрушительном действии солей тяжёлых металлов на белки.

*Инструктивная карточка.*

1. В 4 пробирки нальём по 2 мл раствора белка.

2. В первую пробирку добавим 1 мл раствора ацетата свинца, во вторую – 1 мл раствора хлорида железа (III), в третью – 1 мл раствора хлорида меди (II), в четвёртую – 1 мл раствора хлорида натрия.

3. Наблюдения.

4. Выводы.

Наблюдения: Белок свернулся в пробирках, в которые добавили соли тяжёлых металлов, т.е. в пробирках № 1, 2, 3.

Вывод: Ионы тяжёлых металлов и разрушают структуру белка. Этот процесс называется ДЕНАТУРАЦИЕЙ.

**2. *Исследование спайки консервной банки на примесь свинца.***

***Цель****:* Доказать наличие свинца в спайке консервной банки и необходимость осторожного потребления консервов из открытой банки из-за возможного накопления в ней ядовитого свинца и его соединений.

*Инструктивная карточка*

1. Поверхность спайки (т.е. шва) консервной банки обезжиривается сначала комочком ваты, смоченным эфиром. Затем другой комочек ваты, смоченный раствором уксусной кислоты, накладывается на несколько минут на очищенное место консервной банки.

2. На обработанное место консервной банки накладывается комок ваты, смоченный раствором иодида калия.

3. Наблюдения. Вата быстро желтеет из-за образовавшегося иодида свинца (II), что указывает на примесь свинца на спайке банки.

**Вывод:** Так как спайка (шов) консервной банки представляет собой сплав олова и свинца, поэтому при её разрушении, например, при открывании банки, нарушается целостность шва и свинец может попасть в консервы. Поэтому консервы не подлежат долгому хранению после их вскрытия.

*Учитель*. А сейчас ответим на самый главный вопрос: Как снизить действие тяжёлых металлов на организм человека?

Из выступлений учащихся мы убедились, что подвергаться воздействию тяжёлых металлов мы можем, вдыхая вещества, загрязняющие воздух, контактируя с загрязнёнными почвами или промышленными отходами и употребляя загрязнённые пищевые продукты питьевую воду. В малых количествах они могут быть необходимы для организма, а взятые в больших дозах они являются токсичными.

Подумайте и ответьте на вопросы, которые у вас записаны в плане характеристики тяжёлых металлов в пункте №5 *Снижение влияния тяжёлого металла на организм.*

1. Что является противоядием от тяжёлых металлов?
2. Что нужно сделать, если в помещении разлита ртуть?
3. Почему консервы после вскрытия из жестяной тары следует перекладывать в стеклянную посуду?
4. Почему нельзя использовать декоративную посуду для пищевых целей?
5. Почему вдоль дорог следует сажать декоративные и лесные деревья и кустарники, а не кормовые и пищевые растения?
6. Почему ограничен экспорт детских резиновых игрушек из Китая?

Все ваши ответы на вопросы мы сформулируем в виде ***“Полезных советов”:***

1. Противоядием от тяжёлых металлов и их солей является яичный белок.
2. Если металлическая ртуть оказалась в помещении, её следует засыпать порошком серы или залить раствором хлорида железа (III).
3. Жестяная тара спаивается припоем, содержащим определённое количество свинца, поэтому консервы следует перекладывать в стеклянную посуду после её открывания.
4. Нельзя хранить и готовить пищу в декоративной посуде, так как она предназначена для украшения, а не для пищи – глазурь, которой покрыта посуда, содержит соли свинца и кадмия.
5. Вдоль дорог следует сажать только декоративные и лесные породы деревьев, а не пищевые и кормовые, так как этилированный бензин, попадая в почву, поглощается растениями, и употреблять их в пищу нельзя.
6. Детские китайские игрушки могут содержать токсичные красители, в состав которых входит кадмий.

**Вывод:** Будьте внимательны к тому, что вас окружает, учитесь бережному и безопасному обращению с незнакомыми веществами.

*Учитель*. Следующая рубрика подготовлена учащимися по материалам научно-популярной, исторической, художественной и другой дополнительной литературы.

***Это интересно!***

В 1692 году, незадолго до своего пятидесятилетия, Ньютон тяжело заболел. Болезнь, тянувшаяся более года, была серьёзной и непонятной. Она подорвала физические силы учёного, нарушила его душевное равновесие. Это был “чёрный год” в жизни Ньютона, как называют его биографы. Он потерял сон и аппетит, находился в состоянии глубокой депрессии, избегал контактов даже с друзьями. Временами он испытывал нечто вроде мании преследования, а иногда его начинала подводить память. Кто же оказался виновником болезни Ньютона?

Оказалось, что виновницей болезни Ньютона явилась РТУТЬ и её соли. На протяжении 18 лет Ньютон часто обращался к химии. Из записей Ньютона следует, что он работал с большим количеством ртути, подолгу нагревал соли ртути, чтобы получить летучие вещества, часто пробовал на вкус то, что у него получалось. В рабочих тетрадях 108 раз встречаются заметки типа “вкус сладковатый”, “безвкусно”, “солоновато”, “очень едкое”. Все симптомы болезни Ньютона напоминали признаки ртутного отравления. Анализ волос великого учёного показал, что концентрации металлов с высокой токсичностью в них значительно превышают нормальный уровень.

***Это интересно!***

В России при царе Алексее Михайловиче повелевалось всех, у кого будет найден табак, бить кнутом до тех пор, пока курильщик не признается, откуда взят табак. Правило, запрещающее курение на улицах, действовало многие десятилетия в городе на Неве. Человек, выкуривший 22 тыс. сигарет, приравнивается к работнику уранового рудника. При выкуривании 1 пачки сигарет с общей массой табака 20 г. образуются канцерогенные смолы, в которых содержатся тяжёлые металлы (КАДМИЙ, никель). За год в организме курящего скапливается около 1 кг табачного дёгтя, который может вызвать злокачественный рост тканей, т.е. рак. Это уже инвалид. Так стоит ли это “удовольствие” всех последствий?

***Это интересно!***

Профессор одного из университетов читал студентам лекцию о соединениях ртути; на кафедре перед ним стояли два стакана: один с подслащенной водой, которую профессор любил пить во время лекции, другой – с раствором сулемы для опытов. По ошибке лектор глотнул из второго стакана. Сулема – сильный яд, и профессор знал об этом. Но он знал и противоядие. Он велел разболтать сырые яйца с водой и выпил смесь. Началась сильная рвота, яд вышел из организма, и впоследствии никаких признаков отравления не проявилось.

*Учитель*. Подведём итог. Сохранения здоровья человека связано с ограничением количества загрязнителей в окружающей среде. Прежде всего, каждый человек должен сам позаботиться о своём здоровье. Для этого он должен постоянно расширять знания о себе и окружающем его мире.

*“Ваше здоровье в ваших руках – и в этом ключ к здоровью. Берегите себя и своих близких!”*

**План-конспект урока**

**«Традиционные представления о здоровом образе жизни**

**в культуре народов России»**

***Ревва Людмила Владимировна,***

***учитель географии***

***МОУ средней школы № 2 р.п. Новоспасское***

**Форма проведения:** урок-изучение нового материала

**Цель:** познакомить воспитанников с культурными традициями здорового образа жизни разных народов России.

**Задачи:**

1. Пропаганда здорового образа жизни, привлечение учащихся к проблеме сохранения здоровья.

2. Воспитание активной жизненной позиции, ответственного отношения обучающихся к своему здоровью.

3.Знакомство с интересными сведениями о ЗОЖ у народов России.

4.Формирование у учащихся интереса к самобытной культуре разных народов нашей страны

5.Формирование навыков самостоятельного анализа и оценки предлагаемой информации.

**Оборудование:**

1.План-конспект.

2.Презентация.

3.Компьютер, проектор, экран

**План урока:**

1. Мобилизующее начало. Вступительное слово.
2. Основная часть. Направления народных традиций сохранения здоровья и предупреждения болезней у народов России:

2.1. Ритмичность жизни и труда;

2.2. Места поселения;

2.3. Жилище и его гигиена;

2.4. Одежда;

2.5. Личная гигиена;

2.6. Физические нагрузки и закаливание;

2.7.Питание;

2.8.Народная медицина;

2.9.Рождение детей;

2.10 Народная эпидемиология

1. Рефлексивный анализ.

**I. Мобилизующее начало. Вступительное слово.**

**Организационный момент.**

***Учитель:*** Здравствуйте! Я говорю вам «здравствуйте», потому что желаю здоровья вам и вашим близким!

Здоровье человека – это главная ценность в жизни. Его не купить ни за какие деньги!

Здоровье – один из важнейших компонентов человеческого благополучия, счастья. Именно здоровье людей должно служить «визитной карточкой» страны. И каждая страна нашей планеты делает все возможное, чтобы ее население было здоровым.

Вы, наверно, уже догадались, о ком и о чём мы будем сегодня говорить?

*Ответы учащихся.*

***Учитель:***

Несмотря на универсальный характер понятия «здоровый образ жизни», каждый, кто решает для себя придерживаться этих принципов, формирует свой уклад жизни. Тоже происходит и со всеми людьми, проживающими в пределах определённой страны: каждая нация имеет свои привычки и взгляды в отношении того, что значит «здоровый образ жизни».

Глобальные проблемы заставляют современного человека всё чаще задумываться о сохранении своего здоровья как основной ценности, необходимой для выживания. Это придает особую актуальность обращению к опыту прошлого. Культурное наследие России является уникальным явлением, так как здесь сосредоточены этнические, конфессиональные и цивилизационные достижения многих поколений совместно проживающих народов.

Национальная культура, в первую очередь, должна быть способна сохранять главное достояние человека – здоровье.

Давайте посмотрим, какие традиционные ценности, связанные со здоровым образом жизни, с древних времен были у народов нашей страны.

**II. Основная часть.**

Во многих культурах существовали и продолжают существовать свои способы поддержания и сохранения здоровья. В России всегда особое значение уделялось здоровью, сохранение которого обеспечивалось благодаря этнокультурным традициям и обычаям.

Население нашей страны изначально имело неоднородный этнический состав. Здесь сталкивались и смешивались различные племена, проникавшие как с востока, из Азии, так и с запада, из различных районов Восточной Европы. Они привозили на новые земли свою культуру, свои обычаи и традиции.

Предлагаю отправиться в виртуальное путешествие с целью знакомства с культурными традициями здорового образа жизни народов России. Мы посмотрим на традиции народов, проживающих в Поволжье - русских, мордвы, чуваш, татар.

В культуре народов Поволжья сохранение здоровья с раннего возраста обеспечивалось благодаря этнокультурным традициям и обычаям.  Как известно, для физического здоровья одинаково необходимы некоторые обязательные условия.

**Направления народных традиций сохранения здоровья и предупреждения болезней у народов России.**

***2.1. Ритмичность жизни и труда (прообраз современного режима дня)****.*

Строгая ритмичность жизни веками формировалась у всех народов. Она всегда была присуща русским. Ритм – одно из условий жизни. Любое его нарушение – война, неурожай, эпидемии, рекрутство сказывались на жизни людей. Крестьянский труд имел строгую сезонность, что и определяло весь жизненный уклад. Определенный ритм, установленный на разные виды работ, нередко сопровождался пением, «речевками», присказками.

Наши предки жили в тесном контакте, общении с природой и работали синхронно природным ритмам – вставали с рассветом и ложились с вечерней зарёй. Соответственно, каждое время года носило свой трудовой настрой, свой режим жизни и физической активности. Человек, занимаясь тяжёлым физическим трудом, хорошо осознавал, что он сам должен позаботиться о восстановлении своего здоровья и жизненных сил.

***2.2.******Места поселения****.*

До ХVI века выбор поселения основывался на многовековом опыте, зафиксированном в народной памяти. В Русских летописях отмечалось, что место поселения не должно быть «скорбно и тесно». Выбирали чистое, открытое место, недалеко от леса. Деревню старались ставить на берегу реки или озера, а если не было, то копали пруд – из гигиенических и противопожарных соображений. Дома старались ставить окнами на юг, как говорили, «на красную сторону». Позднее были выработаны письменные предписания, в которых учитывались природные условия, ландшафт, водные пути, возможная обороноспособность.

