

МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ  
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ШКОЛЕ

# Здоровье детей

ИЗДАЕТСЯ С 1992 г.  
№ 14 (432)

[zdd.1september.ru](http://zdd.1september.ru)

**У половины  
перво-  
классников  
нарушена  
устная речь**

с. 4



**Если у вас  
«слабое  
горло»**

с. 22

**Школьник  
с СДВГ.  
Ликбез  
для учителя**

с. 40



[1september.ru](http://1september.ru)

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ

ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ

**Первое сентября** | сентябрь 2011

Индексы подписки: Роспечать 32033 (бумажная версия), 26108 (электронная версия); Почта России 79065 (бумажная версия), 12683 (электронная версия)

# содержание

КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ

## право на особое отношение

Н.Свободина

4

## МЕДКАБИНЕТ

8

## из глубины веков

О.Кузнецова

10

## привыкай к холоду смолоду!

Т.Воронина,  
Л.Артемьева

14

## педагогический мониторинг

Л.Лаппо,  
М.Шумкина

18

## инструмент речи

А.Рязанцев

22

ЧАС ЛФК

## сильные и ловкие

24

## коррекция осанки

О.Белоусова

27

ЛОГОПЕД В ШКОЛЕ

## летит мой мяч

А.Коняшина

30

## о детях с нарушениями речи

О.Епифанова

34

ОСОБЫЙ РЕБЕНОК

## строгая любовь

Н.Малярчук

40

ИНКЛЮЗИВНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

## ум, сердце и дух

И.Сцепуро

48

## can you speak English?

С.Попова

52

ОБРАЗ ЖИЗНИ

## психология фанатизма

Ю.Корчагина

55

## очень страшное кино

Е.Ливанова

58

## КНИЖНАЯ ПОЛКА

61

## экзотика на школьном дворе

М.Малыхина

62



К материалам, помеченным этим символом, есть дополнение на CD-диске.

Методический журнал:  
здоровьесберегающие технологии в школе  
Издаётся с 1992 г.  
Выходит один раз в месяц

НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ:  
Главный редактор: Нина Семина  
Научный редактор: Е. Якушева  
Макет издания: И. Лукьянов  
Худ. редактор: В. Медведева  
Комп. верстка: О. Анфиногенова  
Корректор: С. Подберезина  
В номере использованы  
иллюстрации shutterstock.com

Цена свободная Тираж 4000 экз.  
Телефон (499) 249-27-18  
Тел./факс (499) 249-31-38  
E-mail zdd@1september.ru  
Сайт zdd.1september.ru

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»

Главный редактор:  
Артем Соловейчик  
(генеральный директор)  
Коммерческая деятельность:  
Константин Шмарковский  
(финансовый директор)  
Развитие, IT и координация проектов:  
Сергей Островский  
(исполнительный директор)  
Реклама и продвижение: Марк Сартан  
Мультимедиа, конференции  
и техническое обеспечение:  
Павел Кузнецов  
Производство: Станислав Савельев  
Административно-хозяйственное  
обеспечение: Андрей Ушков  
Главный художник: Иван Лукьянов  
Педагогический университет:  
Валерия Арсланьян  
(ректор)

ГАЗЕТА ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА:  
Первое сентября – Е. Бирюкова

ЖУРНАЛЫ ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА:  
Английский язык – А. Громушкина,  
Библиотека в школе – О. Громова,  
Биология – Н. Иванова,  
География – О. Коротова,  
Дошкольное образование – М. Аромштам,  
Здоровье детей – Н. Семина,  
Информатика – С. Островский,  
Искусство – М. Сартан,  
История – А. Савельев,  
Классное руководство  
и воспитание школьников – О. Леонтьева,  
Литература – С. Волков,  
Математика – Л. Рослова,  
Начальная школа – М. Соловейчик,  
Немецкий язык – М. Бузоева,  
Русский язык – Л. Гончар,  
Спорт в школе – О. Леонтьева,  
Управление школой – Я. Сартан,  
Физика – Н. Козлова,  
Французский язык – Г. Чесновицкая,  
Химия – О. Блохина,  
Школьный психолог – И. Вачков

ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ  
Роспечать:  
бумажная версия 32033  
электронная версия 26108  
Почта России:  
бумажная версия 79065  
электронная версия 12683

УЧРЕДИТЕЛЬ: ООО «ЧИСТЫЕ ПРУДЫ»  
Зарегистрировано ПИ № ФС77-44343 от 22.03.11  
в Министерстве РФ по делам печати  
Подписано в печать: по графику 15.08.11,  
фактически 15.08.11. Заказ №  
Отпечатано в ОАО «Чеховский полиграфический  
комбинат», ул. Полиграфистов, д. 1,  
Московская область, г. Чехов, 142300

АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ:  
ул. Киевская, д. 24, Москва, 121165  
Отдел рекламы (499) 249-98-70  
Сайт 1september.ru  
Издательская подписка: (499) 249-47-58  
E-mail: podpiska@1september.ru



Документооборот  
Издательского дома «Первое сентября»  
защищен антивирусной программой Dr.Web

# И снова праздник



Когда я была маленькой, я любила ходить в школу..

Особенно 1 сентября ☺. Но уже на следующий день становилось понятно, что скакалку, мяч, велосипед и прочее... (корректировать по возрасту) придется отложить надолго. Что впереди – длинный учебный год с уроками, любимыми и не очень, с учителями – любимыми и... Помню, как физичка топала ногами и бросала в нас гирьками. Целилась в одного ученика, а головы в плечи испуганно вытягивали все...

Зато какая тишина стояла на уроках истории, даже самые отпеченные двоечники и хулиганы затаив дыхание слушали вдохновенные рассказы учителя про Александра Македонского и древних римлян.

Главная идея нашего издания (теперь уже ежемесячного журнала) – сохранить по мере возможности здоровье ребенка, во всяком случае то, с каким он пришел в школу.

А задача педагогов – сделать так, чтобы дети понимали, *зачем* им нужны и *как* пригодятся в жизни правила спряжения глаголов и таблица умножения, ареал проживания морских котиков и экономика Гватемалы, умение владеть своим телом и знание основ здорового образа жизни. Если в школе им будет интересно, спокойно и вкусно, если на дом задавать будут столько, чтобы осталось время жить, если предстоящая контрольная не будет вызывать стресс, если учительница не запустит в сердцах гирькой или стулом ☺... то это и будет здоровьесберегающие технологии. И наши дети будут здоровы. Чего от всей души желаем и вам, дорогие учителя!

*С новым учебным годом!*

Главный редактор  
Нина СЕМИНА





**Оказывается:**

Дислексия – это неврологическое нарушение, а не лень \_\_\_ стр. 5

Народные праздники и обряды придуманы не зря \_\_\_ стр. 10

От закаливания нужно получать удовольствие \_\_\_ стр. 14

Полезно вовремя вспомнить про лимон \_\_\_ стр. 22

# Право на особое отношение

## В МОСКВЕ ПРОШЛА КОНФЕРЕНЦИЯ ПО ДИСЛЕКСИИ

Зал на 500 мест не вмещает всех желающих. Люди сидят в проходах, стоят за дальними рядами. В коридоре около 50 человек пытаются примоститься на стульях, столах или просто у стенки. Но, несмотря на такое количество народа, вокруг тишина – все внимательно слушают негромкий голос Владимира Ивановича Лубовского – доктора психологических наук, академика РАО.

Один из старейших дефектологов России говорит о проблемах специального образования, о трудностях, с которыми сталкиваются специалисты, и важности объединения усилий в помощи детям.

Так начала работать V Международная конференция Российской ассоциации дислексии.

Убедить присутствующих в необходимости помощи ребятишкам не надо. Любой из них может выйти и рассказать не один десяток историй о том, как тяжело дается учеба ребенку с такими нарушениями. Да что там учеба... Если он не находит понимания ни в классе, ни дома, то все школьные годы превращаются в период мучений и унижений.

Сегодня до 20% учащихся начальной школы испытывают трудности при овладении навыками письма и чтения (дисграфия и дислексия).

*Российская ассоциация дислексии – РАД – создана в 2003 году.*

*Это некоммерческая общественная организация, объединяющая ведущих специалистов в области нарушений письма и чтения, логопедов, психологов, учителей и родителей.*

*Деятельность РАД направлена на:*

- координацию усилий исследователей, практиков и родителей в сфере преодоления нарушений чтения и письма;
- содействие формированию профессионального сообщества специалистов, осуществляющих сопровождение детей с данными нарушениями;
- популяризацию достижений российских научных школ, распространение лучших методических практик;
- информационную и методическую поддержку специалистов по проблемам профилактики, диагностики и преодоления дислексии;
- взаимодействие со СМИ, представление отечественного передового опыта на международных конференциях;
- анализ зарубежной политики в области организации помощи детям с нарушениями письма и чтения.



У 3–4% эти проблемы имеют ярко выраженный характер. А это значит, что в каждом классе есть по крайней мере 4–5 человек, которым тяжело научиться читать и писать, и из них 1–2, для кого эта задача становится невыполнимой без специальной помощи.

## Парижский форум

О современных подходах к дислексии рассказала президент ассоциации, доктор педагогических наук, профессор *Галина Васильевна Чиркина*.

Она говорила о Первом Всемирном форуме ЮНЕСКО по проблемам дислексии, прошедшем в прошлом году в Париже, где было выработано следующее соглашение:

**Дислексия – неврологическое нарушение часто наследственного характера, проявляющееся в проблемах чтения, письма, орфографии.** (Вы слышите, уважаемые учителя и родители? Это – **нарушение**, а не лень и безответственность.)

Основные позиции форума:

- Дислексия – это не болезнь и не несчастье!
- Она затрагивает от 5 до 10% населения мира.
- Лучшие методы обучения школьников с дислексией – мультисенсорные (сочетают звуковой, аналитический и синтетический подходы).
- Исследование Дж. Стейна: дислексия может быть из-за недостатка в питании.
- Приоритет в устранении данного нарушения принадлежит обучению.

## А что у нас?

Г.В. Чиркина заметила, что обычно дислексия сопровождается трудностями концентрации внимания и произвольной организации деятельности, нарушением кратковременной памяти.

Далее она поведала о том, что во многих государствах закон защищает право детей с дислексией на получение специальной помощи и льготы при обучении. То есть если права такого ребенка

в школе нарушаются, то родители могут обратиться в суд. Кроме того, для этих детей созданы специальные электронные библиотеки, выработаны особые условия при сдаче экзаменов. А у нас учитель даже при понимании проблемы не может откорректировать оценку за диктант с учетом специфичности ошибок, не говоря уже про особые условия на экзаменах. С появлением ЕГЭ положение таких детей ухудшилось. Но кого это волнует? Наверное, только тех, кого вы видите на этих фотографиях.

## В тревожном ожидании

На конференции отмечалось, что проблема дислексии приобретает особое звучание в связи с введением новых ФГОС начального образования, в которых письмо и чтение обозначены как универсальные навыки, лежащие в основе всего обучения. Повышение требований к уровню сформированности письменной речи уже в начальной школе приведет к росту числа детей, не справляющихся с нагрузкой. Более 50% поступающих в первый класс имеют нарушения устной речи. Без систематической помощи логопеда достижение ими результатов, предусмотренных стандартом, будет невозможным.

Вот схема Г.В. Чиркиной, отражающая структуру помощи детям в нашей стране.



Тревогу участников конференции вызвала ситуация массового сокращения логопедов, сложившаяся из-за внедрения подушевого финансирования образовательных учреждений. Необходимость вписаться в выделенные средства вынуждает руководителей к выведению из штатного расписания «дополнительных» педагогических работников.

Деятельность логопеда связана с обеспечением полноценного развития речи ребенка, а значит, и с



формированием его когнитивных способностей и коммуникативных компетенций. Помощь такого специалиста должна рассматриваться как необходимое условие реализации ФГОС для детей с соответствующими нарушениями.

Если все-таки опасения дефектологов оправдываются, то из представленной схемы в недалеком будущем могут исчезнуть группы для детей с нарушениями речи и логопедические пункты при ДОУ общего типа, а также логопедические пункты и коррекционные классы в общеобразовательных школах, т.е. звенья бесплатной повсеместной помощи ребятам с проблемами речи из массовых общеобразовательных учреждений. В результате мы получим огромное количество учеников начальной школы, имеющих трудности в овладении письмом и чтением.

## Информационные технологии

Большое внимание было уделено программно-аппаратным методам диагностики и коррекции нарушений письма и чтения у детей. О специфике применения информационно-коммуникационных технологий в работе с данными ребятами рассказала **Елена Викторовна Колтакова** (МГПУ). Она заявила, что и при сборе информации, и во время диагностики, и непосредственно на занятиях компьютерная программа не просто облегчает работу специалиста, но выводит весь процесс на совершенно иной уровень.

