

Школа

Выходит с 15 августа 1994 года

ГАЗЕТА ДЛЯ УЧИТЕЛЕЙ, УЧЕНИКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ



Э.А. Салин — обладатель
Хрустального пеликана

В НИЖЕГОРОДСКУЮ ОБЛАСТЬ ВПЕРВЫЕ ЗА ВСЮ ИСТОРИЮ КОНКУРСА «УЧИТЕЛЬ ГОДА РОССИИ» ПРИБЫЛ ХРУСТАЛЬНЫЙ ПЕЛИКАН!

Последние полгода для многих учителей, как России в целом, так и Нижегородской области в частности, прошли под флагом конкурса «Учитель года России — 2008». Региональному конкурсу было посвящено несколько номеров нашей газеты. Мы с вами знакомимся с инновационным опытом конкурсантов, узнали граж-

данскую позицию каждого финалиста. Именно на страницах «Школы» мы напутствовали нашего победителя перед его участием во Всероссийском конкурсе. А сейчас с радостью приветствуем одного из пятнадцати победителей конкурса «Учитель года России — 2008», обладателя малого Хрустального пеликана — учителя математики Крюковской основной общеобразовательной школы Лукояновского района Нижегородской области Эдуарда Александровича Салина.

Здесь были мы...

В Санкт-Петербурге, культурной столице России, с 15 по 25 сентября проходил финальный этап престижнейшего учительского конкурса «Учитель года России — 2008». Я имела честь представлять на нем учительство Нижегородской области и всю ту огромную часть населения, имеющего непосредственное отношение к педагогической профессии.

Позади десять дней конкурсных мероприятий. Десять дней марафона эмоций и проверки каждого участника на психическое и физическое соответствие. В мою размеренную учительскую жизнь ворвался поток страстей учительского конкурса, впечатлений о Петербурге, чувство ответственности за Нижегородчину, за регион, с которым в начале конкурса мы находились на одной стартовой черте, с Москвой, Челябинском, Республикой Коми, Санкт-Петербургом и еще с семьюдесятью полноправными претендентами на звание передового региона в образовании. Это придавало те дополнительные силы, которые так поддерживали меня в самые трудные минуты.

А самые трудные минуты — это время ожидания, когда назовут следующую фамилию и конкурсант, уже забыв

обо всем, творит задуманное, которое рождалось столь долгое время в его мыслях и в мыслях тех людей, которые волею судьбы стали во время подготовки к конкурсу соратниками и партнерами, той командой, что пропустила все произошедшее через себя, ожидая серьезной оценки своей деятельности.

В день защиты инновационного проекта, за обеденным столом, в нашу компанию случайно попал член жюри, который, долго наблюдая за нашими впечатлениями и разговорами, не имеющий права общения с участниками конкурса, неожиданно направил наш взор на столь простые вещи. «Проекты хороши, как хороши и ваши оценки за них, обратите внимание на урок, именно он расставит вас по своим местам». Эти слова успокоили отчаявшихся и дали понять потенциальным лидерам, что основное конкурсное мероприятие впереди.

Урок, как главное действо учителя, стал центром внимания не только жюри, но и прессы, наблюдателей и нас, самих конкурсантов. Каждый конкурсный урок напрямую транслировался в актовом зале гимназии № 56, где проходил первый конкурсный этап, где можно было свободно наблюдать за

рождением победителя или гибелью высоких амбиций претендента. Были слезы, были разочарования, вздохи восхищения и зарождение надежды на первую серьезную победу.

Для меня урок начался с того момента, когда в класс, где я провел в подготовке сорок минут, дружно зашли пятиклассники, для которых кабинет был так же нов, как и для меня (пятые-седьмые классы занимаются в другом здании гимназии). И первое, что вызвало их детское любопытство, было не количество жюри, прессы и гостей, а приготовленные мной материалы для урока, за что я им особенно благодарен. Непроизвольно я оказался в центре внимания и смог, обмениваясь короткими репликами, навести первый контакт со своими партнерами, с которыми нам предстояло держать серьезный экзамен в течение долгих тридцати минут. Прозвенел звонок, и мы, окунаясь в историю, географию, русский язык, изучали правила умножения натуральных чисел. И только потом стало понятно, как быстротечны эти тридцать минут. Я не смогу точно воспроизвести концовку урока, лишь помню, что опаздываю, сокращаю количество задач, пропускаю слайды, потом звонок, последние слова, аплодис-

менты пятиклашек, непривычно располагающие глаза жюри.

В кулуарах, когда речь невольно возвращалась к ожидаемым достижениям на конкурсе, я ни разу не уловил жесткого желания кого бы то ни было быть над всеми, быть абсолютным. В атмосфере столь сильного напряжения конкурс объединил нас, сбил нас в ядро, как сбивается стадо бизонов при реальной опасности, стремясь защититься с наименьшими потерями. Там самые сильные оказываются готовыми к борьбе. Так и у нас в ядре эту роль взяла на себя «пятнашка». 15 победителей первого этапа — это люди, реально готовые идти на борьбу дальше, преодолевая тот гигантский психологический прессинг масштабности мероприятия. И то, что в этой «пятнашке» оказалась и Нижегородская область, заслуга той команды, которая обобщила в моем лице опыт региона и вложила в меня уверенность, что он передовой.