***2.3. Жилище и его гигиена****.*

Тип жилища, выбор материалов для строительства определялся регионом его месторасположения, социальным статусом домовладельца, национальной и религиозной принадлежностью. Русские города ХVIII– первой половины ХIХ века были преимущественно деревянными. Они были не просто дешевле, чем каменные, а считались более гигиеничными, в них суше, легче дышится.

Порядок, опрятность и чистота были присущи не только домам городских обывателей, мещан, священников, мастеровых, купцов, но и людей «недостаточных» (бедных).

Крестьянами была выработана своеобразная практика «недопущения грязи» с улицы: на крыльце прилаживали скребки, камни, чтобы счищать грязь с ног, двор выстилали соломой. Стены, печку регулярно белили. Пол устилали половиками, которые регулярно вытряхивали, пол мыли (скребли).

Для борьбы с бытовыми паразитами применялись различные способы. Например, против тараканов самым эффективным средством считалось вымораживание, и в этом случае семья перебиралась к соседям.

***2.4. Одежда****.*

Подробно исследуют русскую одежду VI – VII веков В.И. Костомаров и М. Забылин. Они отмечают, что русская одежда часто вызывала насмешки иностранных путешественников, в частности, за длинные рукава. Однако в одежде крестьян, по их мнению, было много рационального. В летней одежде использовалось домотканое льняное полотно – холодящее, хорошо пропускающее воздух, легко стирающееся. Одной из древнейших тканей, используемых в холодном российском климате была шерсть. Зимой носили шерстяное белье, носки, шарфы, кофты.

***2. 5.******Личная гигиена****.*

Испокон веков люди заботились о телесной чистоте. Исследователи русского быта отмечают, что традициям умывания лица и рук при утреннем вставании с постели не менее девяти веков. Пользовались при этом рукомойниками – глиняными, медными, оловянными, позднее чугунными. Уважаемого гостя встречали хлебом с солью на полотенце, чаще всего украшенном вышивкой. Уже давно общеприняты словосочетания: личное полотенце, ручное, банное, кухонное, столовое (посудное).

На весь мир известна такая русская оздоровительная процедура, как баня. Она являлась своеобразным показателем не только телесной, но и духовной чистоты. Признаком крайнего обнищания, пренебрежения к себе или тяжелой жизненной ситуации было: «в баню не ходит, белья не меняет». А.С. Пушкин как свидетельство опрятности и свободы мужика приводит «ежесубботнюю баню». Уже с ХVII века для мытья и стирки горожанами широко использовалось мыло, а те, кому было не доступно, использовали золу (щелок, поташ) и глину.

***2.6. Физические нагрузки и закаливание*** использовались в Поволжье с древних времен. Культ физического здоровья нашел широкое отражение в фольклоре, обрядах, обычаях, традициях региона. Этническим культурам Среднего Поволжья свойственна сакрализация здоровья через мифологические образы физически крепкого, сильно и совершенного телом человека или бога.

У русского населения это были народные богатыри - Илья Муромец, Добрыня Никитич, Алеша Попович.

В татарских народных сказках использовался образ человека (мужчины) чрезвычайно огромного телосложения», т.е. физически крепкого и развитого.

В то же время физически сильные герои народных сказок обладали хитростью, ловкостью и могли совершать сложные физические действия, за что получали награду или народное признание. Так, с раннего детства юноше прививали необходимость физического совершенства для дальнейшей успешной жизни в социуме.

В течение года двигательная активность в традиционной повседневной культуре региона выражалась по-разному.Народы Среднего Поволжья в ходе исторической практики выработали некоторые правила по поддержанию двигательной активности.

Так, весной, летом и в начале осени дополнительной физической нагрузки не требовалось, так как полевые работы, посев-сбор урожая, рыболовство, бортничество, промыслы и ремесленные работы создавали достаточные условия для равномерной загрузки всех мышц и органов человеческого тела.

Древнейшим занятием поволжских народов была охота, требующая тренировки не только тела, но и ума. Например, для ловли волка мордва устраивала яму-ловушку, в которую в качестве приманки сажали поросёнка, а медведя ловили капканом с тяжёлой колодой, которая мешала уйти от погони. В свою очередь, татары до конца XIX века использовали лук и стрелы. Зимой они охотились на лошадях, загоняя зайцев, лис, волков

Зимой основной физической нагрузкой у населения Поволжья были подвижные игры. В них особенно часто проявлялисьэтнические особенности.Подвижные игры в регионе были популярны в любом возрасте.

Игра для взрослых, в основном, выступала как средство для отдыха и веселья, а для ребенка игра являлась важно частью социализации – подготовкой к будущей жизни, методом воспитания подрастающего поколения.

В основе игры были заложены физические упражнения, являющиесяпервейшим условием здоровья, силы, выносливости человека.

Юношеские игры, главным образом, были направлены на развитие физического совершенства, мускулатуры (например, лапта, мушка, чушки и т.п.), а также способствовали обучению изворотливости, хитрости и стратегического мышления.

Игры для девушек содержали в себе легкие физические упражнения (например, прыжки через верёвку), что благотворно отражалось на женском здоровье. Нередко в играх принимали участие и парни, и девушки, но они, в основном, имели социальную направленность, т.е. преследовали цель познакомить участников для создания пары.

В процессе взаимодействия культур игры разных народов Поволжья претерпели изменения, а некоторые из них стали общими. По своему содержанию традиционные игры объеди­няют спорт (бег, прыжки, гимнастические упражнения и т.д.) и искусство (песни, пляски, диалоги и т.д.). Некоторые из них впоследствии получили статус спортивных соревнований (например, кулачные бои – современный бокс, катание на санках с горы – современный бобслей и пр.).

Различные формы физических упражнений русского народа отличалась большим своеобразием и самобытностью. Игры, плавание, борьба, верховая езда имели повсеместное распространение уже в Древней Руси.

Одним из самобытных средств физического воспитания была охота, служившая не только промысловым целям, но и для того, чтобы показать свою ловкость и бесстрашие. Например, согласно народным источникам широкое распространение получила охота на медведя с рогатиной. Массовое распространение среди игровой деятельности русских имели кулачные бои, лапта, ломка пряников.

Кулачный бой – это древняя русская игра-забава. Идти на кулачный бой - это значило потешиться или провести праздник в полном разгуле. Кроме того, эта игра представляла собой ряд военных упражнений, которые приучали молодых людей к реальным битвам. Самым популярным считался кулачный бой один на один. Бились по-честному, на кулаках, без использования ног или каких-либо посторонних предметов

Татарские игры также имеют древние корни. Одной из наиболее распространенных среди татар игр являлась чекарда. Игроки разделялись на две половины: избранные от двух половин конаются между собой. Половина игроков, которой досталось по конанью поверенного быть нагнувшимися, становятся к стене, и один из игроков упирается об стену своей головой. Затем становится другой, третий и так далее, в таком же положении, как первый, но голову держат под мышкой впереди стоящего, чтобы предохранить ее от ушибов во время игры. Составляющие другую половину прыгают один за другим на нагнувшихся и садятся верхом, ни за что и ни за кого не держась. Если из вспрыгнувших никто не упадет и потом из соскочивших тоже никто не упадет, то игра продолжается до тех пор, пока кто-либо из игроков не промахнется. Данная игра развивала важные для молодого человека качества, такие как сила, ловкость, выносливость.

***2.7. Питание.***

К базовым потребностям относится потребность в пище. Именно культура питания, т.е. способ приготовления, употребления и разнообразие пищи народов Поволжья, позволяет выявить традиционные формы поддержания здоровья населения региона.

Характер питания зависел от региона и природных условий. Традиционное питание наших предков определялось природно-климатическими условиями, и служило обеспечению нормального функционирования организмов людей, поддержания их работоспособности и выживания.

Народ осознавал важность разнообразного питания для здоровья. Существенные коррективы вносила урожайность. Представление о том, что в рационе русского человека были лишь хлеб и вода, а позднее картофель, не соответствуют действительности. Злаки, бобовые, овощи, некоторые фрукты, молоко, рыба, яйца, грибы, ягоды, орехи, лук, чеснок, лекарственные травы были обычны в питании не только состоятельных, но и бедных людей. Известно, что уже с Х века славянами для приема пищи использовалась ложка, а вилкой и салфетками стали пользоваться со времен Петра. По окончании обеда было принято все сосуды вымывать, опрокидывать вниз и ставить на полки в кухне или в чулане.

Культура питания включает в себя способ приготовления пищи, кухонный инвентарь, сервировку стола, организацию процесса употребления пищи. Однако, прежде всего, для населения необходимо знание и владение принципами рационального питания.

Полноценное рациональное питание - важное условие сохранения здоровья и высокой работоспособности человека.

На протяжении длительного времени у народов формировались не только навыки кулинарии, но и привязанности, предпочтения в выборе продуктов. Кулинарные особенности складывались под влиянием многих факторов: географическое положение, климатические особенности, возможности экономики, определенные традиции и другое. Так, большое влияние на сельское хозяйство, а, следовательно, и на кулинарные предпочтения населения Поволжья оказывает зима, которая длилась 5 месяцев – ноябрь, декабрь, январь, февраль, март.

Другой важнейший фактор, под влиянием которого складывались национальные кухни, - это технология приготовления пищи, способ ее обработки. Так, русская печь в условиях довольно суровой зимы служила источником тепла и устройством для приготовления пищи одновременно. В печи было удобнее всего варить, тушить и выпекать. Так определялся набор исходных условий для выбора и приготовления пищи у русских.

Несмотря на то, что русское население Поволжья мигрировало в регион из различных мест российского государства, оно сохранило большинство пищевых пристрастий. В питании русских людей основными являются пироги, пирожки, кулебяки, расстегаи, блины, оладьи. Так же характерны для русской кухни блюда из круп: различные каши, запеканки, крупеники.

В отличие от русских, в чувашской национальной кухне главное место отводилось блюдам из ржаной муки, кислому хлебу и многочисленным печным изделиям, начиная от подовых лепешек и заканчивая традиционными пирогами с мясной или рыбной начинкой - хуплу. У чувашей было много мясных блюд: из говядины, баранины, конины, домашней птицы. Широко использовались молочные продукты, в основном кислое молоко – турах, творог в виде сырков – чакат. Повседневной чувашской едой был суп с домашней лапшой – яшка, который лишь изредка варили на мясном и рыбном бульоне.

Непременными атрибутами религиозных обрядов чувашей являлись: каша – пата, суп с клецками, блины – икерче, лепешки – пашалу, яйца и напитки. Из хмельных напитков чуваши Среднего Поволжья употребляли пиво – сара, причем его варили и в праздники, и на поминки, и на свадьбу, а также более крепкие напитки – самогон и водку

Татары отличались от других народов региона в конфессиональном плане. Поэтому их национальная кухня имела существенные особенности. Основой татарской традиционной кухни были супы, заправленные кусочками теста разнообразной формы, а также хлеб. Из теста пекли лепешки, блины, а также перемячи-шарики, близкие по форме к русской ватрушке, служившие в качестве лакомства, подаваемого к чаю. Широко распространенным лакомством почти у всех татар являлся чак - чак. Излюбленной пищей у татар было лошадиное мясо, также практиковалось разведение домашней птицы. Огородничество и садоводство были развиты слабо, следовательно, выращивание овощей, фруктов, ягод не было распространено среди татарского населения Среднего Поволжья.

Традиционная пища мордвы состояла из продуктов земледелия, рыболовства и охоты. Употребляли в пищу хлеб, а также пекли различной формы небольшие лепешки из пресного теста – салма, коваряшт, чаще всего сдобные. Из пресного теста также готовили пельмени – цюмарат, покольхть с мясной или рыбной начинкой. Разнообразны изделия из кислого теста с начинкой и без начинки. Наиболее распространенное блюдо – блины – пачалксеть, блинцят. Повседневным и обрядовым блюдом считалась крутая каша из пшена, полбы, чечевицы, гороха. Традиционным мордовским блюдом является кислое молоко – шапама лофца, чапамо ловцо. Заметное место в питании занимала мясная пища, причем туша животного использовалась практически безоходно.

Большую роль в питании народов Поволжья занимали продукты животного происхождения и молочные продукты. Наиболее распространенными видами мяса были говядина и баранина. Однако продукты животноводства употреблялись в основном в большие праздники. На молоке приготовляли каши, супы, месили тесто. Кислое молоко было одним из традиционных блюд.