В то же время Е.В. Колтакова назвала и отрицательные последствия привлечения подобных технологий. Вот некоторые из них:

- живое общение между педагогом и учеником сводится к минимуму, что ведет к снижению речевой активности школьников;
- сокращение социальных контактов, практики взаимодействия и общения;

- большие объемы информации, предоставляемые некоторыми электронными ресурсами, могут отвлекать внимание в процессе обучения;
- чрезмерное и неоправданное использование средств информатизации негативно отражается на здоровье.

Но все же пользы гораздо больше, чем вреда. Просто здесь, как и везде, нужна золотая середина.

Когда начинать готовить детей к обучению чтению? Конечно, еще до школы. И уже тогда с помощью специальных диагностических мероприятий можно выявить ребятшек, склонных к дислексии. То есть тех, у кого процесс овладения чтением и письмом непременно вызовет трудности. Все с большим интересом слушали выступление **Ольги Андреевны Ходченковой**, аспирантки МГПУ, учителя-логопеда детского сада № 497. Тема ее доклада: «Создание web-приложения информационной системы для диагностирования предрасположенности к нарушениям чтения и письма у детей дошкольного возраста». Она говорила о разработке универсальной программы «Солнечный замок. Следопыт», состоящей из двух модулей. Первый – обследование дошкольников и младших школьников, направленное на выявление группы риска, второй – оценка и развитие диагностических способностей педагога. В недалеком будущем любой специалист, имеющий выход в Интернет, сможет в режиме онлайн проверить не только возможности ребенка, но и свой потенциал.

Выступлений было много, обо всех не написать. Но еще об одном хочется рассказать.

Кандидат биологических наук **Наталья Игоревна Хорсева** (Институт биохимической физики им. Н.М. Эмануэля РАН) представила данные исследования, доказавшего важность психофизиологических параметров для диагностики возможных затруднений при формировании чтения и письма, и рассказала о том, что с помощью специальной аппаратуры были обнаружены негативные последствия использования детьми мобильных телефонов. (Статью на эту тему вы сможете прочитать в следующем номере нашего журнала.)

И в конце хочется поблагодарить всех, кто, несмотря на существующие сложности, находит в себе силы не только выполнять свою ежедневную работу, но и двигаться вперед, претворять в жизнь новые проекты, делать учебу наших детей интереснее и качественнее.

**Наталья СВОБОДИНА,**  
учитель-логопед высшей категории,  
Москва

Фотографии предоставлены автором









Учительская  книга  
ФЕСТИВАЛЬ  
Москва-2011

с 31  
октября по 3  
ноября

# ВЫСТАВКА-ПРОДАЖА КНИГ ВЕДУЩИХ ФИРМ И ИЗДАТЕЛЬСТВ



Семинары и встречи с методистами и авторами учебников  
БОЛЕЕ 1000 НАИМЕНОВАНИЙ КНИГ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- 31** октября  **Гуманитарные предметы**
- Русский язык • Литература • История • МХК
  - Музыка • Изобразительное искусство
- а также
- Управление школой • Технология
  - Физкультура • ОБЖ • Здоровье детей
  - Библиотека в школе
- 1** ноября  **Предметы  
естественно-научного цикла**
- География • Биология • Химия • Физика
  - Математика • Информатика
- 2** ноября  **Начальная школа  
Дошкольное образование**
- а также
- Психология, воспитание**
- 3** ноября  **Иностранные языки**

Подробное расписание будет опубликовано позднее в газете и на сайте  
[www.1september.ru](http://www.1september.ru)

Чтобы получить профессиональный подарок, **пройдите заранее бесплатную регистрацию** на сайте <http://bookfair.1september.ru>

Все мероприятия фестиваля пройдут с **10.00** до **16.45** в московском государственном лицее № 1535 по адресу: ул. Усачева, дом 52 (в 3 минутах ходьбы от станции метро «Спортивная»).



**ВХОД СВОБОДНЫЙ**

## ЕСЛИ ПРИВИВОК СТАНЕТ БОЛЬШЕ

На всероссийском форуме, посвященном профилактике социально значимых заболеваний, который состоялся в городе на Неве, обсуждалась проблема вакцинации. Петербургские медики высказались за необходимость расширения национального календаря прививок.

Вакцинация помогает спасти громадное число детских жизней. В календарях прививок многих европейских государств примерно 15–17 позиций, а у нас их всего лишь 11. Так, на первом году жизни ребенка вакцинируют от коклюша, на 2-м делается повторная прививка. Но к 6–7 годам иммунитет теряется.

В большинстве развитых стран проводят ревакцинацию от данного заболевания для старших дошкольников и подростков, а где-то – даже для юношей и девушек 20–21 года, поскольку кашель многих молодых людей связан именно с коклюшем.

Нововведение окажется крайне выгодным и с экономической точки зрения. Ведь значительное сокращение числа инфицированных, а соответственно и последствий тяжелых заболеваний уменьшит финансовые затраты на лечение.

Например, в Санкт-Петербурге и Ленинградской области это должно коснуться ветряной оспы, гепатита А и вируса папилломы человека (ВПЧ). Материальный ущерб, ежегодно наносимый гепатитом, составляет здесь более 30 млн рублей, затраты на ветряную оспу превышают 500 млн рублей. А столь высокий показатель, как более 600 млн рублей, расходуемых на лечение осложнений от ВПЧ, благодаря профилактике может сократиться почти в три раза.

Переходным этапом на пути увеличения календаря прививок могут стать региональные календари. И первые шаги в этом направлении уже сделаны: в ряде российских регионов накоплен положительный опыт расширенной вакцинации. В частности, в Свердловской области благодаря внедрению плановой иммунизации школьников и затем детей в возрасте от 20 мес. (профилактика гепатита А) заболеваемость снизилась с 60,6 до 3,8 на 100 000 населения.



## ЭФФЕКТИВНАЯ ПОМОЩЬ НЕСЛЫШАЩИМ

В середине XX века хорват Петар Губерина создал верботональный метод реабилитации глухих детей и для применения своей разработки открыл в Загребе центр «СУВАГ».

В настоящее время в мире более 400 подобных центров, 36 из которых находятся у нас в стране. В сравнении с другими системами метод имеет преимущества: реабилитация идет значительно быстрее, а результат хорошо закрепляется. Поскольку в мозге формируется «слуховая картинка», полученные навыки сохраняются на всю жизнь.

Главный принцип метода в том, что глухой ребенок проходит те же этапы становления речи, что и слышащие дети. С помощью вибротактильной доски ребята учатся слушать всем телом. Эффективность системы зависит от правильности ее использования, речевых способностей ребенка и особенностей заболевания. В обучении применяют технику СУВАГ, которая основана на том, что воспринимаемая через тело информация подобна поступающей через слуховой канал. Специальный аппарат фильтрует сигналы, в первую очередь пропуская звуки, передающие особенности интонации и ритма. Так ребенок учится различать частоты, несущие данные характеристики звука.



## НАДО ДВИГАТЬСЯ

На базе общеобразовательных школ Санкт-Петербурга в классах с базовой и повышенной учебной нагрузкой изучали влияние интенсификации учебной нагрузки и недостаточной двигательной активности на развитие и здоровье девочек пубертатного возраста.

Всего в исследовании приняли участие 195 школьниц 11–14 лет, относящихся к I и II группам здоровья.

К категории с низкой двигательной активностью относили девочек малоактивных, нерегулярно занимающихся физической культурой, мало бывающих на свежем воздухе в течение дня.

Школьницы, регулярно занимающиеся физической культурой, были отнесены к категории с достаточной физической нагрузкой.

По данным опроса оказалось, что более половины школьниц имеют повышенную учебную нагрузку за счет факультативных и дополнительных занятий. Это сопровождается нарушением режима дня, уменьшением времени отдыха, недостаточной двигательной активностью, низкими показателями самочувствия и состояния здоровья.

Всех учениц можно было разделить на 4 группы. Первую составили девочки с повышенной учебной нагрузкой и достаточной двигательной активностью, вторую – с повышенной учебной нагрузкой и низкой двигательной активностью, третью – школьницы с базовой учебной нагрузкой и достаточной двигательной активностью и четвертую – с базовой учебной нагрузкой и низкой двигательной активностью.

Большинство школьниц с гармоничным физическим развитием составили девочки с достаточной двигательной активностью.

Среди учащихся с дисгармоничным физическим развитием большинство относилось к четвертой группе, с резко дисгармоничным развитием – ко второй группе. У девочек с низким уровнем физической активности более низкие показатели массы тела.

Среди школьниц с высокой учебной нагрузкой и недостаточной физической активностью по сравнению с другими группами было выявлено достоверно большее число тех, для кого характерны низкая стрессоустойчивость и высокий уровень нервно-психической напряженности. Они нуждаются в релаксирующих и успокаивающих мероприятиях.

## В БОЛЬНИЦАХ ПОЯВЯТСЯ МЕСТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Госдума занимается рассмотрением проекта нового закона об основах охраны здоровья граждан, согласно которому одному из родителей будут предоставляться койко-место и питание при нахождении с ребенком в больнице в течение всего периода лечения.

Речь идет об отце или матери (либо другом законном представителе) ребенка в возрасте до трех лет. При наличии социальных показаний это касается и детей более старшего возраста.

В действующем положении тоже говорится о праве родителя на пребывание в стационаре. Тем не менее пока что матери спят на стульях и питаются той едой, которую им передают родные.



## ВАКЦИНАЦИЯ С ИЗОЛЯЦИЕЙ

Роспотребнадзор постановил временно изолировать детей, не привитых живой вакциной против полиомиелита, от ребят, получивших такие прививки.

Группа московских родителей, отказавшихся от прививок и столкнувшихся с временным запретом на посещение дошкольных учреждений, пыталась оспорить данное решение в суде. Однако Верховный суд РФ признал его законным.

Подобная мера должна предупредить заражение непривитых детей штаммом вируса полиомиелита, который вакцинированные ребята выделяют в течение двух месяцев. Такое заражение может привести к тяжелым последствиям, среди которых – паралич и летальный исход.

*По материалам Интернета  
подготовили Елена ЯКУШЕВА,  
Андрей ЛЕКМАНОВ  
Фотографии с сайтов  
[www.edukuban.ru](http://www.edukuban.ru), [www.newsblank.files.wordpress.com](http://www.newsblank.files.wordpress.com)*

# Из глубины веков



*У любого народа есть свои особенности воспитания здорового человека, обусловленные историческими, географическими и другими причинами. Сегодня мы поговорим о том, как традиционная культура влияет на здоровье*

## Общее и различное

В каждой культуре по-своему определяют понятие *здоровье* и неодинаково относятся к человеческому телу. Ценности, традиции и взгляды народа на благополучие, процветание и красоту играют решающую роль в отношении к здоровью и способам его поддержания. Все это прямо влияет на поведение, связанное с питанием, диетой и физическими упражнениями. Так что и понятия ЗОЖ у разных этносов тоже различаются.

Культура отражается не только на отношении к еде, но и на уровне потребления алкоголя и табака, на занятиях спортом и степени двигательной активности. И каждый из этих показателей, в свою очередь, также воздействует на здоровье и возникновение болезней. Немалую роль играет стиль жизни и поведения. Особое значение имеют стресс, и эмоции, и то, как мы с ними справляемся.

Не менее важными психологическими факторами являются представления и верования о разных болезнях, их причинах и лечении, готовность обратиться за помощью.

Но, несмотря на различия, воспитание отношения к здоровью у подрастающего поколения во всех культурах связано с системой хранения и передачи определенных знаний. Можно сказать, что у каждого этноса существовала народная педагогика здоровья.

## Сохранить и передать

Опыт того или иного народа в успешной борьбе за выживание веками складывался под воздействием

природных условий, особенностей хозяйственной деятельности. Большое значение имела и религия. А сохранялось это все в виде традиций.

Особая роль принадлежит праздникам и обрядам. В древности обряд был средством выражения мировоззрения людей, а возникшие на его основе искусства и всевозможные действия являлись своеобразным способом хранения и передачи потомкам информации, которая отражалась в символике орнамента на одежде, предметах быта и труда, в песнях, ритуалах, кулинарных рецептах, играх, танцах.

Каждый обряд играл несколько ролей, среди которых информационная, духовная и оздоровительная. Информационная роль состоит в передаче знаний о накопленном опыте. Духовная (она же в некотором роде психотерапевтическая) способствует развитию гармонических отношений в обществе, сглаживает конфликты и трения внутри коллектива. Оздоровительная роль включает в себя физиологический подход и выражается в развитии физических качеств.

### Основными формами народной педагогики являются:

- передача младшему поколению жизненно важной информации и таких социально значимых черт, как честь и достоинство, путем привлечения к подготовке и участию в праздниках и ритуалах, формирующих ЗОЖ;
- многократная тренировка физических и психических качеств ребенка до и в процессе исполнения танцев, песен и игр;
- подключение детей к трудовой деятельности взрослых, связанной с приготовлением традиционных блюд, созданием художественных декоративных изделий, утвари и праздничным убранством окружающего пространства;
- использование народных методов оздоровления.