Размышляя над сложным вопросом, который часто задавался нам, конкурсантам: пойдем ли мы еще раз на такой конкурс, — я вспоминаю самые светлые мгновения детства, которые прекрасны еще и оттого, что недоступны нам более. Так и мгновения конкурса должны остаться в нашей памяти в первозданной красоте.

Э. САЛИН

Лаборатория проблем здоровья в образовании — 10 лет деятельности

Лаборатория проблем здоровья в образовании была открыта 1 сентября 1998 года в связи с началом деятельности по областной программе «Здоровье и образование», действующей с 1998 года под патронажем губернатора.

Актуальность работы лаборатории определяется состоянием здоровья учащихся, которое, как показывают данные Всероссийской диспансеризации, проведенной Минздравом России в 2002 году, демонстрирует следующие результаты: 32,1 % детей признаны здоровыми, 51,7 % имеют функциональные отклонения и 16,2 % — дети с хроническими заболеваниями. Данные, полученные нами в ходе проведения областного мониторинга по программе «Здоровье и образование» в 2005 году, очень близки к этим: 36 % — здоровые дети, 54 % имеют функциональные отклонения, 10,08 % — часто болеющие дети. Другой аспект актуальности работы лаборатории связан с возрастающей асоциальностью учащихся и их подверженностью вредным привычкам.

Причины кризиса здоровья среди учащихся имеют многоплановый характер, но часть из них, как установили многолетние исследования Института возрастной физиологии РАО, связана с самим процессом обучения в школе. Такая ситуация диктовала следующее направление основной деятельности коллектива лаборатории. Это работа над теоретическими и прикладными основами системной модели общеобразовательной школы, содействующей здоровью, и ее фрагментами. В основу научной методологии данного направления был заложен компетентностный подход как переход к более целостной модели образования, определяющий уровень функциональной грамотности, образованности и соответствующей личностной самореализации, где образование предстает как личностно ориентированное и высокомотивированное. Определяя в мотивационной сфере важность ценностно-смысловых характеристик (аксиологический подход), входящий составной частью в компетентностную модель образования, среди первоочередных мер можно назвать расширение в предметах и предметных областях межпредметной компоненты и интеграции знаний, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни, определяющих миро-

воззренческие установки и ценностные ориентиры социализирующейся личности школьника. При этом здоровье рассматривается не только в физических, но и в духовно-нравственном аспектах.

Основная цель лаборатории состоит в повышении уровня профессиональной деятельности педагогических кадров в области переориентации общеобразовательных учреждений в направлении здоровьесбережения. Основной путь ее реализации — научно-исследовательская деятельность по актуальным проблемам здоровьесбережения в ходе образовательного процесса и, как следствие, содержание обогащение процесса повышения квалификации практических работников образовательной среды. Реализация ведущей цели, лежащей в основе всех направлений деятельности лаборатории, связана с разработкой системной модели школы, содействующей здоровью, и участию в комплексном повышении квалификации педагогических кадров с целью их подготовки к деятельности в этом направлении.

Модель школы, содействующей здоровью, базируясь на законах физиологического развития ребенка, построена нами как система с адаптивным алгоритмом управления процессом обучения и воспитания учащихся, целью которого является здоровый, высоконравственный и компетентный выпускник. Такая школа должна быть построена на субъект-субъектных подходах в организации предметной дидактики и использовании технологий обучения, в основе которых лежат деятельностные принципы. Все это определяет создание необходимых для сохранения здоровья учащихся педагогических условий, включая и развитие соответствующей инфраструктуры школы.

За десять лет лабораторией в этом направлении сделано немало. Разработана системная модель общеобразовательной школы, содействующей здоровью:



— созданы УМК для работы педагогов в школе (здоровьесбережение, профилактика вредных привычек, формирование культуры здоровья у школьников различных возрастных групп);

— разработаны концептуальные подходы и приклад-

ные алгоритмы сопровождения профессиональной деятельности педагога, направленные на оптимизацию педагогического процесса и сохранение здоровья его участников (учитель — ученик), проведена апробация всех продуктов в рамках ОЭР;

— созданы технологии, проводятся мониторинговые исследования эффективности разрабатываемых моделей и алгоритмов их передачи в общеобразовательные учреждения.

Лаборатория систематически участвует в повышении квалификации разных категорий педагогических работников по направлению здоровьесбережения и возрастной физиологии, способствуя развитию теоретических знаний педагогов в сфере ВНД, психологии, методик и проблем реализации здоровьесбережения и ЗОЖ с учетом системности организации школьного пространства. Такое содействие становлению профессиональной компетентности педагога, его инициативности, самостоятельности, творчества в решении задач здоровьесбережения; готовности к взаимодействию с детьми на основе субъект-субъектного подхода, сотрудничеству в осуществлении всех этапов педагогического процесса; способности к профессиональному самоопределению и саморазвитию в области здоровьесбережения делает результаты деятельности лаборатории чрезвычайно востребованными. В ходе внедрения этих результатов научных исследований в образовательный процесс НИРО, в систему образовательного пространства области вокруг лаборатории сложилось педагогическое сообщество, заинтересованное в реализации образовательных продуктов, созданных за десятилетний период ее деятельности. Работа некоторых коллективов представляется в этом номере газеты «Школа».

О. ГЛАДЫШЕВА,
доктор биологических наук,
заведующая лабораторией проблем
здоровья в образовании НИРО



В июне в Москве вновь состоялась встреча координаторов и лучших педагогов, работающих по программе «Разговор о правильном питании», в рамках работы VIII межрегиональной конференции «Воспитываем здоровое поколение». Организаторами конференции были Институт возрастной физиологии РАО и ООО «Нестле Россия».