Кроме того, народы региона использовали в пищу дары леса и рек, различные блюда из них были богаты витаминами и минеральными веществами. Например, напитки, квасы из клюк­вы, рябины, калины, блюда из рыбы и грибов.

Бортничество и пчеловодство являлись древнейшими занятиями всех народов Поволжья, особенно мордвы, татар и русских. Мед ели с хлебом, ставили на праздничный и обрядовый стол, добавляли в начинку для пирогов. Из меда приготовляли различные напитки, настаивали ягоды на меду. Также народы Поволжья употребляли овощи, в частности свеклу, тыкву, морковь, капусту, огурцы, горох. В окрестностях Самары, Сызрани, Алексеевки с XVIII века сажали дыни, арбузы, огурцы, тыквы, редьку, морковь, свеклу, капусту, хрен, репу. Репа в сельской местности считалась полевой культурой до тех пор, пока ее позднее не вытеснил картофель

Требования кухни являлись чистота, и опрятность при приготовлении пищи. Применялись различные способы заготовки продуктов впрок, исключающие их порчу: соление, копчение, морожение, тепловая обработка и другие. Для предотвращения пищевых отравлений, портящиеся продукты хранили в подпольях, погребах. В народе осуждались торопливость, переедание, обжорство, нечистоплотность. Для поддержания и укрепления здоровья значение разнообразного, умеренного и режимного питания было весьма существенным.

Питание было важнейшим условием профилактики болезней. Специальным образом организованное питание, или «лечебное питание», и сейчас является обязательным условием лечения многих заболеваний. Национальная кухня наших предков в современное время могла бы послужить примером здорового приема пищи.

***2.8. Народная медицина***

Совокупность накопленных народом сведений о целительных средствах, лекарственных трав и гигиенических навыков, а также их практическое применение для сохранения здоровья, предупреждения и лечения болезней.

Многие средства народной медицины включены в арсенал современной медицины. Передававшиеся из поколения в поколение устным путём, эти сведения нашли отражение в народных обычаях, пословицах, поговорках, преданиях и закреплены в ряде письменных источников (лечебники, травники и др.).  Так, например, русский человек, воспитанный в национальных традициях, после тяжелой физической работы предпочтет пойти в русскую баню, где попариться березовым веником. При легком недомогании он же постарается, в первую очередь, согреться, выпить горячего малинового чая, принять мед, т.е. вызвать обильное потоотделение доступными природными средствами, которые активно пропагандировались в народной медицине

У тюркоязычных народов, например, татар, широко применялись в качестве лекарств растения (душица, девясил, валериана, чабрец, можжевельник, чистотел, подорожник и др.) и различные минералы. Для обработки и заживления ран они использовали золу, древесную труху, мел, мускус, бобровую струю, мази на жировой основе, мёд, прополис, дёготь, соединения мышьяка, медный купорос. Были известны приёмы кровопускания для очищения крови (путём венесекций или постановкой пиявок).

Лечение травами широко применялось и у чувашского народа. Для лечения они также использовали мёд, глину, золу, деготь, серу, кровь животных, мясо медведя, лося, собаки.

Особенностью чувашской народной медицины было лечение трудом. Когда, например, человек при первых признаках простуды не ложился в постель, а принимался за тяжелую физическую работу, то вместе с потом выгонялась и болезнь. Чуваши считали, что без труда, в безделье человек может сойти с ума.

Пищевой фактор играл важную роль в профилактике и в лечении многих заболеваний практически у всех народов региона. С древнейших времен многие продукты, в первую очередь овощи, фрукты, семена, травы применяли при лечении различных болезней. Наиболее распространенным способом лечения какого-либо недуга являлись лекарственные препараты - настои, отвары, порошки и т. п., приготовленные на основе соков свежих растений, их корней, плодов, листьев и цветков. Широко известны антимикробные свойства лука, чеснока, добавляемых в пищу народами Поволжья. Питание было важнейшим условием профилактики болезней. Специальным образом организованное питание, или «лечебное питание», и сейчас является обязательным условием лечения многих заболеваний.

Применение традиционных знаний народной медицины в рамках национальных культур региона были направлены, в основном, на определение действия природных веществ на состояние здоровья человека. Постепенно были выявлены травы, продукты, процедуры направленные на изменение состояния «больных» органов в сторону их излечения.

***2.9. Рождение детей****.*

Многие предписания, касавшиеся беременности, родов, ухода за новорожденными носили, на первый взгляд, магический характер, считаются суевериями, но, если вдуматься, имели вполне рациональную основу. Например, беременной женщине запрещалось ссориться, браниться, смотреть на мертвецов и т.д. Беременную женщину освобождали от тяжелой работы.

Кровосмешение всегда считалось большим грехом, невесту было принято брать из другой деревни. Новорожденного ребенка до шести недель нельзя было ни выносить, ни показывать посторонним, чтобы его «не сглазили».

***2.10.******Народная эпидемиология****.*

Многовековой народный опыт выработал правила профилактики различных инфекций. Одной из них была изоляция больных. В этом случае больного кормили всей улицей, пищу клали на порог. Были известны высокие бактерицидные свойства чеснока, лука, редьки, можжевельника. Умерших старались хоронить на большой глубине. Таким образом, в течение длительного времени народные традиции играли важную роль в сохранении здоровья российских народов и представляют несомненный исследовательский интерес.

**Вывод:** Таким образом, сохранение здоровья и формирование здорового образа жизни сегодня неотделимо от использования накопленных столетиями и проверенных многими поколениями народных традиций и обычаев, которые ориентированы на организацию оптимальной двигательной активности, целесообразного труда и отдыха, разумного питания, а также создание нравственных отношений между людьми.

Здоровый индивидуум и здоровое общество – это синонимы. Поэтому важно с детства привить человеку привычку к здоровому образу жизни, который напрямую связан с его здоровьем, в том числе и здоровьем нравственным. Так что же такое «здоровый образ жизни»? На наш взгляд, здоровый образ жизни – это индивидуальная система разумного поведения человека на фундаменте культурно-исторических, нравственно-религиозных и национальных традиций: оптимальный двигательный режим, закаливание, рациональное питание, рациональный режим жизни, отсутствие болезней и вредных привычек, что обеспечивает человеку физическое, душевное, духовное и социальное благополучие (здоровье) в реальной окружающей среде (природной, техногенной и социальной) и активное долголетие.

**III.Рефлексивный анализ.**

Умение вести здоровый образ жизни – признак высокой культуры человека, его образованности, настойчивости, воли.

Сохранение здоровья – это регулярный труд. Сейчас вы молоды и здоровы. Но не стоит обольщаться – о сохранение здоровья нужно помнить всегда. Предлагаю в заключении записать основные направления народных традиций сохранения здоровья и предупреждения болезней у народов России.

*(Ответы воспитанников (фиксируются на доске и в тетради).*

**Подведение итогов.**

«Я верю, – говорил еще в прошлом столетии великий биолог, иммунолог Илья Мечников – что для каждого человека 120 лет – это должен быть не возраст. Купить здоровье нельзя, его можно только зарабатывать собственными постоянными усилиями. Лишь настойчивая работа над собой позволит каждому сделать себя энергичным долгожителем».

Надеюсь, что опыт, который мы получили от представителей разных народов нашей страны, поможет нам в укреплении собственного здоровья!

Спасибо за внимание!

**Деятельность педагога-психолога по сохранению психологического здоровья участников образовательных отношений - составная формирования конкурентоспособной школы**

***Сальнова Мария Александровна,***

***педагог-психолог***

***МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

Конкурентоспособность образовательного учреждения складывается и многих компонентов. Одним из основных условий конкурентоспособности является позитивный имидж, т.е. положительное отношение к образовательному учреждению. Важнейшим условием привлекательности образовательного учреждения является комфортность пребывания педагогов, родителей, обучающихся, их удовлетворенность образовательным учреждением.

По результатам ежегодного мониторинга результативности инновационной деятельности, которым было охвачено более 80% родителей, 90% обучающихся, 100% педагогов высокий уровень удовлетворенности показывают 75% родителей, 80% детей, 93% педагогов. Уровень комфортности оценили, как высокий 78% родителей, 82% детей, 90% педагогов. Удовлетворенность взаимодействием с физкультурно-оздоровительными учреждениями отметили 80% родителей, 95% детей, 98% педагогов. В опросе также принимали участие представители физкультурно-оздоровительных учреждений, которые также отметили положительное отношение к данному взаимодействию.



Работа педагога-психолога по методической теме «Сохранение психологического здоровья всех участников образовательной деятельности» органично включается в тему РИП, способствует укреплению комфортности пребывания всех участников образовательных отношений в школе.

С 2013 года наша школа успешно реализует программу «Доступная среда», внедряет элементы инклюзивного образования. Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся с ОВЗ, их родителей и педагогов - важное и интересное направление моей работы. На занятия и беседы приглашаются все дети, в т. ч. и дети-инвалиды, имеющие серьезные нарушения, дети, обучающиеся на дому и их родители. Активно работает семейный клуб «Улыбка». В рамках реализации данной программы оборудован кабинет педагога-психолога, комната психологической разгрузки, в которых проходят занятия.

Наставничество- актуальное, активно развивающееся направление деятельности в образовательных учреждениях Ульяновской области. В нашей школе сложилась система поддержки молодых коллег, активно работает «Школа молодого педагога». Неотъемлемой частью этой работы является психолого-педагогическая поддержка молодых педагогов. Занятия с молодыми коллегами проходят в особенной, творческой, теплой атмосфере. Мы обсуждаем вопросы, интересующие молодых специалистов, например «Как поддержать дисциплину на уроке», «Система работы с родителями».

Особое место занимают вопросы сохранения психологического здоровья и профилактики профессионального выгорания педагогов. Молодые специалисты обучаются способам регуляции эмоционального состояния релаксации и аутотренинга.

Развитие добровольчества – тренд нашего времени. Работа с волонтерами - мое любимое направление работы. Профилактика аутодеструктивного поведения подростков, формирование ЗОЖ и ответственного отношения к своему здоровью, формирование толерантного отношения к себе и окружающим, предупреждение агрессивного поведения, информационная безопасность, сохранение репродуктивного здоровья, формирование ответственного отношения к созданию семьи, ответственное родительство – неполный перечень направлений работы с волонтерами. Обучаясь на тренингах, ребята затем сами проводят занятия со сверстниками. Волонтеры нашей школы, мои воспитанники, активно участвуют в жизни всего муниципального образования, являются членами общественного молодежного совета «Южное сияние», в состав которого входит учащаяся и рабочая молодежь. Мы продолжаем тесно сотрудничать, проводим совместные занятия в рамках молодежных слетов.

Остановлюсь еще на одном направлении моей работы - работе с родителями. «Не воспитывайте детей, все равно они будут похожи на вас. Воспитывайте себя…» английская пословица, на мой взгляд, очень точно отражает суть родительства, с которой я начинаю встречи с родителями детей разного возраста, в том числе с ОВЗ. Работая педагогом - психологом более 25 лет, я каждый день убеждаюсь в мудрости этих слов. Приходя в школу, зачастую неся огромный груз своих нерешенных проблем, родители слышат, в первую очередь, об ответственности, о внимании и понимании родителями своих детей, оказании детям поддержки со стороны родителей. Но это возможно, только когда сами родители обладают достаточным запасом сил, знаний и мудрости и… психологического здоровья! Ведь для того, чтобы воспитать психологически здорового ребенка взрослый должен быть психологически здоров. Поэтому в своей работе с родителями я уделяю большое внимание поддержке родителей, Востребованной формой остаются индивидуальные беседы и консультирование родителей. Индивидуально-групповые занятия я провожу в комнате психологической разгрузки, сенсорной комнате, в кабинете педагога-психолога, где родители имеют возможность научится регулировать свой эмоциональное состояние с помощью приемов песочной терапии, ароматерапии и других методов.

Инновационная работа предполагает трансляцию своих взглядов, наработок, то есть участие в семинарах, методических совещаниях, публичных отчетах школы, публикацию материалов. За последние три года вопрос о сохранении психологического здоровья всех участников образовательной деятельности как важного условия конкурентоспособности школы, неоднократно обсуждался на семинарах различного уровня. На сайтах Инфоурок, Социальная сеть работников образования, мною опубликованы материалы с рекомендациями родителям детей с ОВЗ по сохранению психологического здоровья, рекомендации родителям выпускников, программа работы по сохранению психологического здоровья педагогов.