## Баю-баюшки-баю...

Музыке всегда придавалось огромное значение: с помощью песен воспитывали детей и лечили недуги. Музыка могла быть и грозным орудием: особые ее виды использовались в целях разрушения организма человека (и психологически, и физически) при наказаниях, пытках и даже убийствах. Шамааны, знахари, колдуны активно и целенаправленно применяли музыку для врачевания души и тела.

В народном музыкальном творчестве заложены не только эстетические и этические функции, но и основы терапии.

Будущие мамы, готовя одежду малышу, которому предстоит родиться, тихо напевали песни. Мелодичность колыбельных успокаивающе действует на эмоциональную сферу ребенка. Вообще совместное пение разрушает чувство одиночества, снимает психологический дискомфорт и позволяет ощутить себя частью коллектива.

Особый смысл несли в себе похоронные плачи, во время которых можно было выплакаться и почувствовать поддержку со стороны общества. При помощи пения лечили заикание. Наука уже доказала, что разная музыка неодинаково действует на человека: она как положительно, так и отрицательно влияет не только на психику, но и на многие процессы обмена веществ, ведущие к выздоровлению или, наоборот, к заболеванию.

Современная медицина и психотерапия широко используют лечебные свойства музыки.

## Сказка ложь, да в ней намек...

В культуре практически всех этносов музыка была тесно связана со словом. Издавна устное народное творчество использовалось в процессе формирования сознания, эмоциональной сферы, поведения ребенка и, конечно же, для его физического развития. Это сказки, былины, прибаутки, поговорки, пословицы, пестушки, считалки, потешки, дразнилки, скороговорки и загадки.

Особую роль играли сказки. Специалисты считают, что в своих истоках сказка не столько несла творческое, художественное начало, сколько служила таким «курсом основ безопасности» и являлась для детей своеобразным уроком.

## Народные игры

Народные игры различаются по характеру, формам и функциям. Раньше они были элементами традиционных праздников и обрядов. Это и хороводы, и пляски, и песни-игры, и сценки и пр.

Игры всегда занимали важное место в жизни людей. Они возникли в древние времена на основе культовых обрядов, необходимых для подготовки молодежи к взрослой жизни. Ведь игры развивают ловкость, гибкость тела, выносливость, интуицию, находчивость, смелость. Они учили упорству в труде, ремеслу, охоте, ратному делу. Игры являлись активным, эмоционально наполненным отдыхом. А лучший отдых – это переключение с одной





деятельности на другую. Вот почему игры хорошо помогали расслабиться после монотонной, тяжелой работы.

Можно сказать, что это особая система физкультуры, которая прочно вошла в быт разных народов и сохранилась в разной степени до наших дней. Примеры: перетягивание каната, качели, гигантские шаги, чехарда, моржевание, прыжки через нарты у северных народов.

Общие черты в играх некоторых народов связаны с похожими природными условиями, а значит, деятельностью, подобной хозяйственной, и охотой.

Несмотря на то что народная физкультура создавалась многими поколениями, национальные виды спорта постепенно, но неуклонно утрачивают свое значение. К сожалению, в современных школах отсутствует индивидуальный подход и существуют определенные нормативы по выполнению тех или иных упражнений для здоровых ребят. И зачастую педагоги физвоспитания ведут свои уроки достаточно формально. Критериями качества занятий становятся достижения отдельных учеников. А слабые детишки или отличающиеся от общей массы по физическим данным недополучают должного внимания в том объеме, который необходим каждому. Ведь недаром в словосочетании *физическая культура* присутствует слово *культура* – важнейшая составляющая человеческого бытия.

## Танцы

Народные танцы появились еще в доисторические времена. Корни данного вида творчества – ритуальные, обрядовые. У каждого вида танцев были свои функции.

Во время танцев каждый исполнитель был уверен, что он приобщается к высшим силам природы, что власть и могущество создаваемого им образа входят в человека и делают его всесильным. Некоторые танцы рождались в обрядах, имеющих отношение к битвам, охоте, их движения часто изображали какое-то животное или мифологический персонаж и способствовали успеху.

Отдельное место занимали танцы, связанные с гендерным поведением. В самых своих глубинах они имеют те же истоки, что и брачные танцы зверей и птиц.

К тому же танцы, особенно в коллективе, придавали группе ощущение монолитности и единства. У людей, живущих в суровых природных условиях, появлялись духовные силы для сопротивления невзгодам, болезням, и человек справлялся с тем, что, казалось, преодолеть невозможно.

Не стоит упускать из вида и то, что танцы – это тоже физические упражнения, причем предъявляющие довольно высокие требования к исполните-

лю, поскольку на них затрачивается много сил. Но зато после занятий люди ощущают удовлетворение (выплеск в кровь эндорфинов), их не покидают чувство бодрости и наполненности энергией, ясное сознание.

Систематические занятия танцами (не менее двух раз в неделю) поддерживают тело в хорошей форме, обеспечивают гибкость, остроту реакции и восприятия, развивают чувство ритма и формируют вестибулярный аппарат, существенно снижают риск возникновения целого ряда заболеваний.

## У каждого этноса существует народная педагогика здоровья

Однако, прежде чем появятся результаты, с вас сойдет семь потов: во время тренировки происходит активное потоотделение – вывод шлаков из организма, что хорошо сказывается на тоне кожи (она становится упругой и розовой), на общем самочувствии и снижении веса. Многих завораживают грация, величавость осанки и легкая походка танцоров. Эти качества достигаются регулярными занятиями и постепенно становятся привычкой, которая выгодно отличит вас и в танце, и в повседневной жизни.

Танцы развивают дыхательную систему, помогают избавиться от частых простудных заболеваний, бронхитов и даже облегчают течение болезни у людей, страдающих астмой.

Танцы – способ гармоничного развития мозга. Сложные движения – это постоянный контроль коры больших полушарий. Кроме того, участки коры головного мозга «делят ответственность» за образное мышление (творчество) и логику. В танцах задействованы оба этих вида работы мозга, в них есть строгая геометрия композиции и импровизация, тренинг координации движений и памяти.

Фольклорный танец имеет яркую национальную окраску, он пропитан духом той местности, в которой появился. Особенности движений, ритма и пластики очень четко отражают характер народа.

Более подробно о танцах мы писали ранее (№ 17–18/2008).

## Традиции питания

Культура оказывает огромное воздействие на отношение к фигуре и питанию. Более того, ученые считают, что неодинаковая продолжительность

жизни в разных регионах связана, в частности, с традицией питания. Есть государства, где люди не доживают до старости, и имеются страны, богатые долгожителями.

В системе питания человека прежде всего раскрываются особенности климата, исторические, религиозные, общественно-экономические факторы. Каждому народу или местности, в которой живут близкие по культуре этносы, присуща своя система питания. Она включает в себя не только сами продукты, но и способы их кулинарной обработки, определенные ограничения и предпочтения, а также виды блюд и правила их приготовления, связанные с ритуалом приема пищи. По большому счету с развитием социальных изменений во многих регионах традиционная система питания постепенно исчезает, информация о ней сохраняется лишь в памяти старшего поколения или в этнографической литературе.

В пример можно привести **русскую народную кухню**. Если посмотреть на столы россиян, то можно увидеть однообразный набор овощей, большинство из которых южноамериканского происхождения: помидоры, перец, баклажаны. Практически исчезли из рациона такие традиционные культуры, как брюква, репа, редька. Еще хуже обстоят дела с зерновыми, которые некогда были необходимыми ритуальными элементами на пирах, посвященных богам плодородия. А основу питания составляли овес, рожь, ячмень. Из них варили каши, отвары, кисели, которые не только вкусны, но и полезны.

Современные школьники вряд ли знают, что такое ячневая крупа и что перловую получают из

ячменя – самой древней зерновой культуры, выращивавшейся человеком.

Кстати, при некоторых заболеваниях рекомендуются супы и каши из перловки разной концентрации. Ячневая и перловая каши способствуют выведению из организма избыточного жира и протеина.

Проросшие зерна овса были обязательной обрядовой пищей. Их начинали готовить с зимних святок, в момент, когда организм уже начинал испытывать нужду в витаминах, и употребляли как во время особых пиршеств, так и в будние дни.

Современные диетологи отмечают, что проростки зерновых являются биологическими стимуляторами, дающими организму силу. Например, оболочка овса содержит кремний и серу, которых недостает в других культурах. А ведь эти микроэлементы нужны для роста волос, ногтей, костей. В овсе много углеводов, растительных жиров и белков. А еще в нем имеются аминокислоты, необходимые для роста детей и влияющие на образование гемоглобина, которые обязательно должны входить в состав тканей.

Говоря о культуре питания других народов, хотелось бы обратить внимание на японцев, которые очень внимательно относятся к сохранению традиционной кухни. На ее основе диетологи определяют пищу как **полезную** и **бесполезную**. Здесь распространены блюда из цельных злаков, т.е. не прошедших предварительной обработки. Считается, что они несут наивысшую биологическую энергию и входят в наиболее полезную группу питания.

Гастрономические привычки народов приносят им не только выгоды, но и беды. Так, мы, россияне, иногда во время еды сверх меры употребляем алкоголь (а в небольших дозах он помогает переваривать жиры). Японцы – приверженцы всего острого,пряного – чаще всего страдают онкологией желудка. А у возвращенных на бигмаках американцев больше всего вероятности заболеть раком толстой кишки: их любимые жирные блюда из переработанных дальше некуда продуктов плохо воздействуют на стенки этого отдела кишечника.

Особого внимания заслуживает **народная медицина**. Очень интересны и самобытны системы оздоровления Китая, Индии и Шри-Ланки (аюрведа). И, конечно, нельзя не вспомнить русскую народную медицину, включающую и травничество, и своеобразные методы закаливания. Но об этом – в следующих номерах.

**Ольга КУЗНЕЦОВА,**  
кандидат биологических наук,  
Москва  
При оформлении использованы  
фотографии Д.Давыдова



# Привыкай к холоду смолоду!

## ОПЫТ РАБОТЫ ПО ЗАКАЛИВАНИЮ ДЕТЕЙ



Фото с сайта  
www.belmam.ru

*Несколько лет назад в одном из ДОУ г. Заречного Пензенской области была организована группа «Динозаврик» из 25 детей в возрасте 3–7 лет, страдающих аллергическими заболеваниями (бронхиальная астма, астматический бронхит, аллергодерматозы, поллинозы, респираторный аллергоз и др.). Сейчас число детей, занимающихся в специальной медицинской группе «Школа закаливания», достигло 473 человек.*

*Накопился немалый опыт оздоровительной работы, и сегодня инструкторы по физической культуре Т.Воронина (инициативе которой обязана «Школа закаливания» своим существованием) и Л.Артемова рассказывают о том, как создавалась система оздоровления детей, по каким направлениям она развивалась, какие методики потребовалось разработать*

Комплекс закаливающих мероприятий включает обливание холодной водой, бег по снегу. Особое внимание уделяется психологической подготовке детей и воспитанию у них ценностей нравственного порядка – доброжелательного отношения к природе, товарищам, педагогам.

При отборе детей в специальную оздоровительно-реабилитационную группу самым трудным оказалось подготовить родителей к проведению с больными детьми закаливающих процедур. Родителям демонстрировали видеофильмы о результатах закаливания детей в этой школе, вели индивидуальные беседы, показывали и объясняли систему закаливания, проводили открытые занятия с использованием методик закаливания.

При разработке и осуществлении системы закаливания авторы руководствовались следующими принципами:

1 Закаливание проводили с детьми, которые хотели помочь себе сами, то есть улучшить свое состояние здоровья. Считаем, что главная эмоциональная поддержка – это желание детей и родителей заниматься закаливанием. Надо очень сильно захотеть быть здоровым и верить в то, что вы делаете. Прежде всего надо добиться сознательного отношения самого ребенка к выполнению закаливающих процедур, оздоровлению своего организма.

2 В специальную группу принимали всех детей независимо от степени тяжести основного заболевания, руководствуясь заповедью «Не навреди».

3 При определении этапа закаливания учитывали стадию заболевания: продромальный период, острое заболевание или обострение хронического процесса, этап выздоровления.

4 Обязательным условием при выполнении закаливающих, особенно холодových, процедур является личный пример самого тренера, воспитателя, учителя. Инструктор по физической культуре Т.В. Воронина сама постоянно занимается закаливанием. Свои убеждения и правила она формулирует так:

- Я – учитель здоровья, и от меня в первую очередь зависит здоровье ребенка, его семьи, общества и всей планеты.
- Моя главная задача – сформировать у ребенка собственную ответственность за свое здоровье.
- В образовании я буду использовать только те методы, которые гарантируют ребенку здоровье.
- Я буду стремиться к тому, чтобы детский сад и школа стали центром здоровья ребенка, семьи и общества.
- Я всегда буду личным примером ребенку и его родителям в вопросах формирования здоровья.