для ее класса и для нее как учителя. Когда Анна Николаевна предложили работать по системе развивающего обучения Л.В. Занкова, она согласилась, не задумываясь, так как в основе этой системы — жизнь детей, а вместе с

нение и укрепление здоровья учащихся. В решении данного вопроса ей помогает программа «Разговор о правильном питании» (авторы М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева), которая позволяет формировать у детей сознательное отношение к своему здоровью, осваивать навыки правильного питания, форми-

Поговорим о правильном питании

На конференции обсуждались актуальные вопросы формирования основ культуры питания у детей и подростков, различные модели организации обучения основам правильного питания школьников, роль семьи и школы в формирова-

Красноярского и Ставропольского краев, Томской, Новосибирской, Свердловской, Волгоградской, Нижегородской, Челябинской и Московской областей. Первое место было присуждено учителю начальных классов из Новосибирской области

Н.Н. Букреевой — за комплект разработок «Из опыта работы по программе “Разговор о правильном питании”», в котором были представлены журналы, издаваемые школьниками, и фильм, созданный учащимися и родителями.

Второе место получила учитель начальных классов из села Молчаново Томской области Г.А. Брагина — за работу «Сибирские дары».

Третьих мест жюри присудило два, поскольку разница между набранными баллами составляла сотые доли процента. «Бронзу» получили учитель из села Молодежное Забайкальского края, выполнявшая работу «Секреты домашнего сыра», и учитель начальных классов из средней школы № 3 города Павлово Нижегородской области А.Н. Мурзина — за работу «Система работы по реализации 2-й части программы “Две недели в лагере здоровья”». Все педагоги получили дипломы и ценные подарки.

нии основ правильного питания. Координаторы программы в регионах обменялись опытом своей работы во время «круглого стола». Поскольку конференция проходила в преддверии 10-летия реализации программы в регионах России, то были проведены «мозговые штурмы» и деловая игра «Итоги — 10» с целью определить содержание юбилейного сборника, который планируется подготовить к изданию к следующей встрече. В рамках конференции также был организован Второй Межрегиональный тур конкурса методик программы «Разговор о правильном питании». В этом туре выступили 12 участников — победителей региональных конкурсов и прошедших заочный отборочный тур. Среди них были педагоги Приморского, Пермского и Забайкальского,

ними — жизнь учителя. На уроках Анны Николаевны интересно всем: и детям, и присутствующим взрослым. Важный момент деятельности учителя — воспитание у ребенка любознательности, стремления познать непознанное, узнавать новое об известном. На ее уроках дети испытывают самые различные чувства — удивление, восхищение, изумление, принимают смешное, смеются, радуются вместе с учителем и одноклассниками, чувствуют себя счастливыми.

В процессе работы у Анны Николаевны сформировался свой «почерк». Как учиться с увлечением, творчески? Ответ на этот вопрос педагог нашла в реализации важного аспекта, который дает значительный результат, — это идея педагогики сотрудничества в процессе обучения. Анна Николаевна использует различные его формы: групповую, коллективную, парную работу, деловые игры и др. В процессе использования таких форм между учащимися возникают и укрепляются связи и отношения сотрудничества, взаимной помощи, взаимной ответственности. Средством, позволяющим осуществлять идеи сотрудничества, служат учебные задания.

Приоритетным направлением в своей педагогической деятельности Анна Николаевна считает сохра-

ровать представления о правилах этикета, пробуждать интерес к народным традициям. Ее методическая идея строится через интеграцию в различные учебные предметы и во внеклассную деятельность. Работая по данной программе шесть лет, Анна Николаевна уже дважды стала победителем регионального этапа общероссийского конкурса методических разработок программы «Разговор о правильном питании». За это время поменялся состав детей, но идея пропаганды основ культуры здоровья всегда на первом месте в ее деятельности.

Анна Николаевна старается вовлечь в общий труд внеклассной работы и учения каждого ученика, создать ситуацию успеха, привить умение переживать



друг за друга и радоваться вместе с товарищем. В этой работе активное участие принимают и родители, которые вместе со своими детьми решают вопросы формирования культуры питания.

И. АБРОСИМОВА,
старший научный сотрудник
лаборатории проблем
здоровья в образовании НИРО

Школа — ресурсный центр

Новая практика здоровьесберегающей деятельности

Учебный день каждого из нас и наших учеников начинается с входа в школу, с встречи с учителями и одноклассниками. «Здравствуйте!» — первое слово, которое слышит каждый входящий в школу, уютную, по-домашнему теплую, наполненную знакомыми, доброжелательными людьми, чистую и светлую, где всегда мож-



но найти помощь и поддержку, где заботятся о создании благоприятных условий для учебы и отдыха.

До начала уроков в школе звучит мелодичная музыка, преисполненная гармонией любви и умиротворения. Звенит звонок, начинаются уроки. В каждом классе есть сменный уголок здоровья, в оздоровительных классах — зрительные тренажеры, электронные очистители воздуха, плакаты с упражнениями для глаз и для снятия напряжения и усталости. В рекреациях расположен материал, направленный на формирование у учащихся потребности в здоровом образе жизни. В помещениях школы, в том числе зимнем саду, насчитывается около 700 комнатных растений. С их помощью восполняется дефицит общения с природой, который неизбежно возникает в замкнутом помещении.