По мнению Ямбурга Е.А. «Хорошая школа должна быть инновационной, адаптивной и комфортной». Именно такая школа становится конкурентоспособной.

[**Социальная адаптация детей с задержкой психического развития**](https://moluch.ru/archive/313/71440/)

***Суркова Регина Равильевна,***

***педагог - психолог, учитель - логопед***

***МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

**Аннотация.** В статье представлен теоретический анализ причин, влияющих на возникновение задержки психического развития. Дети с задержкой психического развития отличаются своеобразием речевого развития. Это проявляется как в задержке темпа развития отдельных сторон речи, так и в характере недостатков речевого развития. Поиск общих и специфических особенностей, изучение причин и механизмов образования некоторых дефектов психического развития, позволят в раннем возрасте выявлять нарушения, искать способы их коррекции.

Отношение мысли к слову есть, прежде всего, не вещь,

а процесс, это отношение есть движение от мысли

к слову и обратно — от слова к мысли.

Это отношение представляется в свете психологического

анализа как развивающийся процесс.

*(Выготский Л.С.)*

Среди всевозможных форм психических нарушений одной из наиболее популярных - задержка психического развития (ЗПР). Больше половины легких отклонений в интеллектуальном формировании характеризуются педагогами и психологами как «задержка психического развития».

ЗПР - синдром временного отставания формирования психики в целом или отдельных ее функций, затормаживание темпа реализации вероятных возможностей организма, нередко обнаруживается при поступлении в школу и выражается в недостаточности общего запаса знаний, ограниченности представлений, незрелости мышления, небольшой умственной целенаправленностью, преобладании игровых интересов, быстрой пере насыщаемости в умственной деятельности. Это особый тип психического развития, характеризующийся незрелостью раздельных психических и психомоторных функций или психики в целом, формирующийся под влиянием наследственных, социально-средовых и психологических факторов.

Понятие ЗПР у детей заявляет факт отставания в формировании психической деятельности ребенка. Слово «задержка» подчеркивает временной (несоответствие степени психического развития возрасту) и одновременно в значительном количестве случаев непостоянный характер отставания, которое с возрастом тем успешнее преодолевается, чем раньше дети с данной патологией попадают в соответственные для них условия воспитания и обучения. Основной первопричиной ЗПР являются слабо выраженные (минимальные) базисные повреждения мозга ребенка либо врожденные, либо приобретенные во внутриутробном, при родовом, а также в ранних периодах его жизни.

Можно дать более детальную характеристику задержки психического развития:

- действия данных детей подходит более младшему возрасту (менее активны, безынициативны, у них слабо сформулированы познавательные интересы, проявляющиеся в бесконечных вопросах естественно развивающихся дошкольников);

- заметно отстают они и по сформированности регуляции и саморегуляции поведения, в результате чего не могут хотя бы условно продолжительно сосредоточиться на каком-либо одном занятии;

- главная деятельность (игровая) у них еще слабо сформирована;

- обозначается недоразвитие эмоционально-волевой сферы, что выражается в примитивности эмоций и их неустойчивости: дети свободно переходят от смеха к слезам и наоборот;

- отставание детей в речевом формировании выражается в ограниченности словаря, малой сформированности грамматического строя, присутствии у многих из них недостатков произношения и звукоразличения, а еще в низкой речевой активности.

Детям с ЗПР присущи признаки базисного инфантилизма: недостаток ярких эмоций, небольшой уровень аффективно-потребностной сферы, высокая утомляемость, слабость волевых процессов, гиперактивность. Замечают характерные им проявления гиперактивности, импульсивности, увеличение степени тревожности и агрессивности, эмоциональную неустойчивость, расположение к подражанию, недостаточную дифференцированность и неадекватность эмоциональных реакций на воздействия окружающей среды. Всем детям с ЗПР свойственно сокращение внимания и работоспособности. Притом у отдельных детей максимальное усиление внимания замечается в начале какой-нибудь деятельности, а потом оно неуклонно снижается. У других - концентрация внимания намечается исключительно после того, как они выполнили определенную часть задания.

Еще встречаются дети с ЗПР, которым свойственна нестойкость, повторяемость в концентрации внимания. Для этой группы детей характерно сокращение длительной и кратковременной памяти, произвольного и непроизвольного запоминания, низкая эффективность и недостаточная устойчивость запоминания (особенно при большой нагрузке); слабое формирование опосредованного запоминания, ограничение при его осуществлении интеллектуальной активности. Было выявлено, что детям с ЗПР необходимо побольше времени, чем их нормально развивающимся сверстникам, для приема и переработки сенсорной информации. Веское отставание и своеобразие раскрывается в формировании мыслительной деятельности младших школьников с задержкой психического развития. Это выражается в несформированности таких операций, как анализ, синтез, в неумении акцентировать значимые качества предметов и делать обобщение, в невысоком уровне развития абстрактного мышления. Анализ объектов у учащихся с задержкой психического развития различается наименьшей полнотой и недостаточной тонкостью, они выделяют в изображении практически двукратно меньше признаков, чем их естественно формирующиеся сверстники. Активность детей при анализе признаков ведется чаще всего хаотично, без плана. похожая картина показывается при исследовании процесса обобщения. Недостающий уровень сформированности операции обобщения у младших школьников с задержкой психического развития ясно выражается при выполнении задач на группировку предметов по родовой принадлежности.

Временами это бывает объединено с недостаточным личным опытом ученика и бедностью его представлений о предметах и явлениях охватывающей действительности. Для очень многих детей с особыми образовательными потребностями свойственны недостаточная гибкость мышления, расположение к стереотипным, стандартным методам решения. Такие школьники в начале обучения слабо владеют операцией абстрагирования. Задания, решение которых требует абстрактного мышления, особенно трудны для детей с задержкой психического развития. Процесс решения умственных задач обусловливается эмоционально-волевыми свойствами младших школьников. Они стремятся избежать усилий, связанных с умственным усилием при решении интеллектуальных задач. Зачастую дети с задержкой психического развития часто заменяют тяжелую для них задачу более легкой, называют первый, пришедший на ум ответ, и задача оказывается не решенной даже в тех случаях, если потенциально они в состоянии справиться с нею.

Максимальные затруднения появляются у детей с ЗПР при выполнении заданий, требующих словесно-логического мышления. Наглядно-действенное мышление оказывается нарушенным в значительно наименьшей степени. В наибольшей степени страдает наглядно-образное мышление. Их наглядно-образному мышлению присуща малая подвижность образов-представлений. Как правило, словесно сформулированные задачи, касающиеся к ситуациям, близким детям с ЗПР, решаются ими на достаточно высоком уровне. Несложные же задачи, созданные даже на наглядном материале, но отсутствующем в жизненном опыте ребенка, вызывают огромные трудности. Речь детей с ЗПР еще имеет ряд особенностей. Так, их активный словарь существенно сужен, убеждения недостаточно точны. Ряд грамматических категорий в их речи всегда отсутствует.

Как логопед в процессе коррекционной работы я стараюсь организовать умственную и речевую деятельность детей, вызвать положительную мотивацию, максимально активизирую познавательную деятельность детей с ЗПР, использую разнообразные приемы и методы, эффективно осуществляю помощь детям в зоне ближайшего их развития. Основными направлениями являются:

- развитие мыслительных операций анализа, синтеза, сравнения, обобщения.

- развитие зрительного восприятия, анализа, зрительной памяти.

- коррекция нарушения моторного развития, особенно нарушений ручной и артикуляционной моторики.

- коррекция нарушений звукопроизношения, искажений звуковой структуры слова.

- развитие лексики (обогащение словаря, уточнение значений слова, формирование лексической системности, структуры значения слова, закрепление связей между словами).

- формирование морфологической и синтаксической систем языка.

- развитие коммуникативной, познавательной и регулирующей функций речи.

**Тренинг**

**«Счастливые родители - счастливые дети».**

**(в рамках работы семейного клуба «Улыбка» для семей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья»)**

***Сальнова Мария Александровна,***

***педагог-психолог***

***МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

**Цель:** повышение родительской компетентности в вопросах сохранения и формирования психологического здоровья; осознание значимости и разумности меры родительской заботы; формирование мотивации на улучшение взаимоотношений с детьми; актуализация чувства единения во взаимоотношениях родителей и детей.

**Задачи:**

1.Способствовать снижению эмоционального напряжения;

2. Обучить приемам регуляции эмоционального самочувствия, позитивного мышления, поиск внутренних ресурсов для преодоления возникающих препятствий.

3. Овладение приемами взаимодействия с ребенком.

**Участники:** родители, воспитывающие детей с ОВЗ

**Длительность тренинга:** 30 - 35 минут

**Материалы и оборудование:** магнитная доска, рисунок сердца (разрезанный на части), ноутбук, музыка для релаксации, фломастеры.

**Условия проведения**: занятие проводится в кабинете педагога-психолога или кабинете психологической разгрузки, участники размещаются полукругом на удобных стульях или пуфах.

**Ход тренинга.**

«Лучший способ сделать детей хорошими

– это сделать их счастливыми»

О. Уайльд

*Педагог-психолог*. Добрый день, уважаемые родители. Я рада видеть вас снова на очередном занятии клуба «Улыбка». Наше сегодняшнее занятие называется «Счастливые родители - счастливые дети». Счастье – это то, что находится внутри и почти всегда не зависит от внешних факторов. Только человек может решить, быть ему счастливым или нет. А если мы сами не умеем находить внутреннее равновесие, правильно проживать негативные эмоции и извлекать из них уроки, как же мы научим этому наших любимых деток? Недаром говорят, что нужно воспитывать себя, ведь именно родители - опора и поддержка для ребят. Так давайте учиться жить полной жизнью вместе!

Итак, начнем с приветствия друг друга.

***Разминка «Подари улыбку»***

Попрошу всех встать в круг, и взяться за руки. Каждый по очереди дарит улыбку своим соседям слева и справа, важно при этом смотреть друг другу в глаза.

***Упражнение 1******«Я забочусь»***

*Инструкция:* представьте себе всех тех людей, о которых вы должны заботиться, за жизнь и поведение которых чувствуете ответственность. Составьте свой список. Озвучивание списков. Обсуждение: «Включил (а) ли я себя в этот список?»

Выполнив упражнение, всем участникам предлагается занять свои места.

*Педагог-психолог:* Мы уже определились, что просто необходимо заботится не только об окружающих, но и о себе, а это труд, и, прежде чем мы продолжим, напоминаю вам правила работы на занятии.

***Правила тренинга:***

1. Стараемся слушать и слышать друг друга.
2. Кратко и четко, высказываем свои мысли, не забываем об основной теме.
3. Обсуждаем проблему, а не личность.
4. Реализуем правило «здесь и сейчас».
5. Говорим только от своего имени.

***Упражнение 2******на регуляцию эмоционального состояния***

***«Измени свой пульс*»**

Нащупайте у себя на запястье место, где биение сердца ощущается отчётливее всего. Сосчитайте количество ударов в течение 15 секунд, умножьте полученный результат на 4. Так мы вычислим количество ударов в минуту. Закройте глаза. Расслабьтесь. Вспомните и во всех деталях представьте ситуацию, когда вы сильно радовались. (Даю 2 минуты). Сосчитайте пульс теперь. А теперь припомните ситуации, когда сильно боялись, испытывали обиду, чувствовали себя счастливыми. После каждого из воспоминаний фиксируется пульс и отмечается, как он изменяется по сравнению с предыдущими измерениями.

Так при каких же обстоятельствах нам может пригодиться умение произвольно изменять своё состояние? От чего зависит, насколько хорошо или плохо это получается у того или иного человека?

Итак, это упражнение очень ярко демонстрирует, как наши физиологические реакции зависят от эмоционального состояния. Мы можем самостоятельно контролировать психологическое и физическое состояние через направленное воображение: представление тех ситуаций, которые подразумевают желательные изменения.

***Упражнение 3 «Кувшин чувств»***

Давайте представим, что наши чувства и эмоции – это некий сосуд. На дне сосуда находится самое главное его содержимое, и когда нам хорошо, то сосуд невозможно выплеснуть. Когда же нам плохо, то из него льется, как говорится, через край.

Если вы видите своего ребенка во втором состоянии, первое, что вы можете и должны сделать, – это обнять его, прижать к себе и держать возле себя столько, сколько нужно ребенку. Когда ему будет достаточно, он сам отойдет.