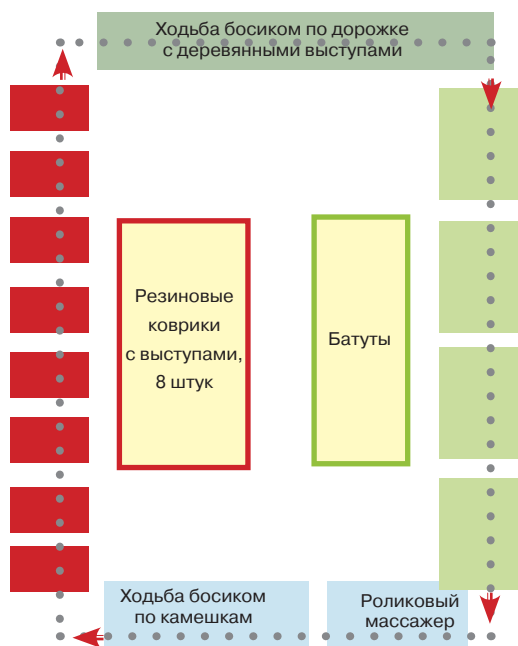
- Своим личным примером я буду убеждать коллег в том, что каждый из них должен стать учителем здоровья.
- Все мои усилия будут направлены на формирование нового человека – Homo valiens, человека здорового.

## Методика проведения закаливания

### *I этап – отработка специальных упражнений, входящих в систему «Волшебный круг»*

При подготовке детей к обливанию холодной водой с головы большое внимание уделяли ежедневной отработке специальных упражнений. В комплекс специальных заданий включали дыхательную гимнастику, физические упражнения, улучшающие координацию движений, силу, быстроту, ловкость, выносливость, прыгучесть, осанку и корригирующие плоскостопие.

### Схема проведения специальных физических упражнений по системе «Волшебный круг»



В зависимости от состояния здоровья детей и их индивидуальных особенностей нагрузка заключалась не только в четкости и точности выполнения упражнений, но и в количестве пройденных кругов. Через 2–3 месяца ежедневной работы количество кругов возрастало с 1 до 7. Время физических упражнений составляло от 2 до 10 минут. Специальные задания дети выполняли поточным методом: парами или по одному.

Например: игра с мячом → передача мяча → прыжки через скакалку → упражнения с обручем → бег по дорожке → упражнения на велосипеде → упражнения на батуте → на роликовом массажере.

При переходе на II этап обязательно учитывали желание продолжать заниматься закаливанием родителей и самого ребенка.

### *II этап – обливание ног холодной водой*

На этом этапе дети узнают о свойствах воды и пользе обливания холодной водой. Их знакомят с историей закаливания холодной водой (А.В. Суворов, А.С. Пушкин, Л.Н. Толстой), с примерами из современной отечественной литературы, из жизни жителей г. Заречного.

Закаливание начинаем с обливания ног холодной водой из шланга веерообразным способом – струей средней интенсивности, температура воды 7–13°C. Дети в трусиках и маечках встают на деревянные покрытия, ноги вместе, лицом к преподавателю. Обливание начинаем с пальцев ног ребенка, постепенно поднимая веер холодной воды вверх до колен и вновь опуская до стоп. Затем ребенок поворачивается спиной к преподавателю, обливание идет с пяток вверх до уровня колен и обратно. Продолжительность процедуры определяет сам ребенок, это зависит от его подготовки. Время воздействия – от 1–3 до 8–10 секунд – в зависимости от индивидуальной переносимости холодных нагрузок.

При ежедневном закаливающем режиме – проведении обливания ног холодной водой – время воздействия постепенно увеличивается. Так, вначале оно составляло от 2 до 7 секунд у детей с различной степенью подготовки, а через 6 месяцев – от 8 до 35 секунд. Второй этап продолжается в среднем до года. К обливанию холодной водой с головы можно приступать через 3–6–7 месяцев после проведения обливания холодной водой ног.

### *III этап – обливание холодной водой с головы на улице*

Эту процедуру проводим ежедневно в 9 часов 40 минут, на большой перемене. Шланг с водой выносим через окно на улицу и наливаем воду в тазики отдельно для каждого ребенка. Дети приходят в раздевалку бассейна, переодеваются и действуют по группам:

- 1-я группа – работа по «Волшебному кругу»;
- 2-я группа – обливание ног холодной водой;
- 3-я группа – обливание холодной водой с головы на улице;
- 4-я группа – бег по снегу на улице.

Все виды закаливания выполняются непосредственно под наблюдением и при участии инструктора по физической культуре. Степень холодных нагрузок, их продолжительность определяются индивидуально для каждого ребенка по его реакции на закаливающие процедуры (сокращение мышц,

напряжение всего тела, страх, улыбка на лице, задорный смех, восторг, удовольствие от испытываемых ощущений).

Опыт показал, что предложенная комплексная система постепенного закаливания детей с аллергопатологией способствует снижению числа простудных заболеваний, количества обострений основного заболевания и в конечном результате – повышению успешности обучения детей в школе.

### Общие рекомендации по проведению закаливания холодовыми нагрузками

1. При проведении организованных закаливающих мероприятий с детьми в детских садах, школах, санаториях, оздоровительных лагерях, реабилитационных центрах и т.п. обязательно письменное согласие родителей на определенный вид закаливания.
2. Основное правило – сознательное отношение детей к холодовым нагрузкам. Тренеру необходимо постоянно анализировать положительную динамику в самочувствии и состоянии здоровья детей, поддерживать их, хвалить и награждать за укрепление своего здоровья и заботу о нем.
3. Воспитывать у детей убежденность в том, что холодная вода пробуждает организм и повышает его защитные силы. Проведение любой закаливающей технологии предусматривает выполнение трех принципов: процедуры нужно выполнять постоянно, правильно и постепенно (по принципу ходьбы по лестнице), от простого к сложному, преодолевая барьеры и этапы от одной ступеньки к другой.
4. Перед проведением холодовой процедуры обязательна психологическая установка на хорошее настроение, на то, что холодная вода, снег, ветер, дождь, земля, трава будут способствовать улучшению здоровья, биоэнергетическому очищению и укреплению жизненных сил организма.
5. Тренер, методист, инструктор по физической культуре должны разбираться в методиках закаливания, особенно при работе с больными и ослабленными детьми. Обязательным условием является личный пример наставника, особенно при холодовых нагрузках, обливании холодной водой и т.п.
6. Методика холодовых процедур должна сопровождаться правильным подбором видов нагрузки, учитывать условия проведения в зависимости от основного заболевания и сопутствующей патологии.
7. После совершения водных процедур желательно не вытирать тело полотенцем.

Практика показывает, что вода при температуре 33°C не воспринимается как холодная, при температуре 23°C ощущается как прохладная, а при температуре 13°C и ниже – как холодная. Следовательно, температура холодной воды в различные времена года будет колебаться в пределах от 4°C до 13°C.

Особенное внимание необходимо уделять ослабленным, часто болеющим детям, так как они очень мало гуляют на свежем воздухе, не занимаются в полном объеме физическими упражнениями, а о водных процедурах и говорить не приходится.

### Методика закаливания часто болеющих детей, а также детей с отрицательным отношением к холодной воде

#### 1-я неделя

Ходьба по мокрым камешкам, траве, земле (летом). Можно использовать искусственный дождь, чтобы капельки воды попали на детей. Это вызывает у некоторых радость, восторг, другие переносят такую процедуру спокойно. Тренеру важно наблюдать за поведением детей, их реакцией.

#### 2-я неделя

Налить в таз теплой, затем холодной воды, дать возможность детям дотронуться до воды, набрызгать, положить игрушку в воду и достать ее со дна. Если кто-то из детей не захочет брать из холодной воды игрушку, будет плакать, то заставлять ребенка не следует. Пусть он посмотрит, как другие дети будут реагировать на это задание.

Проводить процедуру надо в игровой форме, с улыбкой, с радостью. За 5–6 дней у детей сформируется желание «общаться» сначала с теплой, потом с холодной водой. Тренер или инструктор проводит эту процедуру вместе с детьми.

#### 3-я неделя

Налить в таз холодной воды (температура 13°C), намочить руку и провести влажной рукой от стопы до колен или побрызгать водой на ноги. Дети выполняют эту процедуру с удовольствием.

#### 4-я неделя

Приступить к обливанию ног холодной водой (температура 13°C) из шланга, лейки. Можно поставить 4 ведра с холодной водой, наполненных так, чтобы уровень воды доходил до колена ребенка, и с учетом желания детей предложить шагать из ведра в ведро по несколько раз.

Анализ результатов применения этой методики закаливания (обливание ног холодной водой температуры 8–10–13°C) показал, что из 60 учащихся 1–4-х классов через год-полтора у 95% детей отсутствовали острые респираторные заболевания, у 80% – снизилось число рецидивов основного хронического заболевания.

### **Методика закаливания (ходьба, бег по снегу) учащихся 1–4-х классов с учетом сезонности**

Ходьба, бег по снегу – один из древних, но незаслуженно забытых способов сохранения и укрепления здоровья. При проведении закаливающих мероприятий необходимо время для формирования мотивации у детей на выполнение этих процедур с учетом сезонности, времен года.

Например, **в сентябре** желательно использовать кратковременно такие раздражающие факторы, как камешки, мокрая трава, сырая земля. Рекомендуется ходьба или бег на свежем воздухе в течение 30 секунд – в зависимости от условий погоды, тяжести основного заболевания. При желании детей можно продлить процедуру до трех минут.

**В октябре** в зависимости от температуры воздуха можно проводить закаливание в течение 45–55 секунд (некоторым учащимся допустимо до 3,5–5 минут). Тренер обязательно должен наблюдать и оценивать реакцию детей на холодовые нагрузки (появление мышечной дрожи, цианоза губ). При адекватной реакции можно добавить обливание ног холодной водой температуры 6–10°C.

**В ноябре** можно увеличить дистанцию и время до одной минуты ходьбы или бега по земле босиком. Затем в зале продолжить физические упражнения, применяя методику «Волшебный круг».

**В декабре** – выход на первый снег, ходьба или бег в течение 5–30 секунд по желанию детей.

**В январе** – бег по снегу от 5–30 до 45–60 секунд. Тренеру необходимо участвовать в мероприятии вместе с детьми, чтобы определить индивидуальную холодовую нагрузку на каждого ребенка.

**В феврале** – бег по снегу от 45 до 90 секунд. После бега можно продолжить закаливание в спортивном зале, выполняя физические упражнения по «Волшебному кругу».

**В марте** – обливание ног на снегу или бег по снегу в течение 2–3 минут в зависимости от желания детей и тяжести основного заболевания. Обливание ног проводят холодной водой из таза от колен.

**В апреле** продолжаем обливание ног холодной водой на снегу (температура воды 8–10–13°C) или бег по снегу в течение 1–2 минут по желанию детей.

**В мае–июне** – ходьба, бег по мокрой траве, камешкам, земле в течение 10–20 минут, обливание ног холодной водой (температура 8–10–13°C).

**В июле–августе** – ходьба, бег по мокрой траве, воде, камешкам (бег по пересеченной местности) в течение 30 минут. Обливание ног холодной водой утром и вечером (температура 8–10–13°C).

Проводить мероприятия необходимо с учетом тяжести основного заболевания.

Всем ли полезно закаливание? Безусловно. А когда следует приступать к нему? Чем раньше, тем лучше. Много различных методик закаливания разработано учеными, врачами, педагогами, просто людьми, которые считают закаливание одним из средств укрепления и оздоровления организма.

Несомненно, дальнейшее изучение естественного природного оздоровления будет способствовать внедрению идеи здорового образа жизни в сознание человека, укреплять его нравственные основы, изменять его мышление и внутренний мир.

**Татьяна ВОРОНИНА,  
Людмила АРТЕМЬЕВА,**

*инструкторы по физической культуре  
МОУ «Школа-сад № 229 компенсирующего типа»,  
г. Заречный, Пензенская область*

### **Л и т е р а т у р а**

1. Байер К., Шейнберг Л. Здоровый образ жизни. – М.: Мир, 1997. – С. 368.
2. Белевский А.С., Булкина Л.С., Княжеская Н.П. Организация и проведение занятий в астма-школе. – М., 1995. – С. 34.
3. Гейч М.Р. Точечный массаж. – М., 1995. – С. 318.
4. Кнейп С. Мое водолечение. – Научно-популярное издание, 1992. – С. 288.
5. Колгушин А. Закаливание. – М., 1997. – С. 352.
6. Лаптев А.П. Закаляйтесь на здоровье. – М.: Медицина, 1991. – С. 158.
7. Мазнев Н.И. Народные способы лечения болезней. 1997. – С. 499.
8. Малахов Г.П. Движение, дыхание, закаливание. – СПб.: Тенета, 1999. – С. 184.
9. Никитин Б.П., Никитина Л.А. Резервы здоровья наших детей. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – С. 221.
10. Пак Чжэ Ву. Основы су-джок-терапии. – М., 1999. – С. 162.
11. Подшивалов В.А. Боремся с аллергией. – М.: Советский спорт, 1990. – С. 45.
12. Шенкман С. Не захочу – не заболею! – М.: Физкультура и спорт, 1988.