Учебный день продолжается. На уроках, классных часах, элективных курсах ведется «Разговор о правильном питании», подтверждаются известные пословицы: «Здоровому все здорово!», «Ум да здоровье всего дороже», проводятся физкультминутки и упражнения для снятия мышечного напряжения, повышения им-

мунитета, профилактики утомления глаз. Заканчивается урок, звучит не звонок, а знакомая, полюбившаяся всем мелодия, которая приглашает ребят на зарядку.

После уроков в группах продленного дня проводятся часы активного отдыха (чаще на свежем воздухе) под руководством тренера. Ребята постарше имеют возможность заниматься в зале физической разгрузки.

Рабочий день педагога не заканчивается со звонком. Вот одна из тем заседания педагогического совета — «Роль учителя-предметника в сохранении здоровья школьников». Идет обсуждение вопросов об использовании содержания учебных курсов для пропаганды здорового образа жизни, о выполнении санитарных норм и правил, об учете психологических и физических особенностей детей.

Работа в оздоровительных классах и классах охраны зрения в основном проводится во второй половине дня. Дети дважды в год получают стимулирующие иммунитет препараты, лечатся в отделении амбулаторной реабилитации, дважды в год проходят курсы массажа. Учащиеся с нарушением зрения регулярно занимаются с медсестрой на офтальмотренажерах, а также по специальным компьютерным программам, посещают уроки лечебной физкультуры. Врач-офтальмолог ежемесячно проводит осмотры, назначает корректирующее лечение, дает рекомендации педагогам и родителям, подводит итог лечения.

Постепенно от оказания специализированной медицинской помощи учащимся оздоровительных классов школа перешла к созданию единой здоровьесберегающей среды. Понимая необходимость научного руководства нашей работой, мы стали инициаторами

открытия в 2007 году на базе школы областной экспериментальной площадки по теме «Реализация системной модели здоровьесобережения». Под руководством доктора биологических наук, заведующей лабораторией проблем здоровья в образовании НИРО О.С. Гладышевой мы начали организацию более эффективной здоровьесоберегающей деятельности на основе системного подхода с учетом современных требований и возможностей школы. Началась экспериментальная работа по апробации интегрированной программы «Уроки здоровья», которая направлена на формирование активной жизненной позиции в вопросах здоровья и безопасной жизнедеятельности. В ходе подготовительного этапа эксперимента:

- осуществлено первичное обследование педагогических условий здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения;



- организован мониторинг образования учащихся в области здоровьесбережения;

- начато освоение педагогами школы технологий развития критического мышления;

- проводится обучение педагогических работников на модульных курсах по различным направлениям экспериментальной работы.

Тенденции развития школы в этом направлении позволили департаменту образования города принять решение о создании на базе нашей школы ресурсного центра «Школа здоровья», главной целью которого является содействие деятельности общеобразователь-

ных школ города в области организации здоровьесоберегающей школьной среды и формировании знаний, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни.

Впереди у нас большая работа по решению задач, стоящих перед ресурсным центром. Ведь критериями, в соответствии с которыми образовательные учреждения могут делиться статусом ресурсного центра, являются, прежде всего:

- наличие в школе методической, организационной, информационной базы для развития данного направления;

- осуществление инновационной, опытно-экспериментальной деятельности;

- эффективное использование современных образовательных технологий;

- наличие кадровых и материально-технических условий.

Хорошо, если ресурсный центр состоится и мы сможем

транслировать свой опыт другим школам, а пока мы говорим «нет» стрессовой педагогике, интенсификации учебного процесса, несоблюдению физиологических и гигиенических требований в организации учебного процесса, неграмотности педагогов в вопросах охраны и укрепления здоровья, массовой безграмотности родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

Уважаемые взрослые! Давайте не будем забирать у детей главное их богатство — здоровье!

Т. БЕЛОВА,
почетный работник
общего образования,
директор СОШ № 1,
г. Саров,

Е. ЛЕВКИНА,
педагог высшей
квалификационной категории,
зам. директора
по экспериментальной работе

В настоящее время педагоги ведут активные поиски дидактических средств, которые могли бы сделать процесс обучения похожим на хорошо отлаженный механизм. Еще Я.А. Коменский стремился найти такой общий порядок обучения, при котором оно осуществлялось бы по законам, единым для человека и природы. Все большее значение приобретает систе-

мами, могут показать младшим ребятам наглядный пример. В ходе педагогического опыта поставленные задачи реализуются с помощью разнообразных форм учебных и внеучебных занятий.

С 2005 года коллектив СОШ № 45 работает по программе развития «Школа, содействующая здоровью». Мы стремимся создать комплексную здоровьесберегаю-

идем в магазин», конкурсов, викторин, соревнований «Кто быстрее?».

Перед введением программы было выявлено, что не все родители могут уделять внимание вопросам правильного питания детей. В то же время они готовы к сотрудничеству со школой. Именно поэтому итоговые занятия «Карнавалы здо-

Путь, который ведет к решению проблем

ма организационно-педагогических условий, то есть разработка и внедрение в практику новых подходов к содержанию образования, форм, методов, приемов, технологий, позитивно воздействующих на осознание учащимися значимости здоровья, здоровьесбережения. В процессе создания такого образовательного пространства сельскому и городскому учителю постоянно приходится сталкиваться со следующими проблемами: 1) малая наполняемость классов; 2) отсутствие мотивации успеха, ибо, по П.Я. Гальперину, «скучное обучение приводит к утомлению за значительное короткое время»; 3) перегрузка в учебном процессе, а ученик должен иметь возможность усвоить главное на уроке;

4) перегрузка на этапах диагностики и оценки достижений цели; 5) отсутствие мотивации к обучению; 6) авторитарный стиль общения, гиперопека учащихся со стороны учителя; 7) определенная «нецелостность» (разорванность) многих курсов.