При этом вы ни в коем случае не похлопывайте его по спине и не поглаживайте, будто бы «все это такие мелочи, что до свадьбы заживет». Вы просто его обнимайте.

Ребенок должен знать, что родители его всегда поймут и примут, что бы с ним ни случилось.

Ребенку подобные знаки безусловного приятия особенно нужны, как пища растущему организму. Они питают его эмоционально, помогая психологически развиваться. Если же он не получает таких знаков, то появляются эмоциональные проблемы, отклонения в поведении, а то и нервно-психические заболевания.

Обычный человек становится родителем, когда у него появляется ребенок. А что же хотят наши дети?

***Упражнение 4 «Чего хотят дети?»***

Для упражнения понадобится рисунок сердца, разрезанный на части. Каждая часть нумеруется – чтобы в дальнейшем было удобнее и легче собрать мозаику.

*Педагог-психолог*: «Представьте мысленно, что вы вернулись в детство. Вам 8-10 лет. Вспомните, чего больше всего хотелось? Запишите одной фразой». *(Участники записывают свои ответы на розданных им частях сердцах, после чего зачитывают и анализируют написанное).* Затем педагог-психолог предлагает из полученных частей собрать мозаику и делает вывод: «Чего на самом деле хотят дети – это много любви, тепла и ласки».

***Упражнение 5 «Эксперимент»***

*Педагог-психолог:* Сейчас давайте поставим небольшой, простой эксперимент. Я вас всех попрошу, все поднимите вверх указательный палец. *(В это время педагог показывает руку с поднятым большим пальцем)*. Быстро, все поднимите, выше поднимите, еще выше. Теперь посмотрите, что вы сделали. Посмотрите! Я же просила поднять указательный палец, а вы подняли большой палец. Вы взрослые люди. Ведь вы же сделали, не то что я вам сказала, а вы взяли и сделали то, что я сделала. Так вот, запомните! Дети наши тем более, делают не то, что мы им говорим, а дети делают, то, что мы с вами делаем! **Дети нас не слышат, они на нас смотрят***.*

***Упражнение 6 «Разговор с собой»***

*Все сидят по кругу, звучит спокойная музыка, имитирующая плеск волн*.

*Педагог-психолог:* Сейчас каждый из вас совершит путешествие. Садимся по удобнее, закрываем глаза. Представьте, что вы идете по тропинке, спускаетесь к реке. Вода тихо струится, переливается. Вы смотрите на воду – и вдруг мир вокруг вас меняется. Я не знаю, как, но вы знаете это. Вы смотрите на берег и видите вдалеке маленького ребенка. Он играет один. Он кажется вам очень близким. Вы подходите и видите, что это вы сам, только маленький, беспечный, беззащитный. Он глядит на мир большими, изумленными глазами. Он еще многого не знает. Подойдите к нему ближе. Сейчас вы сможете прикоснуться к нему. Вы можете сказать ему какие-то важные, нужные слова. Поблагодарите его за то, что он помог вам стать тем, кто вы есть сейчас. Теперь вы можете впустить его внутрь себя или отпустить его. Только помните, что в вас всегда есть частичка этого маленького существа. Открываем глаза.

***Рефлексивный круг***: все по кругу заканчивают фразу: «Мой ребенок для меня…».

*(Ответы родителей.)*

***Заключение***

Эта история произошла давным-давно в старинном городе, в котором жил великий мудрец. Слава о его мудрости разнеслась далеко вокруг его родного города. Но был в городе человек, завидующий его славе. И вот решил он придумать такой вопрос, чтобы мудрец не смог на него ответить. И он пошел на луг, поймал бабочку, посадил ее между сомкнутых ладоней и подумал: «Спрошу-ка я у мудреца: скажи, о мудрейший, какая бабочка у меня в реках - живая или мертвая? Если он скажет - живая, я сомкну ладони, и бабочка умрет, а если он скажет - мертвая, я раскрою ладони и бабочка улетит. Вот тогда все поймут, кто из нас умнее». Так все и случилось. Завистник поймал бабочку, посадил ее между ладонями и отправился к мудрецу.

И он спросил у того: «Какая бабочка у меня в руках, о мудрейший, - живая или мертвая?»

И тогда мудрец, который действительно был умным человеком, сказал:

«Все в твоих руках…»

***Заключительная часть***

Вот и подошел к концу наш тренинг. Хотелось бы, чтобы он помог вам не только в воспитании ваших детей, но и понимании себя и укреплении вашего психологического здоровья.

Наша встреча подошла к концу, и хотелось бы услышать ответы на следующие вопросы.

1. С чем вы уходите с этой встречи (настроение, переживания, мысли)?
2. Что вы пожелаете себе и своим близким?

*(Ответы родителей)*

Уважаемые родители! Надеюсь, сегодняшняя встреча показала вам, как важно сохранить позитивный настрой на жизнь и какое это счастье - быть родителем!

На этом наше занятие закончено.

Удачи вам и душевного благополучия! Всем спасибо!

**Из опыта работы классного руководителя по формированию у обучающихся навыков здорового образа жизни**

***Надысева Марина Викторовна,***

***учитель иностранных языков***

***МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

**Аннотация:** в рамках реализации нового образовательного стандарта внеурочная работа со школьниками, направленная на развитие личности ребёнка и формирование установки на здоровый образ жизни, занимает особое место. Задача школы, классного руководителя – использовать все возможные ресурсы для достижения поставленной цели.

**Ключевые *слова*:** здоровье, здоровый образ жизни, воспитательная работа, сотрудничество.

В соответствии с гл.1 ст.3 Федерального закона № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», одним из основных принципов государственной политики является приоритет жизни и здоровья человека и свободного развития личности [1].

Целевыми ориентирами результатов воспитания на уровне основного общего образования в физическом направлении являются:

- понимание ценности жизни, здоровья и безопасности человека в обществе, значения личных усилий человека в сохранении здоровья своего и других людей;

- установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

- проявление неприятия вредных привычек и понимание их последствий;

- понимание правил безопасности, в том числе безопасного поведения в информационной и интернет-среде;

- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, меняющимся социальным условиям. [2]

Воспитательная работа классного руководителя с классом в плане формирования здорового образа жизни проводится в соответствии с вышеуказанными целевыми ориентирами.

Одной из основных форм работы является проведение классных часов, многие из которых направлены на пропаганду здоровьесбережения: «Здоровое питание», «Еда: полезная и не очень», «Режим дня школьника», «Личная гигиена», «Есть ли польза от закаливания?», «Кто я?» и др. Классные часы проводятся в форме дискуссий, викторин, обсуждения проблемных ситуаций, анкетирования и консультаций школьного психолога. Школьники пишут эссе на тему: «Что такое вакцинация», «Факторы здоровья». В 2022 году ребята победили в школьном конкурсе и получили звание «Самый питающийся класс». Ребята посещают познавательные мероприятия в детской библиотеке, центре детского творчества, кинотеатре.

Большое внимание уделяется профилактике вредных привычек и знанию правил безопасного поведения в информационной среде. С этой целью организуются беседы по правилам пользования социальными сетями, предупреждению употребления ПАВ: никотиносодержащих изделий, алкоголя, наркотических средств. Ребята смотрят и анализируют краткометражные обучающие фильмы, участвуют в конкурсах рисунков по данной тематике. Регулярно проводятся инструктажи.

Ежегодно учащиеся нашей школы выезжают в детский спортивно-оздоровительный лагерь «Родник». Ребята получают полноценное питание, закаливаются, отдыхают. Всё это возможно благодаря совместным усилиям взрослых.

Важную роль в формировании установки на здоровый образ жизни, несомненно, играет семья ребёнка, ведь воспитание начинается именно в ней. Родители оказывают в этом плане большую поддержку классному руководителю, участвуя совместно с детьми в мероприятиях. Это и традиционный в школе День здоровья, где класс занял первое место, и фестиваль семей «Семья – здоровая планета». Совместное с родителями посещение бассейна в физкультурно-оздоровительном комплексе «Центр-Юг», профилактические беседы дают возможность не только укрепить здоровье, но и поддерживать эмоционально-психологический комфорт в классном коллективе и семьях обучающихся.

Родители организуют экскурсии на предприятия района. Познавательным и эмоциональным было посещение ветеринарной клиники, где дети узнали о привычках и болезнях животных, факторах риска для человека и мерах профилактики при общении с домашними питомцами.

Проведение общешкольных и классных родительских собраний, лекториев и всеобучей с приглашением сотрудников полиции, медицинских работников также вносит свой вклад в воспитание здорового поколения.

Среди учеников класса много спортсменов. Ребята занимаются тхэквондо, лёгкой атлетикой, конным спортом, боксом, играют в футбол, баскетбол, хоккей, настольный теннис. Ежегодное участие и призовые места в соревнованиях различного уровня возможны благодаря тесному сотрудничеству школы с физкультурно-оздоровительными учреждениями социума и поддержке родителей.

Целенаправленная работа по формированию здорового образа жизни приносит свои результаты. Это не только спортивные победы, но и снижение количества пропусков занятий по болезни, повышение уровня эмоционального благополучия в классе.

**Литература:**

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ) // [Электронный ресурс] / Режим доступа: <https://www.consultant.ru>
2. Примерная основная образовательная программа основного общего образования. (Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, приказ от 15.09.2022 №6/22 // [Электронный ресурс] / Режим доступа: <https://fgosreestr.ru>

**Участие родительского комитета класса в формировании**

**культуры здоровья учащихся**

***Андреянова Юлия Валентиновна.,***

***учитель математики и информатики***

***МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

**Аннотация:** В статье говорится о деятельности классного руководителя по организации и результативной работе родительского комитета, его роли в создании комфортных условий для успешного обучения, всестороннего развития личности детей, формировании культуры здоровья и здорового образа жизни

**Ключевые слова**: родительский комитет, здоровьеформирующая деятельность родительского комитета, культурный капитал личности, преемственность, сотрудничество, конкурентоспособность

Национальный проект «Образование» – это инициатива, направленная на достижение двух ключевых задач:

*Первая* – обеспечение глобальной конкурентоспособности российского образования и вхождение Российской Федерации в число 10 ведущих стран мира по качеству общего образования.

*Вторая –* воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций [3].

Система образования рассматривается как система условий для личностного становления, культурного саморазвития его субъектов (учащихся, педагогов, родителей).

Эффективность воспитания, развития, становление ребенка как личности зависит от того, насколько тесно взаимодействуют школа и семья.

Непременным условием стабильности и нормального развития школьника является сотрудничество родителей с педагогическим коллективом школы, в которую поступил их ребенок. Важно, чтобы взаимодействие педагогов и родителей не противоречили друг другу, а положительно и активно воспринимались ребёнком. Это осуществимо, если педагоги и родители станут союзниками и единомышленниками, заинтересованно и согласовано будут решать проблемы воспитания. Именно семья с раннего детства призвана заложить в ребенка фундамент добра, порядочности, ответственности, нравственные ценности, ориентиры на построение здорового образа жизни. В семье закладываются, а в школе эти качества развиваются. Помочь семье в воспитании и обучении детей и одновременно поднять её ответственность за воспитание возможно в результате систематической, последовательно организованной работы [2].

Однако практика показывает, что некоторые родители не имеют специальных знаний в области воспитания и привития навыков здорового образа жизни [2].

Ведущую роль в организации сотрудничества школы и семьи играют классные руководители. От их работы зависит то, насколько семьи понимают политику, проводимую школой по отношению к воспитанию, обучению детей, и участвуют в ее реализации. При этом семья должна рассматриваться как главный заказчик и союзник в воспитании детей, а объединение усилий родителей и педагога создаст благоприятные условия для развития ребенка. Свою задачу как классный руководитель я вижу в том, чтобы найти наиболее эффективные способы решения этой проблемы. Работа с родителями всегда считалась одной из самых трудных в педагогической деятельности учителя. Родители учеников являются равноправными участниками образовательной деятельности, с которыми делятся усилия и ответственность за итоги педагогической работы [2].

Родители могут немало сделать для того, чтобы ребёнок любил школу и учился с радостью. Родители нуждаются не только в информировании со стороны школы. Родитель должен чувствовать, что он нужен школе и что школа работает с ним постоянно и системно. В каждой школе есть родители, которые полностью посвящают себя воспитанию детей, они ждут от педагогов советов и рекомендаций, готовы подключиться к общественным делам и активно проявляют себя в общественной и досуговой жизни своего ребенка и всего классного коллектива в целом.