# Педагогический мониторинг

## Опыт коррекционного образовательного учреждения

Качество образования – это соотношение его цели и результата. Наша задача – отследить изменения, возникающие в процессе четырехлетнего обучения. Мониторинг позволяет наблюдать динамику развития каждого ребенка. Он отражает итоги деятельности педагогов и предупреждает возможные ошибки.

В коррекционном образовательном учреждении для детей с ОВЗ педагогический мониторинг является частью психолого-медико-педагогического мониторинга и организуется как система наблюдения, контроля оценивания и управления учебно-воспитательным процессом.

Внедрению в нашей школе мониторинга предшествовало обсуждение следующих *задач*:

- 1 Разработка комплекса показателей, обеспечивающих целостное представление о состоянии системы учебно-воспитательной деятельности, о качественных и количественных изменениях в ней.
- 2 Организация регулярного и наглядного представления информации о работе с учащимися.
- 3 Систематизация получаемых сведений.

*Структура* мониторинговой системы включает:

- субъектов мониторинга – членов педагогического коллектива;
- субъектов мониторинга – учащихся;
- инструментарий и инструменты мониторинга;
- мониторинговую деятельность.

Инструментарием мониторинговой деятельности выступает совокупность рабочих материалов наблюдений, анкет, карт индивидуального развития.

Реализация цели развития личностей наших детей невозможна без знания их индивидуальных особенностей. Это крайне важно на первом году обучения в школе, куда приходят ребята с разным

уровнем физической, интеллектуальной и личностной подготовки.

С помощью специального комплекса в феврале-марте проходит диагностика будущих первоклассников.

В диагностической работе с детьми на стадии адаптации к школе используются методы наблюдения, анкетирования, обследования сформированности предпосылок учебной деятельности. Она состоит из нескольких этапов: ребенок отвечает на вопросы анкеты, рисует картинку на тему «Я в школе», учитель проводит диагностику его отношения к школе.

На основе анализа выделяются группы первоклассников: с благоприятным, условно благоприятным и неблагоприятным течением адаптации (*табл. 1*).

Таблица 1

### Результаты мониторинга адаптации первоклассников

Ф.И. ребенка	Благоприятное течение	Условно благоприятное	Неблагоприятное

После заполнения таблицы вычисляется среднее течение адаптации в классе (в процентах).

Важным звеном при организации воспитательной, образовательной и коррекционной деятельности учреждения, которое посещают дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата и ДЦП, является заполнение карты индивидуального развития.

В задачи работы с картами индивидуального развития входят:

- определение направления коррекционного маршрута для каждого воспитанника и учащегося, имеющего отклонения в психодвигательной и речевой сфере;
- разработка и внедрение в практику методов и приемов, обеспечивающих усвоение детьми знаний, умений, навыков, предусмотренных программой, с учетом их индивидуальных возможностей и способностей;
- организация работы, основанной на индивидуальных особенностях ребенка и рекомендованной узкими специалистами;
- комплексное взаимодействие всех специалистов при организации учебно-воспитательного и коррекционно-реабилитационного процессов;
- использование результатов психолого-медико-педагогического мониторинга в деятельности медико-педагогического коллектива;
- построение единого образовательного пространства между ОУ и семьей.

Работа с картами индивидуального развития охватывает всех учащихся и воспитанников. Карта заводится на ребенка в момент поступления в образовательное учреждение (независимо от класса). Затем в ней фиксируется уровень усвоения знаний на начало и конец учебного года.

В *структуру* карты входят: социальная составляющая (см. табл. на диске), медицинский лист (см. таблицу на диске) и разделы программных требований по предметам (табл. 2).

Оценка педагогами качественных и количественных характеристик по пятибалльной системе.

- 5 – высокий уровень;
- 4 – оптимальный уровень;
- 3 – средний уровень;
- 2 – допустимый уровень;
- 1 – низкий уровень.

Особенности овладения программными требованиями описываются в разделе *Примечания*. В *Рекомендациях* педагогами и специалистами фиксируются советы по организации работы с детьми по какому-либо разделу.

Карта ведется на протяжении всего времени пребывания ребенка в образовательном учреждении.

На основе этих карт педагоги составляют сводные диагностические карты уровня освоения программных умений и навыков учащимися данной возрастной группы, класса (табл. 3).

На базе полученных сведений административная группа проводит мониторинговые исследования на начало и конец учебного года, результаты

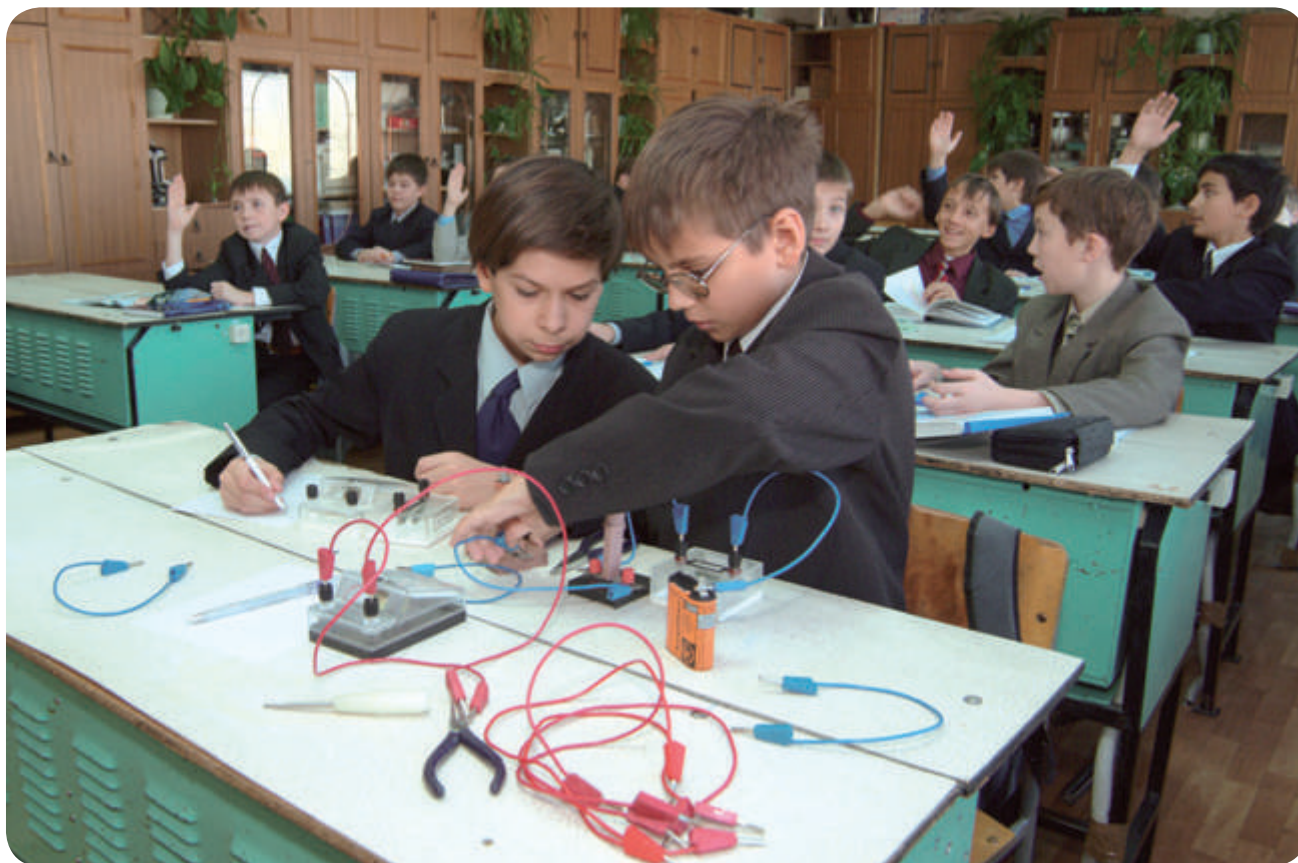


Фото Д. Давидова

Разделы программных требований (на примере окружающего мира)

Таблица 2

ОЗНАКОМЛЕНИЕ С ОКРУЖАЮЩИМ МИРОМ (природоведение)	Оценка	
	Начало учебного года	Конец учебного года
<b>1-й класс</b>		
Различение объектов живой и неживой природы		
Дифференциация дикорастущих и культурных растений		
Различение диких и домашних животных, перелетных и зимующих птиц		
Знание основных признаков времен года		
Владение основными сведениями о своем городе		
Знание домашнего адреса, места работы родителей		
<b>Рекомендации</b>		
<b>2-й класс</b>		
Различение дикорастущих и культурных растений		
Развитие культурно-гигиенических навыков, выполнение правил личной гигиены		
Владение правилами безопасного поведения на улице, на воде, в лесу		
Различение изученных видов транспорта		
Использование основных форм приветствий, просьб		
Различение объектов природы и предметов, созданных человеком		
Распознавание изученных растений, животных (по нескольким представителям каждой группы)		
<b>Рекомендации</b>		
<b>3-й класс</b>		
Определение основных сторон горизонта		
Объяснение взаимосвязей в природе и между природой и человеком		
Измерение температуры воздуха с помощью термометра		
Ведение наблюдения за трудом людей под руководством учителя, воспитателя		
Знание профессий		
Знание и различение понятий: тела, вещества, частицы		
Знание групп растений: водоросли, мхи, папоротники, хвойные, цветковые и их отличительных признаков		
Знание групп животных: насекомые, рыбы, земноводные, пресмыкающиеся, птицы, звери – и их дифференцирующих признаков		
<b>Рекомендации</b>		
<b>4-й класс</b>		
Наличие представлений о космосе (Луна, Земля и другие планеты)		
Владение знаниями по экологии		
Знание способов изображения Земли, ее поверхности – глобус, географическая карта		
Знание названий океанов, материков		
Знание природных зон России, особенностей природы и хозяйства		
Различение важнейших полезных ископаемых родного края		
Самостоятельное нахождение в учебнике и дополнительных источниках сведений по определенной теме, умение излагать их на уроке в виде сообщения, рассказа		
<b>Рекомендации</b>		



## Сводные диагностические карты

Ф.И. учащихся	1-й класс (средний балл по всем предметам)	2-й класс (средний балл по всем предметам)	3-й класс (средний балл по всем предметам)	4-й класс (средний балл по всем предметам)
<b>Средний балл класса</b>				

которых оформляются в виде сводных таблиц, графиков, текстовых анализов и отражаются в годовом анализе учебно-воспитательной работы.

Карта может быть представлена на заседании ПМПК школы по запросу специалистов как сопроводительный документ, на основании которого ребенок получает психолого-педагогическую характеристику. С результатами обследования и записями в картах могут ознакомиться родители (законные представители) или лица, их заменяющие. Эта информация больше никому не предоставляется, так как носит конфиденциальный характер.

Содержательная часть карт и периодичность их заполнения отслеживаются администрацией в ходе инспекционно-контрольной деятельности, предусмотренной годовым планом работы ОУ. На основе результатов, зафиксированных в картах, планируется учебно-воспитательный и коррекционно-реабилитационный процесс в классах, который отражается в календарных планах педагогов.

Результаты мониторинга ценны не только своей информационностью и наглядностью, но и тем, что они, во-первых, позволяют проводить анализ сложившихся знаний, умений и навыков каждого ребенка; во-вторых, помогают, устраняя причины

выявленных проблем и трудностей, строить траекторию дальнейших действий; и в-третьих – представляют собой показатель качества обучения на конкретной ступени.

*Литература*

1. *Калинина Н.В.* Методика оценки учебных достижений в начальной школе. Практическое пособие. – М.: Аркти, 2006.

2. Концепция и программы для начальных классов «Школа России». – М.: Просвещение, 2009.

3. Концепция содержания непрерывного образования (дошкольное и начальное звено). – М.: ГНОМид, 2004.

**Лилия ЛАППО,  
Мария ШУМКИНА,**

*учителя начальных классов;*

*МОУ «Специальная (коррекционная)  
начальная школа – детский сад № 225» VI вида,  
г. Новокузнецк*



*Дополнительные материалы  
к статье см. на диске*





# Инструмент речи

*Профессия учителя требует общения с аудиторией или классом главным образом с помощью речи. Вот почему к инструменту речи – голосу – нужно относиться очень серьезно.*

*Голос – второе лицо.*

**Жерар Боз, французский писатель**

Напряженная «голосовая работа» учителя, постоянное переутомление влияют на голосовой аппарат – он становится особенно чувствительным к духоте, пыли, влажному и холодному воздуху. Необходимо избегать перенапряжения голоса в шумной обстановке, в азарте спортивной игры, не разговаривать много на улице в холодную погоду.