Каждый из учителей ищет свои пути решения этих проблем. Я же вижу их в следующем: создание групп учащихся разного возраста в ходе учебной и внеучебной деятельности, для которых необходима естественная потребность в разновозрастном общении, и передача научно-практического опыта. Кроме того, объединение учащихся разных классов по вертикали позволило решить одновременно еще ряд задач: компенсировать минусы малой наполняемости классов, потому что узкий круг общения сужает интеллектуальное пространство и уменьшает разброс мнений; снизить гиперопеку учащихся со стороны учителя, что способствует формированию у них умений и навыков самостоятельной учебной работы. Данное обучение помогает легче справиться с задачей формирования общеучебных и предметных умений исследовательского проекта. Старшеклассники, владеющие этими уме-

щую образовательную среду через развитие экологической культуры школьников. Одним из компонентов программы развития школы является работа по программе «Разговор о правильном питании», разработанной лабораторией проблем здоровья в образовании НИРО, по которой школа работает уже четвертый год.

Благодаря гибкости программы ее реализация стала возможной для детей разных возрастов. Учащиеся 1—2 классов стали объединяться в разновозрастные группы с целью создания совместных мини-проектов: сказок, рецептов, сенок и др. «Лесная ягода», «Ягодная копилка», «Фиточай». Все уроки здоровья и мероприятия за счет дополнительного образования проводились учениками старшего возраста (5—7 классы), которые имеют опыт работы в данном направлении.

Учитывая особенности местности, леса которой богаты ягодами, грибами, лекарственными растениями, в рамках программы был разработан и реализован проект «Ягодная страна». На основе федеральной программы было составлено тематическое планирование по программе «Разговор о правильном питании» с расширением тем за счет введения этапов проекта «Ягодная страна», рассчитанное на два года, составлены методические разработки уроков по отдельным темам: «Как сделать кашу вкусной», «Как утолить жажду», «Овощи, ягоды и фрукты — самые витаминные продукты», «Где найти витамины зимой», «День рождения Зелибобы». Первые уроки здоровья проводились в форме устных журналов «Берендеево царство», дегустаций продуктов, экскурсий «Мы



ралья» представляют собой совместные праздники детей и родителей.

Родителями и детьми ведутся сбор и оформление материала о разнообразных лесных ягодах, составляется «Ягодная копилка».

На основании анкетирования и дегустации напитков из лесных ягод составляется проект меню школьной столовой. Кроме того, большую помощь в сборе ягод для школьной столовой оказывают учащиеся 5—11 классов (25 человек) — члены школьной экологической организации «БРИГ», которая была организована в 2004 году. У младших школьников деятельность организации вызвала большой интерес: зачем ходят в поход, как и чем питаются в походе. В связи с этим мною был разработан проект для учащихся 3—4 классов «Мы идем в поход», который был реализован в курсе «Две недели в лагере здоровья». Создаются группы учащихся по интересам: знатоки правильного питания и походной кухни, знатоки растений (ботаники), знатоки рыб (ихтиологи), знатоки грибов (микологи), знатоки походной экипировки (туристы), знатоки природы (экологи), эксперты. Через ролевые игры, с помощью сказочных героев и реальных персонажей младшие школьники получили представление об основных принципах гигиены питания, о необходимости и важности режима питания, о связи рациона питания и образа жизни.

Содержание программы, игровой характер форм ее реализации направлен не только на получение теоретических знаний, но и на применение их в повседневной жизни, в частности во время походов и экскурсий по родному краю. Это дает возможность детям ближе познакомиться с флорой и фауной края, в котором они живут, побуждает необходимость беречь и охранять природу. Были проведены ролевые игры по теме «Поиграем в Робинзо-

(Окончание на с. 6)

Путь, который ведет к решению проблем

(Окончание. Начало на с. 5)

нов», «У походного костра», занятия-презентации «Походный кухонный инвентарь», «Как и с помощью чего накрыть стол в походе», «Какую пищу можно найти в лесу». Учащиеся 3—4 классов побывали в однодневном и двухдневном походах на озере Инженерное и на Светлых озерах — памятниках природы Нижегородской



области. Вся работа проходит совместно с волонтерами («бывальцами туристами»), самыми активными участниками школьной экологической организации «БРИГ».

В начале и в конце внедрения программы было проведено вводное и итоговое анкетирование, в ходе которого дети и их родители отметили комфортные условия обучения основам рационального питания в разновозрастных группах. Взрослые отмечали отсутствие утомления на кружковых занятиях, которые могли занимать большие временные границы урока.

Участники программы в 2006 и 2007 годах стали победителями областного конкурса в номинации «Методические разработки», победителями регионального конкурса в 2006 году с проектом «Ягодная страна» и в 2007 году лауреатами с проектом «Походная кухня». Все эти годы вместе с детьми из начальной школы и их родителями были их помощники-старшеклассники. В сентябре 2007 году на базе СОШ № 45 была открыта областная экспериментальная площадка по теме «Апробация рабочей тетради «Формула здоровья» в 4 и 5 классе по программе «Разговор о правильном питании»». Творческий коллектив учителей школы (В.С. Бакутина, М.В. Шуклина, В.А. Бутенко) при поддержке НИРО выбрал свое решение, свой путь работы в эксперименте.