Многие родители откликаются на стремление педагога к сотрудничеству, проявляют интерес к объединению усилий по воспитанию своего ребенка. Важную роль в сотрудничестве родителей учеников и классного руководителя играет родительский комитет класса. Родительский комитет класса – это коллегиальный орган самоуправления, деятельность которого направлена на взаимодействие с педагогами, работающими в классе, классным руководителем на организации сотрудничества семьи и школы на благо учащихся класса.

Я убеждена в том, что преемственность – залог успешной адаптации обучающихся в основной школе. Перед тем, как стать классным руководителем моего шестого класса (теперь уже восьмого!) я в течение года знакомилась с деятельностью их учителя - классного руководителя в начальной школе и их родительского комитета, изучала детей. Маленький секрет: этот классный руководитель – моя мама, Валентина Ивановна Войтко, хороший учитель, профессионал, преданный своему делу человек, воспитавший не одно поколение ребят. Ей, во многом, я обязана выбором своей профессии.

Основной целью работы родительского комитета является создание благоприятных условий для успешного обучения, всестороннего развития личности детей и укрепления их здоровья. Сегодня педагоги проявляют интерес к теории Пьера Бурдьё, французского философа, социолога, который выделяет три основных типа капитала: экономический, культурный и социальный. Экономический капитал проявляется в форме денег и прав собственности; культурный – в форме знаний и образовательных квалификаций; а социальный образуется за счет связей, статуса и влияния. Все типы капитала воздействуют друг на друга и могут конвертироваться, при определенных условиях, один в другой (как на общественном уровне, так и на личном). Культурный капитал – это объём знаний, навыков и представлений (в виде понимания и внутренних аргументаций), который удалось наработать в течение жизни. Причём, что важно, это можно сделать только самостоятельно. «Подобно наращиванию физической мускулатуры или приобретению загара, это невозможно сделать через вторые руки» – так объясняет Бурдьё. Однако характер приобретения может быть осознанным и неосознанным: в семьях, где уже имеется большой культурный капитал, ребенок начнёт его усваивать гораздо раньше, нежели в семье, которая не обладает данным капиталом, отсюда и вытекает скрытая форма передачи культурного капитала по наследству[1].

Направлениями совместной работы классного руководителя и родительского комитета являются духовно - нравственное, патриотическое, трудовое, здоровьесберегающее, эстетическое [3].

Среди моих родителей-активистов много творческих личностей, заряженных на успешность, конкурентоспособность своего ребёнка. И этот задор они передают другим родителям. Они делают все, для того, чтобы детям было интересно учиться и весело проводить досуг.



Рис.1. Родительский комитет класса

На одном из направлений деятельности родительского комитета хочу остановиться подробнее.

Большую роль мы отводим формированию культуры здоровья подрастающего поколения. Наша школа – Школа здоровья. Она имеет статус научно-методического центра региональной программы развития инновационных процессов по распространению и продвижению опыта по проблеме исследования «Интеграция здоровьеформирующей деятельности образовательной организации и физкультурно-оздоровительных учреждений социума как фактор обеспечения ее конкурентоспособности».

Учащиеся моего класса активно принимают участие в спортивных мероприятиях, посещают физкультурно-оздоровительные учреждения: футбольный клуб «Нефтяник», детскую юношескую спортивную школу, школьные секции. Выходные дни совместно с родителями мы проводим в ФОК «Центр - ЮГ», ледовом дворце «Олимп», часто устраиваем соревнования между родителями и детьми.



Рис.2. Проведение досуга в ледовом дворце «Олимп»

Ежегодно дети с родителями участвуют в различных спортивных соревнованиях, таких как День здоровья, спортивные эстафеты «Папа, мама, я – спортивная семья», конкурс плакатов «Мы за ЗОЖ», где обучающиеся класса занимают призовые места.

Совместно с родителями в ФОК «Центр - Юг» проводим соревнования по плаванию, пионерболу, баскетболу и эстафеты.

Морозова Александра, Гошкина Анастасия и Шакурова Лиана являются неоднократными победителями соревнований по мини - футболу среди общеобразовательных организаций Ульяновской области в рамках Всероссийского проекта «Мини – футбол – в школу» в сезоне 2020 - 2021 учебных годов, VI Традиционного турнира по мини - футболу, посвященном памяти Н.П. Старостина среди девочек 2007 - 2008 года рождения.

Для участия в соревнованиях девочки выезжают в разные города г. Москва, г. Казань, г. Нижний Новгород, г. Сызрань.

В проведении мероприятий на помощь классному руководителю всегда готовы прийти председатель родительского комитета Кузяева В.Р. и ее помощники Шакурова Е.А., Ахмерова Ю.Ю., Зимина С.В.

Участие в спортивной жизни класса и района помогает ребятам быть успешными в обучении и творчестве.



Рис.3. Женская футбольная команда клуба «Нефтяник»

Очевидно, что без участия родителей обучающихся эта работа не была бы столь эффективной. Родительский комитет свои примером вдохновляет родительские комитеты других классов на совместное сотрудничество по формированию здорового образа жизни.

В 2020 году Федеральное государственное бюджетное учреждение «Российский детско-юношеский центр» совместно с Общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организацией «Российское движение школьников» на территории Российской Федерации проводили Всероссийский конкурс родительских комитетов «Лучший родительский комитет 2020» и мы решили поучаствовать в нем, где показали неплохие результаты и заняли 15 место из 118 по РФ.



Рис. 4. Грамота за участие во Всероссийском этапе Всероссийского конкурса «Лучший родительский комитет 2020»

**Литература:**

1. Д. Гардари. Что такое культурный капитал и как он влияет на жизнь. <https://www.gardari.art/chto-takoe-kulturnyj-kapital/>
2. Зубова А.Б. Классный родительский комитет - важнейшая опора классного руководителя. <http://kirolg.ru/rabota-s-roditelyami/klassnyy-roditelskiy-komitet-vazhneyshaya-opora-klassnogo-rukovo>
3. Программа развития воспитания в образовательных организациях Ульяновской области на 2019 - 2025 годы. Утверждена Распоряжением Министерства образования и науки Ульяновской области №1243-р от 12.07.2019г.

**Воспитание классного коллектива на основе здоровьесбережения**

***Матвеева Елена Геннадьевна,***

***учитель русского языка и литературы***

***МОУ средней школы № 2 р.п. Новоспасское***

**Аннотация.** В статье описана работа по формированию ЗОЖ учащихся класса, которая проводится в тесном сотрудничестве с родителями, поскольку воспитание культуры здорового образа жизни закладывается в семье. Работа с родителями строится по двум направлениям: просвещение самих родителей и активизация родительской помощи в проведении мероприятий с детьми.

**Ключевые слова:** здоровьесберегающие технологии, физкультурно-оздоровительное воспитание, родительсккий актив, интеграция здоровьесберегающей деятельности.

Сегодня тема сохранения здоровья учащихся приобретает всё большую актуальность, что связано с ухудшением экологической ситуации, увеличением ряда техногенных факторов, неблагоприятной социальной обстановкой. Воспитание здорового поколения является одной из приоритетных задач школы XXI века.

***Здоровый образ жизни*** обеспечивает сочетание полноценной биологической и социальной адаптации с возможностью максимального самовыражения нации, класса, социальной группы, отдельных людей в конкретных условиях жизни и который предполагает дальнейшее развитие общества.

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (ст.51) гласит: «Образовательное учреждение создает условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья учащихся».

Действительное беспокойство создаёт состояние здоровья школьников, а в особенности подростков. Почти треть юношей по медицинским показаниям не годятся для службы в Вооруженных Силах, а те, которые признаны годными, редко отличаются хорошим здоровьем [2]. Поэтому главными задачами современной школы являются: воспитание здоровой личности, ориентированной на здоровый образ жизни; организация образовательного процесса, который не навредит здоровью ребенку; использование доступных каждой школе средств охраны здоровья и развития школьника. Новое качество образования может быть достигнуто лишь при создании определенных условий, направленных на сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

Целью моей работы как классного руководителя является воспитание физически здоровой, психически и нравственно устойчивой, духовно богатой, социально активной, ответственной личности, способной к дальнейшему самосовершенствованию. Одним из направлений программы воспитательной работы в классе является физкультурно-оздоровительное воспитание.

Организация воспитательной деятельности по формированию здорового образа жизни обучающихся предполагает решение следующих задач:

- формирование ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;

- выработка умений и навыков сохранения и укрепления здоровья, безопасного и ответственного поведения;

- закрепление гигиенических навыков и привычек;

- приобщение к разумной физической активности;

- формирование умения противостоять разрушительным для здоровья формам поведения.

Реализация этих задач осуществляется классным руководителем с учетом мнений и запросов всех участников учебно-воспитательного процесса, а также результатов мониторинга здоровья.

В случае успешной реализации программы можно прогнозировать результаты:

-приобщение наибольшего количества обучающихся к здоровому образу жизни;

-формирование у учащихся сознательной дисциплины, навыков культурного поведения в общении с окружающими;

- вовлечение всех учащихся в активную деятельность класса и школы;

- умение строить свою жизнь по законам гармонии, красоты и ЗОЖ, творить прекрасное в досуговой деятельности;

- стремление к физическому совершенствованию, здоровому образу жизни;

- создание ситуации успеха.

Наша школа является научно-методическим центром региональной программы развития инновационных процессов по теме «Интеграция здоровьеформирующей деятельности образовательной организации и физкультурно-оздоровительных учреждений социума как фактор повышения ее конкурентоспособности».

В соответствии с программой деятельности научно-методического центра в школе совместно с МАУ физкультурно-оздоровительным комплексом «Центр-Юг», МАУ Дворцом спорта «Олимп», детской юношеской спортивной школой, футбольным клубом «Нефтяник» на интеграционной основе осуществляется спортивно-оздоровительную деятельность: проводятся уроки плавания и ОФП, занятия в спортивных объединениях, соревнования, совместные спортивные мероприятия. Учащиеся моего класса - члены школьного спортивного клуба «Кристалл**».** Занимаются в секциях волейбола и баскетбола, в составе сборной команды школы принимают участие в спортивных соревнованиях школьного и муниципального уровня**.**

Командные виды спорта развивают в ребенке социальное мышление, учат работать в группе, что поможет легко адаптироваться в обществе. Любая спортивная команда - это сплоченный коллектив, в котором вырабатываются такие качества, как дружба, уважение, честность, справедливость.

В плане работы с учащимися во внеурочное время проводятся:

- спортивные конкурсы, соревнования внутри класса и между классами, спартакиады, олимпиады, марафоны;

- предметные вечера, спортивные викторины, тематические классные часы по спортивной тематике, праздники и фестивали спорта и творчества, конкурсы рисунков и плакатов, пропагандирующих здоровый образ жизни;

- тематические консилиумы и собрания, - беседы, дискуссии на спортивную тематику;

- походы выходного дня, туристические походы, дни здоровья;

- интерактивные игры, индивидуальные и групповые консультации по вопросам пола.

Учащиеся класса является активными участниками ежегодных Дней здоровья, месячников здорового образа жизни, общешкольных Малых олимпийских игр. 90 % детей посещают секции бокса, волейбола, футбола.

Практикую проведение классных часов, направленных на воспитание бережного отношения к своему здоровью: «Вредные привычки»; «Здоровье не купишь, его разум дарит», «Посеешь привычку, пожнёшь характер»

Работа по формированию здорового образа жизни в классе всегда проводится в тесном сотрудничестве с родителями, ведь основа воспитания культуры здорового образа жизни закладывается в семье. Работа с родителями строится по двум направлениям: просвещение самих родителей и активизация родительской помощи в проведении мероприятий с детьми. До сведения родителей доводится необходимая информация о результатах мониторинга здоровья и физического развития их ребёнка, психологических тестов.

Среди педагогов школы и родителей много выпускников нашей школы. Поскольку проблема здоровьесбережения и здоровьеформирования более десяти лет является успешно реализуемой темой нашей инновационной деятельности, можно заявить о большом коллективе единомышленников, которых объединяет общая цель - физическое развитие и сохранение здоровья детей.