Следует отказаться от курения. Раздражение табачным дымом слизистой оболочки глотки, гортани, трахеи вызывает постоянный прилив крови. Это грозит хроническим катаром верхних дыхательных путей.

Нельзя злоупотреблять острыми, очень горячими и холодными блюдами, особенно перед речевой нагрузкой. Режим питания имеет прямое отношение к звучности голоса. Не следует принимать пищу непосредственно перед чтением лекции или уроком. Переполненный желудок давит на диафрагму, что затрудняет дыхание и речь.

Противопоказано употребление алкогольных напитков, у любителей выпить обычно наблюдаются покраснение гортани и застойное кровообращение в ней.

Нужен систематический уход за полостью рта и горла (лечение, полоскание, чистка зубов).

Нельзя много говорить при простудах: голосовой аппарат переутомляется, возникают болезненные ощущения (сухость, щекотание в горле). В дальнейшем могут возникнуть кровоизлияния

в голосовых связках и более тревожные симптомы – несмыкание их из-за узелков.

На голосообразование влияют заболевания носоглотки, легких и органов брюшной полости, так как боль в них ограничивает дыхательные движения.

Женщинам в менструальный период лучше меньше напрягать голос, ибо могут набухнуть и покраснеть голосовые связки – и голос начнет терять свою окраску (тембр), появится хрипота.

Непосредственно перед «голосовым» уроком или выступлением (даже во время него) не следует пить воду, так как она смывает смазку с голосовых связок. Лучше выпить теплый сладкий чай, а еще лучше представить себе лимон – и сухость во рту исчезнет.

Рекомендуется постоянная закаливание свежим воздухом, солнцем, водой. Физические упражнения, гигиена труда и отдыха, строгий контроль над собой и соблюдение меры во всем, что поддерживает равновесие физических и духовных сил, должны стать потребностью.

При воспалении голосовых связок и хрипах хорошо сделать компресс на горло из молотой полыни, мать-и-мачехи и горечавки.



От чрезмерной речевой нагрузки случается перенапряжение горла, устают голосовые связки. Рекомендуем следующее.

С закрытым ртом сделайте несколько мышечных усилий, при которых вы ощутите неприятное напряжение подчелюстных мышц, корня языка, глотки и гортани. Время упражнения – 5–10 секунд. Чувство напряжения в подчелюстных мышцах останется еще на 2–3 минуты, голос восстановится. Выпейте стакан чая с мятой. Можно бросить в стакан горячей воды таблетку валидола и подышать парами в течение 1 минуты.

Из заболеваний наиболее часто у учителей наблюдается ларингит, особенно у тех, у которых на морозе рот не закрывается, и заядлых курильщиков. Ларингит – это воспаление гортани и голосовых связок. Диагноз уточняют врач и ларингоскопия. При ларингите надо обеспечить себе голосовой покой. Хотя вытерпеть это и трудно, попробуйте 3–4 дня не разговаривать и не курить. Из пищи исключите острые приправы, пряности. Помогут согревающие компрессы на шею, полоскание горла отварами ромашки, шалфея, масляные ингаляции.

Если у вас «слабое горло», любая простуда дает осложнение. Миндалины сразу воспаляются, голос «садится». При первых же признаках воспаления нужно приготовить полоскание. В стакане теплой воды развести по чайной ложке йода (лучше одно- или двухпроцентного, чтобы не обжечь гортань) и морской соли. Полоскать 3 раза в день два-три.

При простудах необходимо больше употреблять цитрусовые и зелень. Витамин С и прочие антиоксиданты укрепляют иммунную и дыхательную систему.

Из мясных блюд рекомендуются курятина, индейка и молодая говядина. Из орехов – грецкие, фундук и кедровые. Из напитков полезнее принимать витаминные, не содержащие кофеина. Травяные чаи, клюквенный морс помогут вывести из организма токсины.

А для повышения иммунитета есть такое радикальное средство. Смешать по полстакана сока свеклы и моркови, добавить по одной столовой ложке меда и лимонного или клюквенного сока. Пить в осенний период утром и на ночь по столовой ложке – и ни одна хвороба не привяжется.

И помните: **«Чем выше голос, тем ниже интеллект» (Станислав Ежи Лец).**

**Алексей РЯЗАНЦЕВ,**  
кандидат педагогических наук,  
г. Астрахань  
из книги «Вы учитель? Будьте здоровы!»



## ВЕРНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ СТРЕЛКИ КОМПАСА

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ФОНД ЗАЩИТЫ ДЕТЕЙ ОТ ЖЕСТОКОГО ОБРАЩЕНИЯ В ТЕЧЕНИЕ ГОДА ЗАНИМАЕТСЯ РЕАЛИЗАЦИЕЙ ПРОГРАММЫ «КОМПАС ДЛЯ ДЕТСТВА», НАПРАВЛЕННОЙ НА ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ СИСТЕМЫ ЗАЩИТЫ ДЕТСТВА И ПРОФИЛАКТИКИ СИРОТСТВА В СТРАНЕ.

Программа состоит из трех этапов. Первый подразумевает анализ существующих практик и создание пакета инструментов для разработки соответствующих региональных программ. Второй – это его апробация в трех межрегиональных центрах передового опыта, которые должны проводить обучение, консультирование, помощь в организации проектов и введении новых услуг, принимать на стажировку специалистов, делать методические пособия. Третий предполагает внедрение данного инструментария в регионах.

Эксперты фонда проанализировали более 700 документов из 74 регионов с описанием инновационного опыта по защите прав ребенка и отобрали 300 лучших практик. На основе их изучения они разработали перечень профилактических услуг. В него вошли 25 услуг для семей и детей на ранней стадии кризиса; для семей, имеющих детей с ограниченными возможностями; для граждан, которые растят ребят, оставшихся без попечения родителей; для воспитанников и выпускников интернатов.

На прошедшем недавно консультативном совете программы «Компас для детства» заместитель председателя Госдумы ФС РФ Надежда Герасимова отметила, что фонд провел огромную работу, и предложила направить его рекомендации во все субъекты Федерации для того, чтобы эти материалы использовались на практике.

*По материалам прессы*





### Оказывается:

Плоскостопие – это спутниковое заболевание \_\_\_ стр. 25

Упражнения нужно проговаривать \_\_\_ стр. 27

# Сильные и ловкие

*Инструктор ЛФК ГОУ «Школа здоровья» № 1426 (Москва) Ольга БЕЛОУСОВА делится с нашими читателями опытом организации занятий по лечебно-оздоровительной физической культуре*

Родители ребенка прежде всего мечтают о том, чтобы он был здоров.

Каждый мыслящий учитель физической культуры, на мой взгляд, желает организовать свою работу так, чтобы ученики показывали высокий уровень успеваемости и при этом были здоровы.

Всем специалистам в области физической культуры и спорта очевидно, что за последние годы отмечается замедление физического развития школьников.

Дефицит двигательной активности, ухудшившаяся экологическая и социальная обстановка способствуют снижению энергopotенциала растущего организма.

Причиной пускового механизма заболеваний, в том числе и опорно-двигательного аппарата школьников, становятся проблемы окружающей среды, личностные, поведенческие, физиологические и педагогические факторы риска.

Одна из таких проблем – **отсутствие системы занятий коррекционной гимнастикой и лечебно-оздоровительной физической культурой**. Из этого следует, что организация при школах групп ЛОФК является жизненной необходимостью.

Но одного желания мало. Необходимо со знанием и умением применять лечебно-оздоровительные технологии, постоянно повышать собственную квалификацию, любить детей и свято верить, что физические упражнения не только делают детей сильными и ловкими, но и исправляют недостатки, унаследованные ими при рождении.

В начале учебного года вместе с медицинской сестрой Натальей Александровной Седовой мы составляем списки детей по результатам последней диспансеризации. В этих списках, кроме определения медицинской и физкультурной группы, указывается диагноз, на основании которого комплектуются группы, с учетом характера проблемы, возможностей ребенка, рекомендаций врача поликлиники, пожелания родителей. В 2010/11 учебном году таких групп было 4 по 12 человек (ученики 1–3-х классов). В основном это дети с нарушением осанки, плоскостопием, сколиозом 1-й степени.

После того как списки групп составлены, издается приказ по школе, на основании которого проводятся занятия. В течение года приходящий в школу врач контролирует работу, делает замеры пульса, дает рекомендации по нагрузке.

Часто слышишь от учителей жалобное «у нас нет зала». Так вот, чтобы организовать занятия, достаточно приспособить помещение. За свою жизнь мне пришлось работать в нескольких учебных заведениях, в том числе и в негосударственной школе «Потенциал», и, если сама проявляла инициативу и желание заниматься с ослабленными детьми, ни один директор не отказывал в создании такого помещения и его оборудовании.

У нас есть все необходимое для проведения занятий. Работаю в приспособленном помещении – зале хореографии. Зал оборудован зеркалами, станком, гимнастическими скамейками. В необходимом количестве имеются гимнастические палки,

коврики, мячи для фитнеса. Из нестандартного оборудования использую вместо гантелей малого веса пластиковые бутылочки с водой. В следующем году в плане сделать дорожку из морских камней – круглой гальки. Имеется музыкальный центр.

Самая главная задача для меня – **научить ребят беречь свое здоровье с детства, что в дальнейшем, несомненно, даст им умение создавать и выстраивать собственную систему оздоровления, вести здоровый образ жизни.**

Нарабатываю программу «Азы здоровья», которая состоит из следующих разделов:

1. Развитие двигательных качеств.
2. Коррекция – специальные упражнения.
3. Профилактика – специальные упражнения.
4. Психогимнастика.

Постоянно пользуюсь «Новейшим справочником по лечебной физкультуре» под общей редакцией проф., д.м.н. Т.А. Евдокимовой. Использую следующие технологии:

- упражнения для позвоночника Поля Брега;
- дыхательную гимнастику А.С. Стрельниковой;

- дыхательную гимнастику К.П. Бутейко;
- суставную гимнастику по системе академика М.С. Норбекова;
- аутотренинг И.Шульца;
- закаливание организма по П.И. Иванову;
- информационно-оздоровительные технологии в пропаганде ЗОЖ.

Главным принципом своей работы считаю: **«Не навреди!»**.

У детей с заболеваниями опорно-двигательного аппарата с помощью физических упражнений стараюсь **создать мышечный корсет и укрепить мышцы спины и стопы, так как плоскостопие считается спутниковым заболеванием.**

С самого первого занятия выявляю индивидуальные особенности каждого ребенка, требую посещать занятия без пропусков, выполнять домашние задания; привлекаю к работе родителей.

При выполнении упражнений использую все возможные исходные положения: стоя, лежа на спине, лежа на боку (правом, левом), лежа на животе, стоя на коленях, стоя на четвереньках.

Необходимо помнить, что позвоночник разгружен максимально в положении лежа на спине и на животе. Все занятия провожу под музыкальное







сопровождение. Для основной части занятия это могут быть детские песни или, например, музыка в исполнении оркестра Поля Мориа, для релаксационных упражнений – записи звуков природы и пр.

Каждый ученик, приходящий на занятие ЛОФК, должен знать, для чего он это делает. То есть он должен сделать этот выбор осознанно. Выполняя коррекционные упражнения, ученики видят свое отражение в зеркале. По мере освоения упражнений добавляю более сложные, увеличиваю число повторений. Важно, чтобы, изучая то или иное новое упражнение, ребенок привыкал выполнять его правильно.

На групповом занятии приучаю детей, если они устают, раньше других делать остановку и начать выполнять дыхательное упражнение.

**Необходимо, чтобы ребенок научился работать не только с пользой, но и с удовольствием.** Все упражнения показываю ученикам сама. По мере усвоения чаще подхожу к тем, кто допускает ошибки, даю методические указания.

В заключительной части занятия, в положении лежа на спине, даю упражнения на снятие мышечного напряжения.

Обучение снятию напряжения должно идти через умение перевоплощаться в образы. Дети получают положительные эмоции. Они учатся сенсорике – развитию ощущений, умению прислушаться к своему телу.

Видно, что дети устают в школе, некоторые на 2–3 минуты засыпают, другие признаются: «Как мне стало хорошо...» – или: «А я делаю такие упражне-

ния, чтобы отдохнуть и настроить себя на хорошее, когда устаю от уроков или когда у меня что-то не получается...». Включаю в занятия игры на организацию внимания и игры малой подвижности. Обязательно провожу открытые занятия для родителей, так как делаем с ними одно общее дело.

Эффективность занятий определяю с помощью повторного тестирования и анкетирования. Анкету дети заполняют дома вместе с родителями. На вопрос «Сможешь ли ты дома самостоятельно выполнять комплекс лечебно-оздоровительной гимнастики?» – почти все ответили: «Да».