Активные поиски дидактических средств, которые могли бы сделать процесс обучения похожим на хорошо отлаженный механизм, продолжаются!

М. ШУКЛИНА,
учитель биологии СОШ № 45,
р. п. Центральный,
Володарский район

Отрицательную динамику состояния здоровья детей в стране специалисты-медики обнаружили давно. Конечно, многое можно объяснить нестабильностью социального и экономического положения страны, но было бы некорректно не замечать, что в процесс ухудшения здоровья детей вносит свой вклад и школа, а именно повышение учебной нагрузки. Можно это констатировать, обсуждать (например, весной 2007 года вопрос об учебной нагрузке и здоровье школьников обсуждался в Государственной Думе Федерального

воспитания НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков НЦЗД РАМН. По ее мнению, важную роль в профилактике утомления учащихся играет рациональное чередование учебы и отдыха в течение всего учебного года.

Более десяти лет назад педагоги нашей школы узнали об опыте одной из школ Володарского района, которая уже тогда перешла на новую структуру учебного года и, кстати, работает в этом режиме до сих пор. С принятием Закона РФ от 10.07.92 № 3266-1 «Об образовании» школы полу-

Вместо четверти

Новый график школьных каникул

собрания РФ), но что реально может сделать сегодня школа?

Решая проблему адаптации учащихся к интеллектуальным, физическим и нервным нагрузкам, борская школа № 4 первой в районе в режиме эксперимента перешла на четырехлетнее начальное обучение, но времени на сон, двигательную активность, пребывание на воздухе, словом, на все, что необходимо нормальному ребенку в этом возрасте, по-прежнему не хватает. Надеясь на снижение нагрузки, мы одними из первых в районе открыли профильные классы, но опять наши надежды не оправдались.

В нашей школе дети учатся по образовательным программам разного уровня, реализуется личностно ориентированный подход в обучении, учителя осваивают развивающие технологии, то есть школа продолжает искать пути для создания условий обучения, благоприятных для детского организма.

К концу 5—6 недели учебного года растет уровень стрессогенности от учебной нагрузки на школьника, особенно в начальной школе. Оказывается, *нагрузку младшего школьника в адаптивный период (первые 5—6 недель учебы) специалисты приравнивают к нагрузке космонавта*. А если такая нагрузка длится достаточно долго, то количество переходит в качество: начинают изменяться в работе основные системы организма ребенка, и в первую очередь нервной и сердечно-сосудистой систем. Но если использовать своевременное уменьшение учебной нагрузки, прерывать ее, давать отдых учащимся, то это приведет к снятию возникающих учебных стрессов.

«Существующая структура учебного года не соответствует психофизиологическим особенностям детей школьного возраста и подростков», — утверждает доктор медицинских наук М.И. Степанова, ведущая лабораторией гигиены обучения и



чили возможность выбора не только образовательных программ, режимов и технологий обучения, но отказа от единообразия в организации обучения детей. Появилась возможность пересмотра периодов чередования учебного и каникулярного времени в течение учебного года. Эту возможность корректировать структуру учебного года определяет Типовое положение об общеобразовательном учреждении в редакции от 30.12.05.

В 2006 году в нашей школе по инициативе коллектива была создана творческая группа по реализации деятельности и организации здоровьесберегающего режима учебно-воспитательной работы на основе равномерного чередования учебного и каникулярного времени. Руководитель группы — учитель химии В.Е. Повереннова собрала доступную информацию о школах Нижегородской области, работающих в подобном режиме, и изучила нормативную документацию. Далее с целью создания благоприятных условий проведения эксперимента по переходу школы на альтернативный режим каникул была проведена разъяснительная работа с учащимися и их родителями.

В соответствии с требованиями Федерального закона от 30.03.99 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» педагогические инновации, связанные с изменением режима, программ и технологий обучения, должны



0,96, а для экспериментального 5-го — 0,95. Для 8 классов коэффициент продуктивности, измеренный в декабре, был, наоборот, ниже в контрольном классе (0,9) по сравнению с экспериментальным (0,96). Таким образом, сравнение показателей между опытными и экспериментальными группами выглядело бы не очень правомерным, поэтому сравнение показателей проводили в каждой группе отдельно. После за-

местрами. В течение года у ребят есть пять каникул и каникулярное время составляет 30 дней. Следует отметить, что и по анкетным результатам опросов школьники этого возрастного периода выразили наибольшую готовность работать в режиме триместров. Так, 33 третьеклассника против 6 положительно оценили подобное распределение учебного и каникулярного времени и отметили, что идут в школу после каникул с большим желанием. Однако в ответах на вопросы анкеты об использовании системы триместров мнение старшеклассников не было столь единодушным, как у школьников начальных классов. Примерно половине учеников хотелось бы учиться по традиционной схеме, потому что каникулы в их школе не совпадают с

Триместр в школе № 4 города Бор

иметь заключение об их соответствии возрастным и функциональным особенностям обучающихся. Поэтому далее был заключен договор с Нижегородским институтом развития образования на проведение опытно-экспериментальной работы. Научным руководителем этих исследований стала доктор биологических наук О.С. Гладышева. Возглавляемая ею лаборатория проблем здоровья в образовании НИРО совместно с педагогическим коллективом школы начала реализовывать программу эксперимента. Новый режим каникул был апробирован в 2005/2006 учебном году.