Наиболее эффективными формами сотрудничества педагогов с родителями в физическом воспитании детей стали открытые уроки физкультуры, спортивные занятия с школьниками, соревнования "Папа, мама, я - спортивная семья". Соревновательный процесс содействует укреплению здоровья и разностороннему физическому развитию школьников; налаживанию эффективного взаимодействия с родителями [1].

Родительское собрание – это основная форма работы с родителями, на которой обсуждаются и принимаются решения по наиболее важным вопросам жизнедеятельности класса, воспитания учащихся в школе и дома. Собрания проводятся в виде деловых игр, практикумов, конкурсов, мастерских, соревнований, лекций и бесед. Темы собраний следующие: «Папа, мама, я - здоровая семья», «Свободное время - для души и с пользой!», «Поощрения и наказания в семье», профилактика курения, употребления ПАВ, об организации питания, о безопасности на дорогах.

Итогом работы с родителями по данному направлению стала статья в сборнике «Организация здоровьеформирующей деятельности образовательного учреждения на основе использования социокультурного потенциала муниципалитета» (Из опыта инновационной работы педагогического коллектива средней школы № 2 р.п. Новоспасское): сборник материалов /под ред. Л.В. Талиповой - Ульяновск: УлГТУ, 2017 г.: «Работа классного руководителя с родителями по формированию здорового образа жизни школьников».

Путь к здоровью нелёгок. Но приятно осознавать, что анализ работы по сохранению здоровья учащихся моего класса показал, что значительно сократилось количество простудных заболеваний, не прогрессируют хронические заболевания, дети осознали, что правильный образ жизни важен для формирования здоровья, они стали более осознанно относиться к своему здоровью[3].

В своей работе по сохранению здоровья школьников и подготовке их к здоровому образу жизни я нашла союзников не только среди детей,но и взрослых: педагогов, а также родителей.

**Литература:**

1. Арсентьева М.В. Взаимодействие семьи и школы в формировании здорового образа жизни. М., 2014 г.

2. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. М., АРКТИ, 2003 г.

3. «Организация здоровьеформирующей деятельности образовательного учреждения на основе использования социокультурного потенциала муниципалитета» (Из опыта инновационной работы педагогического коллектива средней школы №2 р.п. Новоспасское): сборник материалов /под ред. Л.В.Талиповой - Ульяновск: УлГТУ, 2017 г.

4. «Работа классного руководителя с родителями по формированию здорового образа жизни школьников» <https://nsportal.ru/shkola/klassnoe-rukovodstvo/library/2013/07/04/obobshchenie-opyta-raboty-klassnogo-rukovoditelya-po>

**Создание культурной образовательной среды образовательной организации. Книга о классе «Гори всегда, гори во всём»**

***Савинова Валентина Викторовна,***

***учитель технологии и изобразительного искусства,***

***МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

**Аннотация.** В статьепоказаны этапы формирования ученического коллектива через внеурочную деятельность, раскрыта роль родительского комитета, педагогов - предметников, классного руководителя и самих учащихся в формировании сплочённого работоспособного коллектива.

**Ключевые слова:** образовательная среда, здоровый образ жизни, саморазвитие, воспитание

Образование сегодня все более начинает осознаваться как сложный культурный процесс, как личностно-ориентированная культурная деятельность, а система образования рассматривается как система условий для личностного становления, культурного саморазвития.. Это означает, что сегодня одним из главных направлений развития любого образовательного учреждения является создание условий для культурного развития обучаемого, создание культурной среды [2].

Основным социокультурным ресурсом России и русского мира, по мнению социологов, является культурный капитал, включающий культурное наследие, материальные, духовные ресурсы, ментальные и социальные ориентации, концептуальную картину жизненного мира человека, модель образа жизни. Культурным капиталом образовательной организация является совокупность культурных капиталов субъектов образования (учащихся, педагогов, родителей).

Формирование культурного капитала образовательной организации заключается в создании единого культурно-информационного пространства, творческой духовно-интеллектуальной составляющей, поддержкой образовательных инициатив субъектов образования.

Культурно-образовательная среда образовательного учреждения – это особое воспитательное пространство, главный приоритет которого – социализация и воспитание личности на основе актуализации личностно значимой деятельности, расширение возможностей практического и социального опыта, гарантирующих охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья детей и молодежи, обеспечивающих развитие личности с учетом ее индивидуальных способностей, мотивов, интересов, ценностных ориентаций.

Культурно-образовательная среда создает для всех участников образовательного процесса условия для саморазвития личности, поскольку подталкивает к расширению кругозора, совершенствованию способностей и пополнению знаний. Положительным моментом для детей и подростков является рациональное взаимодействие культурно-образовательной среды образовательного учреждения непосредственно со средой семьи, СМИ, друзей, учреждений культуры и отдыха

Воспитательная работа в моей педагогической практике ведется по многим направлениям: спортивно - оздоровительное, военно - патриотическое, духовно - нравственное, туристическое, общеинтеллектуальное, общекультурное, социальное. Обучающихся класса я стараюсь включить в активное участие в мероприятиях по всем направлениям. Особенно успешно проявили себя мои выпускники 2019 года в военно-патриотическом и социальном направлениях.

Так появилось решение обобщить опыт работы - написать книгу о классе, которая оставит тёплые воспоминания о нашем счастливом прошлом, на страницах которой прозвучит каждая фамилия, мы услышим голос каждого ученика, это будет история о первом жизненном этапе каждого человека, самом важном, самом ответственном, самом необходимом, который даст ростки новым талантам, профессионалам, просто очень хорошим людям. И я надеюсь, на встречах с моими выпускниками, я услышу яркие рассказы об их дальнейших жизненных достижениях и удачах.

Книга о классе «Гори всегда, гори во всем» вышла в издательстве «Живая Классика», Москва, 2019 г, в рамках всероссийского проекта «Всероссийская школьная летопись». В этот период школа работала в программе РИП по теме: «Организация здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения на основе использования социокультурного потенциала муниципалитета» в статусе научно-методического центра. Цель написания книги – на примере одного класса показать целенаправленнную работу педагогического коллектива, родителей по формированию сплоченного коллектива и развитию способностей учащихся.

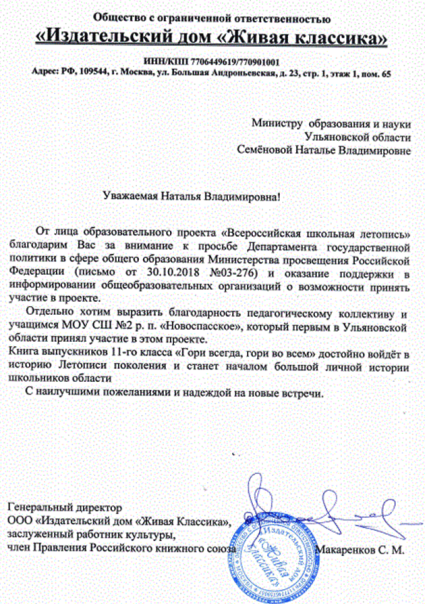
Книга включает статьи классного руководителя, администрации школы, воспоминания родителей обучающихся, отзывы педагогов, руководителей клубов, объединений и достижений обучающихся, раскрывает основные жизненные принципы всех участников образовательных отношений в школе.

Особо хочется остановится на одном из главных направлений-

формирование здорового образа жизни. Наряду со всеми мероприятиями, которые проводились в школе, в данном классе уделялось большое внимание именно на развитие практических навыков и умений по формированию здорового образа жизни: это родительские субботы в Ледовом дворце, в физкультурно-оздоровительном комплексе «Центр-Юг», походы, лыжные прогулки, военно-полевые сборы в детско-оздоровительном лагере «Родник» и ежегодные загородные оздоровительные смены на Белом Озере. Это и волонтёры с проектом «За здоровый образ жизни» и поездки по историко-краеведческим местам нашей области и соседних областей (с. Тарханы, Пензенская область; г. Казань, г. Свияжск, Болгары, г. Самара, г. Жигулевск и др.). Большая заслуга родителей состояла в том, что они обеспечивали регулярность посещения детьми всех кружков и секций, и результаты не заставили себя ждать.

Среди выпускников этого класса - 5 отличников, медалистов. Сейчас они все учатся в высших учебных заведениях. Большая часть юношей и девушек входили в состав школьного клуба «Патриот», школьного спортивного клуба «Кристалл», районного футбольного клуба «Нефтяник». Их результаты известны не только в районе, области, но и в Поволжском Федеральном округе. Команда по спортивному ориентированию занимала призовые места на региональном уровне. Также есть призовые места во Всероссийском конкурсе «Живая классика» (1 место Маракаева Елизавета, г. Москва). Девочки, которые посещали танцевальное объединение и вокальное объединение Школы искусств, завоевывали не только призовые места на различных уровнях, но и радовали своими выступлениями жителей поселка Новоспасское.

За высокими результатами ребят стоит самое главное: это стремление их к достижению успеха, это активная жизненная позиция, здоровый образ жизни и умение жить и работать в коллективе. Конкурентоспособный учитель может растить и воспитывать конкурентоспособного ученика, который своими успехами делает и свою школу конкурентоспособной. Вот и на данной фотографии вы видите всех тех, кто принял участие в создании книги «Гори всегда, гори во всем» о моем классе.

МОУ средняя школа № 2 р.п. Новоспасское - первая в Ульяновской области участвовала в данном проекте. Команда проекта «Живая классика» выразила благодарность Министру просвещения и воспитания Семеновой Наталье Владимировне и педагогическому коллективу школы.

Книга о классе «Гори всегда, гори во всем» это научно-методический материал по планированию, организации и воспитанию сплоченного коллектива, и развитию потенциала обучающихся. Данная книга является настольной книгой по классному руководству для молодого педагога

В то же время важно заметить, что смыслообразующую роль в культурно-образовательной среде играет педагог. Будучи знаковой фигурой и ориентиром, он является носителем образа культурной личности с высокими моральными ценностями. А значит, только от того, какие ценности педагог предъявит своим воспитанникам, зависит, какими людьми они станут.

**Литература:**

1. <https://dumspb.ru/>

2.Гори всегда, гори во всем, «Живая Классика», Москва, 2019 г, <https://school-letopis.ru/>

3. Жукова О. А. Культурная идентичность, культурное наследие и культурная политика России // Знание. Понимание. Умение. 2009. № 2. С. 25-30.

**Наша школа конкурентоспособна!**

***Зорина Екатерина Дмитриевна,***

***заместитель директора***

***МОУ средней школы № 2 р. п. Новоспасское***

Проблема повышения конкурентоспособности образовательного учреждения и формирование положительного имиджа школы всегда актуальна.

Целью нашей исследовательской работы в течение последних пяти лет было создание модели интеграции здоровьеформирующей деятельности образовательной организации и физкультурно-оздоровительных учреждений социума как фактора обеспечения её конкурентоспособности.

Среди многих показателей конкурентоспособной образовательной организации можно выделить:

осуществление инновационной деятельности, направленной на совершенствование содержания и технологий образовательной деятельности;

освоение деятельности, способствующей реализации стратегических задач школы, созданию конкурентоспособного продукта;

обеспечение качества образования, соответствующего современным требованиям педагогической теории и практики, способного удовлетворить образовательные потребности личности, общества и государства;

устойчивость условий комфортности участников образовательного процесса;

обеспечение повышения профессионального роста педагогов;

уровень достижений выпускников школы;

оценка учащимися, родителями, педагогами, общественностью процесса и результатов интеграции здоровьеформирующей деятельности школы и физкультурно-оздоровительных учреждений социума и её влияния на обеспечение конкурентоспособности школы

влияние образовательной системы школы на развитие образовательного пространства города, региона.

Многолетний опыт участия в программе инновационных процессов сформировал кредо школы: ни дня без творчества, без поиска нетрадиционных решений. Однако, не всегда всё получалось, были трудности, ошибки, но никогда в жизни школы не было застоя. Мы поднимались и снова шли вперёд. И какие бы проекты не реализовались в школе – все они в итоге работали на повышение результативности работы школы и качества предоставляемых образовательных услуг. А качество этих услуг мы оценивали по комфортности школьной среды, состоянию физического и психологического здоровья всех наших детей, их успешности.

Тема интеграции здоровьеформирующей деятельности школы и ФОУ социума как средство повышения её конкурентоспособности решала эту задачу непосредственно.