Мои ученики освоили основы аутогенной тренировки, релаксации, элементы массажа, стали ровнее сидеть за партой, контролировать свои эмоции; многие дома начали выполнять закаливающие процедуры, заниматься самостоятельно; стали меньше болеть. Большое спасибо родителям моих учеников: многие из них выполняют домашние задания вместе с детьми, способствуя тем самым их успешности.

Мы с группой учеников показывали мастер-класс «ЛФК в школе» на Девятом Московском педагогическом марафоне учебных предметов (2010).

Состоялось открытое занятие с детьми, имеющими нарушение осанки, для слушателей городских курсов повышения квалификации Центра организационно-методического обеспечения физического воспитания Департамента образования города Москвы.

Мои ученики приняли участие в окружном семинаре-практикуме «Роль физкультурно-оздоровительного воздействия на развивающуюся личность школьника с целью обеспечения интеграции детей в школьном социуме».

В анонимном опросе «Твое отношение к предмету «физическая культура» приняли участие 157 учеников. Три четверти из них ответили, что занимаются с увлечением.

По результатам анкетирования «Профориентация», проводимого социологической службой ГОУ ЦО «Школа здоровья», из 57 опрошенных учеников начальной школы шесть хотят стать профессиональными спортсменами и шесть – учителями физической культуры.

В этом заслуга всего педагогического коллектива, всех учителей физической культуры нашей школы.

Двое из них – Е.С. Антропова и Н.П. Струков – оканчивают курсы для получения свидетельства инструктора ЛФК и тоже смогут проводить занятия по ЛОФК.

Есть отзывы учеников и родителей – они дорогого стоят.

Я горжусь своими учениками и сделаю все для того, чтобы они и в дальнейшем были здоровыми и успешными.



## Коррекция осанки

### Цель:

1. Нормализация мышечного тонуса.
2. Укрепление мышечного корсета вокруг позвоночника.

### Задачи:

1. Воспитание правильной осанки, ЗОЖ.
2. Развитие координации, гибкости.

**Инвентарь:** гантели малого веса, гимнастические палки, гимнастические коврики, диски с музыкой.

### ХОД ЗАНЯТИЯ

#### Подготовительная часть (10 мин.)

1. Взаимное приветствие, определение отсутствующих, проверка внешнего вида, постановка задач занятия вместе с учениками. 1–2 минуты.

Сделать замер пульса у одного из учеников для дальнейшего контроля нагрузки на занятии.

2. Упражнения на организацию внимания – игра «Запрещенное движение». 1 минута. Четко назвать детям запрещенное движение. Четко и не быстро подавать команды.

3. Проверяем осанку у стены. 1 минута. Все учащиеся принимают правильную осанку. Встают к стене. Пятки, ягодицы, лопатки, затылок прижаты к стене. Сделать шаг от стены.

4. Точечный массаж области головы. 2 минуты. Следить за правильностью исполнения.

5. Выполнить упражнения на разминку суставов – «Суставная гимнастика». 3 минуты. Проговаривать вместе с детьми, какие суставы разминаем.

#### Основная часть

##### I. Упражнения с гантелями малого веса

Следить за правильным дыханием.

##### 1-е упражнение

И.п.: о.с.

- 1 – согнуть руки в локтях;
- 2 – руки вверх;

- 3 – согнуть руки в локтях;
- 4 – и.п.

##### 2-е упражнение

И.п.: ноги врозь, руки перед грудью.

1–8 – рывки руками; 4–5 повторений;

9–12 – опустить руки вниз, слегка наклонить корпус вперед, расслабиться. 3–4 повторения.

##### 3-е упражнение

«Бокс» – 20–25 раз. Кто устал – заканчивает раньше.

##### 4-е упражнение

И.п.: ноги врозь, руки в стороны.

1–8 – ротация;

9–12 – руки вниз, отдыхать.

3–4 повторения.

##### 5-е упражнение

И.п.: о.с.

1 – полуприсед, руки вперед, вернуться в и.п.;

2 – левая нога назад на носок, руки вверх, вернуться в и.п.;

3 – полуприсед, руки вперед;

4 – правая нога назад на носок, руки вверх, вернуться в и.п.

3–4 повторения.

6-е упражнение – дыхательное. 30 секунд.



## II. Упражнения в положении стоя на гимнастическом коврике

- 1 – зажимать иголки пальцами ног;
- 2 – ходить по иголочкам серединой стопы;
- 3 – наступать на иголки пятками;
- 4 – прокатывать стопу по иголочкам.

2 минуты.

Спина прямая, руки на поясе.

## III. Упражнения в положении сидя

### 1-е упражнение

И.п.: сидя на коврике, руки на коленях.

- 1 – руки в стороны;
- 2 – соединить пальцы рук сзади;
- 3 – руки в стороны;
- 4 – и.п.

6–8 повторений.

Спина прямая, затылком тянуться вверх.

### 2-е упражнение

И.п.: сидя, руки сзади в упор на кисти.

- 1 – согнуть ноги в коленях;
- 2 – выпрямить ноги вперед вверх;

3 – согнуть ноги в коленях;

4 – и.п.

6–8 повторений.

### 3-е упражнение

И.п.: то же.

1 – опираясь на кисти и пятки, поднять корпус вверх, прогнуться;

2–3 – удерживать положение;

4 – и.п.

Голову не запрокидывать.

6–8 повторений.

### 4-е упражнение – «Уголок»

И.п.: то же.

5-е упражнение – дыхательное. 30 секунд.

### 6-е упражнение

И.п.: сидя на коврике, руки на коленях.

1–4 – прямые руки вверх ладонями вперед, рывками отводить назад;

5–8 – наклон туловища вперед, пальцами рук тянуться к пальцам ног.

6–8 повторений.



#### IV. Упражнения в положении стоя

**Измерение пульса.** Находим пульс и по команде «счет» начинаем считать. 10 секунд.

**Разминка.** Сушавная гимнастика.

Спина прямая, подбородок приподнят, лопатки сведены.

**Легкий бег на месте,** упражнение на внимание.

«Бегом марш», «Запрещенное движение».

Корпус прямо. 1 минута.

**Дыхательные упражнения.** Вдох – носом, выдох – ртом.

1. Переходим на быстрый шаг. Руки вверх – вдох. Через стороны – выдох.

2. О.с.: вдох, за плечо – выдох;

3. О.с.: согнуть руки в локтях, ладони вверх – вдох;

И.п.: ладони вниз – выдох.

1 минута.

**Упражнения для глазных мышц**

Смотрим вверх, вниз, вправо, влево, поморгаем.

1 минута.

**Профилактический самомассаж**

Точечный самомассаж в области головы.

1 минута.

Следить за правильностью исполнения.

**Упражнения с гантелями малого веса**

1. Сгибание-разгибание рук.

2. Отведение-приведение рук.

3. Ротация, и.п.: руки в стороны, локти прямые.

4. «Бокс».

5. «Бокс» с прыжками.

6. Имитация «На лыжах».

4 минуты.

Вместо гантелей малого веса можно использовать пластиковые бутылочки с песком или водой.

**Дыхательное упражнение**

Дыхание с наслаждением.

30 секунд.

Выполнять стоя, глядя в окно.

#### V. Упражнения в положении лежа

**Лежа на спине**

1. Руки вдоль туловища, ноги вместе, посмотрели на носки, легли ровно. 8–10 раз.

2. Руки за головой; поочередно поднимаем сначала одну прямую ногу, потом другую. Колено прямое. 8 раз.

3. Руки за головой, ноги вместе, поднимаем обе прямые ножки, носок тянем, ноги в коленях не сгибаем. По 15 сек. 2 раза.

4. Вдох-выдох.

5. Руки за головой. «Велосипед» назад, вперед. По 15 сек. 2 раза.

Затылок от пола не отрывать.

6. Руки вдоль туловища, ноги прямые. На вдохе – руки вверх, носки ног на себя – тянемся. На выдохе – согнуть левую (правую) ногу в колене, обхватить ее руками, коснуться подбородком колена. 1 минута.

7. Руки в стороны ладонями вниз, ноги согнуты в коленях. На вдохе положить колени влево (вправо), голову повернуть вправо (влево), руками тянуться в разные стороны. Следить, чтобы пятки находились ближе к корпусу. 1 минута.

8. Руки за голову в замок, ноги согнуть в коленях, поставить стопы на ширину плеч. Сгибание и разгибание корпуса в положении лежа на спине. 1 минута.

**Лежа на животе**

Голову не запрокидываем назад: голова – продолжение позвоночника.

Ноги от пола не отрываем.

1. Руки в замок – тянемся вперед, напрягаем мышцы спины и ягодицы. 5 раз.

2. Руки вдоль туловища, лбом упереться в пол. Поднимаем голову, поворачиваем ее вправо, затем влево, в и.п. 30 секунд.

3. «Плавание брассом». 30 секунд.

4. «Лук». 30 секунд.

**Стоя на четвереньках**

1. «Кошечка». 30 секунд.

2. Стоя на четвереньках: вдох – правая (левая) рука вперед. Левая (правая) нога – назад, выдох – и.п.

Следить за тем, чтобы работали все отделы позвоночника.

**Упражнения в расслаблении – релаксация**

Лежа на спине, максимально расслабиться. Глаза закрыть, ногу на ногу не класть. 1–2 минуты.

**Домашнее задание**

Продолжать закаливание.

**Ольга БЕЛОУСОВА,**

инструктор ЛФК

«Школа здоровья» № 1426,

Москва

Фотографии и детские рисунки

предоставлены автором





**Оказывается:**

Мяч может стать хорошим помощником логопеда \_\_\_ стр. 30

Слова живут своей загадочной жизнью \_\_\_ стр. 34

# Летит мой мяч

## Игры и упражнения, способствующие логопедической коррекции

*Все ребята очень любят играть в мяч. Но мяч может быть не только предметом детской забавы, но и прекрасным помощником учителя. Предлагаем вашему вниманию игры и упражнения, способствующие логопедической коррекции и направленные на развитие моторики, ориентировки, на расширение словарного запаса и формирование грамматического строя речи*

Обыкновенный мяч дарит детям массу впечатлений. Помимо этого, он разносторонне воздействует на психофизическое развитие ребенка.

Простейшие упражнения с мячом формируют координацию движений кисти руки и оказывают влияние на совершенствование коры головного мозга.

Следовательно, улучшаются речь, память, внимание и мышление.

В процессе игры развиваются общая и мелкая моторика, умение ориентироваться в пространстве, регулируются сила и точность движений, нормализуется эмоционально-волевая сфера (что особенно значимо для гиперактивных учащихся), улучшаются обмен веществ и работа важнейших органов, закрепляется правильное произношение, активизируется словарный запас, а также отвлекается внимание ре-

бенка от речевого дефекта. Игровые минутки с мячом помогают разнообразить коррекционное занятие, к тому же они не требуют длительной подготовки, сложной атрибутики и больших временных затрат.

Таким образом, учитель-логопед может подобрать как упражнения для одного ребенка, так и игры, эффективные для группы детей. Проводить такие игры можно и во внеурочное время.

### ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

#### Для развития общей моторики

##### «Горячая картошка»

Ребята становятся в круг и быстро перебрасывают друг другу мяч (как будто это горячая картошка).

##### «Собачка»

Участники становятся в круг и перекидывают мяч друг другу, стараясь не давать его в руки собач-

ке – человеку, находящемуся в центре круга. Если тот поймал мяч, то меняется местами с упустившим его игроком.

##### «Летающий мяч»

Хорошо играть в компании от 3 до 6 человек. Ведущий, произнося первые три строчки, кидает мяч одному из участников, который должен броском вернуть его обратно.



*Летит мой мяч, летит к тебе,  
Смотри не прозевай!  
Держи его, лови его  
И снова мне бросай!*

### «Попади в корзину»

Мячик с горки покатился  
и в корзине очутился!

Для этой игры понадобятся любые маленькие мячи (теннисные, резиновые, мягкие из разных материалов) или шары из скомканной бумаги. В качестве горизонтальной цели лучше использовать корзину большого диаметра или обклеенную цветной бумагой большую коробку, чтобы бросаемые мячи могли в ней задерживаться. Корзина ставится на пол, и на расстоянии 150–200 см от нее по кругу размещаются 4–5 цветных кружочков или выкладывается круг из длинного шнура. Встав у обозначенного места, дети закидывают мячи в корзину.

### Для развития мелкой моторики

#### «Мячик»

Сжимать обеими руками мелкие резиновые мячи – большим и указательным пальцами, большим и средним, большим и безымянным, большим и мизинцем.

*Эта ручка – правая, эта ручка – левая,  
Я на мячик нажимаю и зарядку делаю.  
Будет сильной правая,  
Будет сильной левая,  
Раз, два, три, раз, два, три,  
Я играю, посмотри!*

#### «Зарядка для ладошки»

Катать мячик небольшого диаметра (деревянный, резиновый, теннисный) по наклонной плоскости ладонью.