Надо сказать, что менять сложившиеся стереотипы, традиции всегда сложно. Возникали сомнения, трудности, разногласия, но эксперимент начался. Срезовые измерения коэффициента продуктивности работы учащихся на основе использования коррективного теста Бурдона и его модификации для начальных классов позволили оценить уровень работоспособности детей и их утомляемость. Для исследований были выбраны по два класса в параллели 2, 5 и 8 классов. Для контрольных классов каникулярное время было распределено традиционным образом, а в экспериментальных — в соответствии с новой структурой учебного года.

Конечно, при такой незначительной численности участников эксперимента (143 человека) трудно было добиться того, чтобы и экспериментальные, и контрольные группы обладали сходными уровнями работоспособности, поэтому в качестве опытных групп были взяты классы, продуктивность работы в которых была изначально ниже, чем в контрольных. Измерения, проведенные накануне зимних каникул показали, что, например, в контрольном 2 классе среднее количество правильно маркированных фигур составляло 40, а в экспериментальном — 36. Для 5 класса, выбранного в качестве контрольного, коэффициент продуктивности, определенный по тесту Бурдона, составил

вершения исследований, которые проводились с декабря по май включительно, были отмечены следующие закономерности. Для 2 классов уровень правильно заполненных фигур в контрольном классе к концу года снизился, а в экспериментальном увеличился. Показатели, которые вначале значительно отличались в пользу контрольного класса, сблизались между собой. Более того, в экспериментальном классе не наблюдалось резких изменений этого показателя в сторону снижения, что, например, перед каникулярным временем отмечено в контрольном классе. Сходная тенденция прослеживается и для 5, и для 8 классов.

Таким образом, в ходе предварительных срезовых исследований было продемонстрировано, что так называемые «дробные каникулы» положительно влияют на работоспособность учащихся, повышая ее у более слабых детей и делая ее более устойчивой для них в течение года.

В заключении, которое было подготовлено лабораторией проблем здоровья в образовании, записано: «*Так как подобные измерения продуктивности в условиях дробного каникулярного времени проводились впервые, считаем целесообразным продолжить подобные экспериментальные исследования на базе МОУ СОШ № 4 г. Бор, включив в эксперимент другие классные параллели*». Кроме того, почти все родители поддержали наше начинание. По решению педагогического совета школы и по согласованию с управлением образования эксперимент продолжился и в 2007/2008 учебном году. Еще один важный аргумент в его пользу — никаких финансовых затрат он не требует. Сегодня в экспериментальном режиме работают все классы школы (605 человек).

Новая структура учебного года включает в себя три триместра. Каникулы разделяют каждый триместр на две части, и, кроме того, каникулы есть и между три-



другими учебными заведениями, где обучаются их друзья. Однако никто из опрошенных учеников не отметил в своих ответах, что при таком режиме обучения они больше устают. Содержание учебных программ не меняется. Учащиеся 2—9 классов будут иметь три триместровые оценки и годовую, а учащиеся 10—11 классов оценки по-прежнему будут выставляться по полугодиям.

Мы надеемся сгладить или совсем исключить «синдром третьей четверти». Такой «диагноз» появился в лексиконе многих педагогов-психологов. Всем хорошо известно, что третья, самая длинная четверть приходится на самое холодное время года с коротким световым днем. В этот период отмечаются рост числа инфекционных заболеваний, усиление авитаминоза у детей. При этом на третью четверть приходится освоение основного, самого трудного учебного материала. В новой структуре учебного года в нашей школе самой длинной четверти просто нет.

Мы уверены, что с переходом на новую структуру учебного года ученики школы № 4 г. Бор будут меньше уставать, а большие нагрузки перестанут быть перегрузками.

Т. ТАРНОВСКАЯ,
зам. директора по УВР,
М. ТИМЧЕНКО,
директор СОШ № 4, г. Бор

Лучший школьный врач — 2007

В 2007 году Союз педиатров России впервые провел конкурс на лучшего педиатра страны в номинации «Школьный врач». Победителем стала Елена Сорокина — врач средней школы № 8 г. Кстово Нижегородской области.

— Елена Александровна, вы возглавляете школьный медицинский центр восстановительного лечения. Зачем он образовательному учреждению, ведь в школе учат, а не лечат?

— Сейчас родители так загружены работой, а дети учебной, что зачастую они не успевают обратиться за медицинской помощью на ранних стадиях заболевания. Тем более что поликлиника находится достаточно далеко. Задачи центра — ранняя диагностика отклонений в развитии, проведение коррекционно-оздоровительных мероприятий. Каждого ребенка, имеющего заболевание, консультирует педиатр, а при необходимости — специалисты детской поликлиники.

У нас есть процедурный, физиотерапевтический, стоматологический и массажный кабинеты, ингаляторий, зал для занятий ЛФК. Оборудована комната для релаксации и проведения сеансов ароматерапии. Есть водолечебница, предназначенная для принятия ванн (с морской солью, йодобромных, хвойных, фито и др.), душией (дождевой, циркулярной, восходящей, Шарко), проведения гидромассажных процедур. В штат центра входят: педиатр, стоматолог, медсестра (это ставки поликлиники), медсестра по физиотерапии, медсестра водолечебницы, массажист, инструктор ЛФК, психолог, социальный педагог.