В ходе реализации программы сформировался неформальный коллектив педагогов школы и специалистов физкультурно-оздоровительных учреждений: педагоги дополнительного образования ДЮСШ и тренеры футбольного клуба «Нефтяник», инструктор по плаванию, педагог по специальности «Физическая культура и спорт», тренер-преподаватель по тхэквондо, фигурному катанию дворца спорта «Олимп». Для наших ребят – футболистов тренеры клуба «Нефтяник» Б. Баратов и Р. Шакуров такие же «свои», как и учителя физкультуры.

В образовательной и физкультурно-оздоровительной деятельности используются объекты здоровьеформирующей инфраструктуры муниципалитета: бассейн, гимнастический зал, игровой и тренажерный залы физкультурно-оздоровительного комплекса «Центр-Юг»: тренажерный зал, и каток МАУ Дворца спорта «Олимп», спортивный зал МУДО Новоспасская ДЮСШ, тренировочная база футбольного клуба «Нефтяник». Естественно, что наличие такой базы, которой могут позавидовать городские школьники, занятия под руководством профессионалов являются мощным стимулом для регулярных занятий спортом учащейся молодёжи.

Отдельно следует сказать о проведении оздоровительных и общеукрепляющих процедур на базе школы и ФОК «Центр-Юг» для учащихся с особыми образовательными потребностями.

Из общего количества обучающихся 5.4 % – дети с ограниченными возможностями здоровья, в т. ч. 2,7 % – инвалиды. Контингент учащихся с ОВЗ отличается группами здоровья и различными заболеваниями. Участие в программе позволило им через разные формы обучения (дистанционно, на дому, по индивидуальным планам и программам в школе) чувствовать себя комфортно, участвовать со своими сверстниками в мероприятиях. Созданная безбарьерная среда в школе облегчает социализацию всем учащимся с ОВЗ.

Открытие в школе специализированных кабинетов, сотрудничество с ФОК «Центр-Юг» позволило увеличить охват оздоровительными и общеукрепляющими процедурамиучащихся школы с особыми образовательными потребностями: лечебная физкультура для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата, работа групп корригирующей гимнастики, плавание в бассейне, массаж, услуги учителя-логопеда.

Увеличилось число учащихся, регулярно занимающихся в спортивных объединениях, также, число учащихся, занятых спортивно-оздоровительными мероприятиями, участие в конкурсах физкультурно-оздоровительного, оборонно-спортивного, патриотического направлений, участие в реализации муниципальных, региональных и федеральных программ по здоровьеформированию.

О результативности участия свидетельствует некоторые данные.

Команды школьного клуба «Кристалл» гордятся своими результатами: первое место в легкоатлетической эстафете на приз газеты «Сельская правда» в 2021-2023 годах, первое место в баскетболе, локо-баскете, кэс-баскете, мини-футболе, в районе и области в 2021 и 2022 годах. Второе место на всероссийских соревнованиях «Кожаный мяч» в 2020 году, первое место на Всероссийских соревнованиях по мини-футболу в Приволжском Федеральном округе в 2021 и 2022 году.

В феврале 2023 г. учащиеся 10 класса Байбикова Лейсян, Гельвих Яна, Головинова Дарья, Жиляева Арина, Кулагина Светлана принимали участие в соревнованиях по мини-футболу в рамках всероссийского проекта «Мини-футбол в школу», который проходил в Нижнем Новгороде, где заняли первое место среди команд ПФО.

Креативность наших учащихся проявляется в различных сферах. Несколько данных за последние два года:

Первое место в региональном конкурсе проектных и исследовательских работ «ЭКО- 2021»;

Первое место в региональном конкурсе «Овеянные славою флаг наш и герб» (октябрь 2021 г);

Второе место в региональном конкурсе «Мы стартуем» (2022 г.);

Областной конкурс технических идей «Технотворинг» (3 место)

Все призовые места в областном конкурсе творческих проектов «Моя семейная реликвия» (2022г.);

Третье место в акции – флэш-мобе, посвящённая Александру Невскому (2023г.).

В декабре 2022 года в Москве состоялся очный заключительный этап Всероссийского конкурса поисково-исследовательских работ обучающихся «Мой вклад в величие России». 🔹Наш район и Ульяновскую область представляла обучающаяся 10 класса МОУ СШ № 2 р. п. Новоспасское Салеева Дарья, которая защищала свою работу «Христианская жизнь малой родины. Возрождение исторической памяти» и завоевала Диплом III степени! Упорство, уверенность в себе самой Дарьи, профессионализм руководителя проекта, учителя истории школы № Бутайлуновой Екатерины Павловны позволили добиться успеха.

Успешность социализации, востребованность выпускников также является важнейшим компонентом имиджа образовательного учреждения. Результат ежегодного мониторинга данного показателя за 2020-2022 год отражен в таблице.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Год выпуска** | **Средняя школа** | | |
| **Всего** | **Поступили в ВУЗ** | **Поступили на бюджетное отделение** |
| 2020 | 21 | 78% | 41% |
| 2021 | 25 | 80% | 41% |
| 2022 | 21 | 80% | 40% |

Ежегодно в среднем 80% выпускников 11 классов поступают в ВУЗы. Из числа поступивших в ВУЗы, более 40% выпускников поступают на бюджетные места, т.е. они достаточно конкурентоспособны.

На данный момент наши выпускники успешно обучаются на бюджетном отделении Московского государственного университета им. М.В. Ломоносова, Московского государственного технического университета им. Баумана, Московского финансового университета при правительстве РФ, Российской Академии Народного Хозяйства и Государственной Службы, Московского государственного психолого-педагогического университета им. Герцена, Самарского государственного медицинского университета. На сегодняшний день в стенах родной школы трудится девять педагогов-выпускников, что, безусловно, свидетельствует о привлекательности и конкурентоспособности учебного заведения, способствует формированию положительно имиджа.

Формирование конкурентоспособной личности учащихся возможно только в условиях конкурентоспособного учреждения, которое основывается на профессиональной компетентности педагогов, ориентированных на формирование конкурентоспособности личности учащихся.

О положительном имидже и комфортности школы говорит тот факт, что её выбирают для проведения большинства публичных мероприятий муниципального и регионального уровня.

Творческий союз связывает школу с образовательными учреждениями других муниципальных образований – Радищевским, Старокулаткинским, Кузоватовским, Барышским, Чердаклинским. Это совместные мероприятия, конкурсы, публикации в сборниках, межмуниципальные конференции, фестивали и конкурсы методических разработок школ, входящих в программу РИП (2022-2023г.).

Так, в межмуниципальном марафоне педагогических идей и мастер-классов (МО «Радищевский район») приняли участие педагоги Надысева М.В. («Современный урок в школе с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»), Тимербулатова Л.Р. («Говори не о том, что прочёл, а о том, что понял»), Андреянова Ю.В. («Приёмы и методы формирования математической грамотности»). В феврале 2023 г. в межмуниципальном проблемном семинаре «Развитие социальной активности обучающихся в условиях социокультурного пространства Ульяновской области: современные формы и методы работы» (Радищевская СШ № 1). Пузырева А.С., заместитель директора по УВР поделилась опытом по теме «Социальное партнерство как условие формирования конкурентоспособности образовательной организации».

Ежегодно преподаватели с обучающимися участвуют в межрегиональном фестивале «Семья – хранилище души», в межрегиональном этнографическом фестивале.

В заочной всероссийской Научно-практической конференции «Повышение уровня культурного капитала образовательной организации» на базе МОУ Чердаклинской средней школы № 2 участвовали Андреянова Ю.В. («Роль родительского комитета в жизни класса и конкурентоспособность»); Матвеева Е.Г. («Воспитание классного коллектива на основе здоровьесбережения»); Аракчеева Т.А. («Роль клуба «Патриот» в формировании патриотического сознания учащихся»); Савинова В.В. («Создание культурной образовательной среды образовательной организации. Книга о классе «Гори всегда, гори во всём»» (апрель 2022 г.).

В рамках реализации проектов «Мобильный наставник», «Методическая лаборатория» педагог-наставник, учитель начальных классов Ануфриева Н.Н. делиться опытом работы с коллегами района и области. Учитель физкультуры Черновол А.В. в октябре 2022 г. участвовал во Всероссийской онлайн-конференции «Инновации в образовании России». Международная научно-практическая конференция «Современное образование: актуальные вопросы теории и практики. Измайлова А.Н. Сборник статей г. Пенза.

Школа – участник международного профессионального сообщества «Ассоциация школ Российской Федерации и Республики Беларусь». Опыт школы транслируется на муниципальном, межмуниципальном, региональном, всероссийском и международном уровнях.

Кроме того, приняли участие в VII открытой Республиканской очно-заочной научно-практической конференции «На благо Родины и человека!» с международным участием.

Участие в конкурсе «Педагогический дебют 2022», региональном конкурсе «Персональный Успех» (лауреат), Всероссийском дистанционном конкурсе «Учитель года 2022» (участник Андреянова Ю.В.), II Всероссийском дистанционном конкурсе среди классных руководителей на лучшие методические разработки воспитательных мероприятий (Ануфриева Н.Н. – 3 место), Всероссийском творческом конкурсе в рамках Рождественского фестиваля «Возродим Русь святую» (Городецкая Е.В. – 1 место, Ануфриева Н.Н. – 3 место, 7 призовых мест обучающихся).

В январе 2022 г. прошел Всероссийский сетевой конкурс «Методические разработки в образовательном процессе». Никулина Е.Г. с докладом «Проектно-исследовательская деятельность обучающихся начальной школы как средство формирования экологической культуры и здорового образа жизни» стала победителем, Андреянова Ю.В. с темой «Роль родительского комитета в жизни класса и конкурентоспособность» – призёр. Учителя школы стали победителями и призерами в следующих конкурсах: практики развития личного потенциала Вклад в будущее. Бутайлунова Е.П., «Педагогика 21 века» (Лукьянова Л.Ю. - 1 место), IV всероссийский конкурс профессионального мастерства «Педагоги России» (Хисмятова А.В. – диплом 1 степени), Международный профессиональный конкурс для педагогов «Формы и методы современного образования» (Бутайлунова Е.П. и Шурутина Н.Г. – 2 место), Международный конкурс педагогического мастерства (Андреянова Ю.В. – 1 место), «Методическая копилка учителя-2022» (Пашкеевич Е.А. – 1 место), Никулина Е.Г. «Проектно-исследовательская деятельность обучающихся начальной школы как средство формирования экологической культуры и здорового образа жизни».

Педагоги школы - активные члены сетевых сообществ, участвуют в сетевой деятельности: Интернет-олимпиадах, конкурсах, телекоммуникационных проектах, виртуальных методических объединениях, сетевом взаимодействии с учащимися, родителями, обучении, проводят консультации и координируют учебную деятельность участников образовательного процесса. Свои сайты имеют 43 учителя из 48 (90 %).

Сайт Инфоурок Ануфриева Н.Н. Внеклассное занятие «Паутинка здоровья» (ноябрь 2022 г.). Сайт Инфоурок Матвеева Е.Г. Воспитание классного коллектива на основе здоровьесбережения. (декабрь 2022 г.). Сетевое издание журнал «Педсовет.су» Байбикова Е.Н. Статья «Урок русского языка в контексте современных здоровьесберегающих образовательных технологий» (декабрь 2022 г.). Сайт Инфоурок Токмакова М.Ю.Статья «Здоровьесберегающие технологии в нашей школе» (октябрь 2022 г.). Сетевой сборник на сайте Всероссийского центра образования и развития «Педагоги России» Пичко Н.А. Статья «Здоровьесберегающие технологии на уроках русского языка и литературы» (ноябрь 2022 г.). Сетевое издание «nsportal» Сальнова М.А. Статья «Роль деятельности педагога-психолога по сохранению психологического здоровья всех участников образовательной деятельности в формировании конкурентоспособности школы» (декабрь 2022 г.)

Большой популярностью пользуется страница школы в «Одноклассниках», позволяющая ежедневно отслеживать жизнь школы, её учащихся, педагогов и родителей. Данные социологического исследования позволяют сделать вывод о том, что учащиеся, родители и педагоги положительно оценивают здоровьеформирующую деятельность школы на основе интеграции с ФОУ социума.

Таким образом, можно заявить о результативности реализации программы исследования «Интеграция здоровьеформирующей деятельности общеобразовательной школы и физкультурно-оздоровительных учреждений социума как фактор обеспечения ее конкурентоспособности***.***