— Что еще входит в ваши обязанности?

— Профилактика, которая включает несколько пунктов. Соблюдение СанПиНов, например. С этого года наша сто-



ловая отказалась от услуг комбината питания, теперь у нас столовая полного цикла. Занимаюсь вместе со школьной администрацией составлением меню по принципу щадящего питания. Пока, к сожалению, только 60 % детей получают горячее питание в школе (или завтрак, или обед).

— Расскажите, пожалуйста, о здоровьесберегающих педагогических технологиях в школе.

— Прежде всего это рациональный режим обучения. СанПиНы допускают продолжительность урока 40 минут, что мы и сделали. Длительность четвертей и каникул обычная, но со следующего учебного года мы хотим перейти на чередование 6 недель учебы и недели каникул. Я участвую в составлении учебного расписания, протестую против назначения нескольких контрольных в один день или слишком большого объема домашних заданий. Иногда даже приходится спорить с учителями.

— Аранцы вы не взвешиваете?

— Пытались. Ничего хорошего не получается, вес ранцев намного превышает нормативы. У ребят, особенно это касается учащихся начальной школы, нет ни второго комплекта учебников, ни книг, специально разделенных по четвертям. Единственное, что можно сделать, — оставлять в школе при-

надлежности для труда, рисования.

— Как вы боретесь с гиподинамией?

— Расписание предусматривает три урока физкультуры в неделю, один из них — плавание. В школе работают бассейны: 25-метровый и 10-метровый «лягушатник». Этого, конечно, недостаточно. Во всех классах проводятся физкультминутки. В младшей школе с них начинаются уроки, а дальше они проводятся каждые 15 минут. А вот как старших заставить? Ученые доказали, что достаточно эффективной является перевод школьника из положения сидя в положение стоя. Учитель, не прерывая урока, предлагает всему классу встать, дети несколько минут стоя слушают объяснения педагога, затем садятся.

— Вы пользуетесь конторками Базарного?

— Использовали их и сейчас не отказываемся, просто старая мебель пришла в негодность, а новую еще не приобрели. Это хорошая технология, но нужно ее правильно применять. Нельзя весь урок работать стоя. А вот зрительные тренажеры у нас есть — плакаты в углах классов, «восьмерки» на потолке...

— Какие программы проводятся в вашей школе?

— Реализуются программа «Здоровое детство», включающая психопрофилактику, проекты «К здоровью ученика — через здоровье учителя», «Здоровый ребенок в здоровой семье», «Королевская осанка» и «Школа без вредных привычек». В 2005 году мы стали победителями Всероссийского конкурса «Школа — территория здоровья».

Со следующего года в школьное расписание будут включены уроки здоровья, сейчас они тоже проводятся, но в форме классных часов. С сен-

тября школьники с 1-го по 11-й класс будут заниматься по программе, разработанной в Нижегородском институте развития образования. Уже закуплены учебники, методические пособия для педагогов и рабочие тетради. Программа для начальной школы рассчитана на обычного учителя, в среднем звене уроки может проводить биолог.

— Как работа лечебно-оздоровительного центра и применение здоровьесберегающих педагогических технологий влияют на самочувствие ребят?

— Ежегодные мониторинги показывают, что состояние здоровья учащихся улучшается. За 15 лет число детей, имеющих 3-ю группу здоровья (хронические заболевания), уменьшилось с 20 до 15 %. Недавно проведенное обследование показало, что в результате психопрофилактики патологии нервной-психических заболеваний у наших детей не выходит на первое место, как в других учебных заведениях области.

Обычно дети приходят в школу уже с какими-то проблемами здоровья, и с каждым годом учебы их самочувствие ухудшается. В нашей школе 65 % детей сохраняют свое здоровье на прежнем уровне, а 20 % даже несколько улучшили его состояние.

Мы считаем большим успехом то, что снижается количество детей, впервые поставленных на учет. Если четыре года назад у нас было 75 впервые поставленных диагнозов, то в прошлом году — только 22. Количество рецидивов хронических заболеваний у учащихся снизилось в 4 раза, а количество детей, длительно пропускающих занятия по болезни, уменьшилось в 3 раза.

— Спасибо за беседу.

Беседовала
Нина СЕМИНА
(«Здоровье детей»,
№ 10, 2008 г.)

Газета зарегистрирована Поволжским региональным управлением регистрации и контроля за соблюдением законодательства РФ о средствах массовой информации (г. Самара) 16 ноября 1998 г. Регистрационное свидетельство № С 02099.

Газета выходит 2 раза в месяц.

Распространяется бесплатно.

Перепечатка допускается только по согласованию с редакцией, ссылка на «Школу» обязательна.

Точка зрения автора может не совпадать с позицией редакции.

Главный редактор О.В. ПЛЕТЕНЕВА.

Выпускающий редактор С.М. ЛЕДРОВ.

Адрес редакции и типографии: 603122, Нижний Новгород, ул. Ванеева, 203, ГОУ ДПО «Нижегородский институт развития образования». Телефон 417-77-04.

E-mail: ids-nn@yandex.ru

Номер подписан в печать 17 октября 2008 года, по графику в 17.00, фактически в 14.00.

Верстка: О.Н. БАРАБАШ.

Тираж 1000 экз. Заказ № 1541.

Отпечатано в издательском центре ГОУ ДПО НИРО.