*Шарик удержу ладошкой,  
Прокачу его немножко.  
Как на роликах, рука  
По столу скользит сама.*

#### «Орех»

Ребенок катает маленький мячик ладонями и приговаривает:

*Я катаю мой орех,  
Чтобы стал круглее всех.*

Можно перекатывать в ладони два небольших шарика.

#### «Кулачки»

*В ручки мячики возьмем,  
Кулачками их сожжем.*



Ребенок сгибает руки в локтях и начинает сжимать и разжимать небольшие резиновые мячи кистями рук, постепенно увеличивая темп. Выполняется до максимальной усталости, после чего руки расслабляются и встряхиваются.

**Варианты:** сжимать мячи двумя руками одновременно или попеременно – сначала правой, а потом левой.

### Для развития ориентировки в пространстве

#### «Цап-царап»

Ребята садятся на стулья, расставленные в кружок. В центре стоит водящий (ребенок). Он бросает мячик кому-нибудь из игроков и говорит «цап» или «царап». На «цап» следует назвать имя своего соседа слева, на «царап» – справа. Учитель может положить мяч на пол и произнести: «Цап-царап», – в этот момент все дети должны поменяться местами, а водящий – попытаться занять одно из освободившихся мест. Тот, кому не хватило места, становится водящим.

#### «Если все мы встанем в круг, мяч тебе я брошу, друг»

Ребята встают в круг на некотором расстоянии друг от друга и перекидывают мяч, говоря при этом: «Мяч бросаю вправо (влево), Маше. Маша, лови!» – и т.д.

#### «Передай мяч»

Участники стоят в затылок друг другу на дистанции вытянутой руки. Первый передает мяч второму сверху над головой, второй – третьему снизу между ногами и т.д.

#### «Где мяч?»

*Мячик, мячик, где лежишь?  
Ты от нас не убежишь!*

Дети выполняют инструкцию учителя: «Поднимите мяч над головой, положите мяч у правой ноги, на ковер, перед собой» – и т.п.

**Вариант игры:** ребята отвечают на вопрос: «Где лежит мяч? (На столе, на полу, в углу, около ковра и т.д.)»

#### «Не урони мяч!»

Дети стоят по кругу в полушаге друг от друга (можно играть в 2–3 кругах). У одного участника – теннисный мяч. Необходимо передать его соседу справа. Мяч передается и принимается правой рукой.

#### Варианты:

а) передают правой – принимают левой, перекаладывают в правую руку и передают дальше;



- б) передают, не отнимая ноги от пола (земли);
- в) то же, но передают за спиной;
- г) стоя в колонне по одному, передают сбоку назад, через плечо назад и т.д.;
- д) то же, но сидя на стульях, на полу, на корточках, на коленях;
- е) то же, но передают сразу два мяча.

### Для развития фонематического восприятия, закрепления правильного произношения и дифференциации звуков

*Мы с мячиком вдвоем  
звуки гласные поем.*

Участникам предлагается пропеть гласный звук, одновременно прокатывая мячик. Обращается внимание детей на то, что мяч нужно вести плавно, а звук пропевать протяжно. Ребенок делает вдох, прокатывая мяч товарищу по полу или столу и пропевая: *а-а-а-а, о-о-о-о, у-у-у-у* и т.д.

#### «Эхо»

Дети сидят в кругу, произносятся сочетания гласных, например: *а-а-а-у-у-у-у-у*, последний звук произносится длительно, поется. Воспроизводит этот звук, ребенок катит мяч соседу справа. Ведение мяча должно быть плавным, как и произнесение звука.

#### «Разноцветные мячи»

Для игры необходимы мячи красного и синего цветов (можно использовать шары из скотканной бумаги). Если логопед бросает красный мяч, ребенок называет гласный звук, а если синий – согласный, и кидает мяч обратно учителю.

#### «Гласный звук услышат ушки – мяч взлетает над макушкой»

**Вариант 1.** Логопед называет гласные и согласные звуки: *а-т-о-н-к-ы*. Ребята подбрасывают мяч, когда слышат гласный.

**Вариант 2.** Учитель произносит гласные звуки: *а-о-у-э-о-а-ы-о*. Дети подкидывают мяч, когда слышат *о*.

#### «Звуковая цепочка»

Логопед называет слово и передает мяч ребенку, который должен придумать слово, начинающееся на конечный звук предыдущего, после чего тот передает мяч следующему участнику, например: *стол – лист – тарелка – ананас* и т.д.

#### «Распутай слово»

Учитель бросает мяч детям и произносит слова, а они, возвращая мяч, повторяют их: *тарелка, посуда*

*да, пещера, витрина* и др. Затем логопед запутывает слова, переставляя слоги, ребята должны их разобрать: *релтака – тарелка, супода – посуда, щепера – пещера, тривина – витрина*.

#### «Сосчитай звуки»

Логопед, бросая мяч, произносит слово. Ребенок, поймавший мяч, должен определить последовательность звуков и их количество.

Слова, состоящие из трех звуков: *дом, кот, сон*.

Слова из четырех звуков с открытыми слогами: *вода, каша*.

Слова из четырех звуков со стечением согласных: *стул, крот, спор*.

### Для обобщения и расширения словарного запаса и развития грамматического строя речи

#### «Съедобное – несъедобное»

Ведущий произносит слово и бросает мяч одному из участников. Если были названы продукт питания, плод или другой съедобный объект, игрок должен поймать мяч. В противном случае он уклоняется от мяча. Аналогично проводятся игры «Живое – неживое», «Овощи – фрукты», «Дикие животные – домашние животные», «Птицы – насекомые», «Одежда – обувь» и др.

#### «Назови предмет»

*Тут, конечно, каждый знает,  
что каким у нас бывает.*

Логопед бросает мяч ребенку и задает вопрос, на который тот должен ответить и вернуть мяч учителю. Потом мяч перекидывается следующему игроку. Мяч перебрасывается различными способами.

1. Что бывает круглым? (*Мяч, шар, сыр...*)
2. Что бывает длинным? (*Шарф, пальто, шарок...*)
3. Что бывает гладким? (*Стекло, зеркало...*) И т.д.

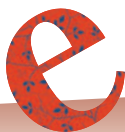
#### «Кто кем будет?»

Водящий, бросая мяч игрокам, задает вопросы: «Кем (чем) будет – яйцо, цыпленок, мальчик, жемчужина, гусеница, мука, кирпич, ткань?» – и т.д. Дети, кидая мяч обратно, могут дать несколько вариантов ответов, например: «Из яйца может вылупиться птенец, змея, черепаха».

#### «Назови месяц»

*Месяц к месяцу встает –  
каждый всех их назовет.*

Ребята и логопед встают в круг. Учитель называет месяцы, бросая мяч о пол: «Сентябрь, октябрь,





ноябрь...». Вместо следующего месяца он произносит имя ребенка: «Паша!». Этот участник подхватывает мяч и продолжает называть месяцы, хлопая мячом о пол.

#### «Ассоциации»

Взрослый бросает мяч ребенку и называет какое-либо определение, например: «Письменный». Ребенок ловит мяч, добавляет слово, обозначающее предмет, обладающий этим признаком (*стол*), и возвращает мяч взрослому. Аналогично: *тяжелый – грузовик; колючий – еж, холодный – снег, высокий – человек, стеклянный – стакан*.

Возможно проведение игры по конкретной теме (с опорой на картинки и без нее). На наборном полотне могут быть представлены соответствующие рисунки. Примерный лексический материал по теме «Посуда»: *глубокая – тарелка; голубая – кастрюля; прозрачный – кувшин, стеклянная – банка* и др.

#### «Назови другим словом»

Взрослый произносит словосочетание и спрашивает: «Бросить мяч. Как это действие можно назвать иначе, другим словом?». Даются образцы правильных ответов: «Бросить мяч – кинуть мяч. Глядеть в окно – смотреть в окно». Ребята приступают к подбору синонимов только после подтверждения понимания ими задания. *Тяжелое заболевание (болезнь). Малое дитя (ребенок). Спешить в школу (торопиться). Быстро прыгает (скачет). Смелый человек (храбрый). Печальные глаза (грустные)*.

#### «Скажи наоборот»

*Мы сейчас откроем рот,  
чтоб сказать наоборот.*

Дети стоят в шеренге лицом к учителю (ведущему). Логопед произносит слово и бросает мяч одному из игроков. Поймавший должен назвать антоним (слово-«неприятель») и вернуть мяч учителю. Если слово подобрано верно, ребенок делает шаг вперед. Побеждает тот, кто быстрее подойдет к условной линии, на которой находится ведущий. Этот участник продолжает игру, придумывая свои слова.

Слова, к которым нужно придумать антонимы.

**Существительные:** день – ночь; утро, зима, весна, добро, друг, герой, холод, веселье, расставание.

**Глаголы:** надеть – снять; въехать, выиграть, встать, забыть, говорить, влететь, давать, найти, начинать.

**Прилагательные:** умный – глупый; добрый, здоровый, новый, быстрый, гладкий, высокий, чистый, толстый, пустой, горячий.

**Наречия:** налево – направо; мягко, редко, громко, поздно, глубоко, ярко, трудно, тяжело, лучше.

Часто встречаются игры, которые начинаются с определения водящего, а для этого нужны считалки. Все они вырабатывают чувство ритма, тренируют дыхание и голос, развивают память и образное мышление.

Можно познакомить детей со считалочками с мячом.

На каждую строчку – четыре удара о пол.

1  
Чуть ударишь этот мячик –  
Начинает он скакать!  
Скачет, скачет, скачет, скачет  
И не хочет перестать.

2  
Мячик прыгал по волнам,  
Не давался в руки нам.  
Я сама его поймала –  
В море есть других немало  
И игрушек, и затей.  
Отдавай мой мяч скорей!

3  
Мимо леса, мимо дач  
Плыл по речке красный мяч...  
Хвать, хвать!  
Не поймать.  
Мячик вынырнул опять.  
Он пустился дальше плыть.  
Выходи, тебе водить.

4  
Мяч скучал на чердаке.  
Мячик ищут в сундуке.  
Тщетно ищут мячик  
Девочка и мальчик.

5  
Мячик с горки покатился  
И в коробке очутился.  
Мы с тобой его возьмем  
И на горку принесем.



**Анна КОНЯШИНА,**  
учитель-логопед,  
специальная  
(коррекционная)  
общеобразовательная  
школа-интернат № 11 VIII вида,  
г. Междуреченск,  
Кемеровская область



# О детях с нарушениями речи

## ТЕМА 4\*

### НАШЕ БОГАТСТВО – НАШ СЛОВАРЬ

Всему название дано –  
 И зверю, и предмету...  
 Вещей вокруг полным-полно,  
 А безымянных нету!  
 И все, что может видеть глаз, –  
 Над нами и пред нами, –  
 И то, что в памяти у нас, –  
 Все названо словами!  
 Они слышны и здесь, и там,  
 На улице и дома.  
 Одно давно привычно нам,  
 Другое – не знакомо.  
 Язык и стар, и вечно нов,  
 И это так прекрасно –  
 В огромном море,  
 Море слов купаться ежечасно!

Задумывались ли вы о том, почему мы, живущие в одной стране в одно и то же время, часто не понимаем своих детей, учеников, друг друга? Как будто говорим на разных языках... Призыв Александра Шibaева, автора процитированного стихотворения «Язык родной, дружи со мной!», актуален в настоящее время для многих.

Словарь А.С. Пушкина насчитывает более 20 000 слов. Наш же словарь намного беднее, считают специалисты. И если сравнивать нас с великим поэтом в плане лексики, то всем без труда можно будет ставить диагноз: общее недоразвитие речи (ОНР).

Сегодня мы поговорим о **словарном составе языка**. Его образуют все слова (лексика), в том числе неологизмы, диалектная лексика, жаргонизмы, термины и др. Зависит словарный состав от характера и развитости общественной, хозяйственной, культурной жизни носителей языка. И представля-

ет собой организованную особым образом систему, где слова объединяются или противопоставляются в том или ином содержательном отношении (синонимы, антонимы, лексические поля и т.д.).

По частоте и употребительности в словарном составе языка выделяются часто употребляемые слова – **активный запас слов** (активный словарь) – и слова, употребляемые редко или в специальных целях (архаизмы, неологизмы, терминология и т.д.) – **пассивный запас слов** (пассивный словарь). По отношению к отдельному носителю языка активный словарь – это часть словарного состава языка, которая свободно употребляется им в повседневной жизни и зависит от возраста, психического развития, образования, социальной среды и пр. Пассивный запас слов отдельного носителя языка – часть словарного состава языка, понятная конкретному человеку (также зависит от ряда факторов). Обычно пассивный словарь шире активного.

### РОСТ ДЕТСКОГО СЛОВАРЯ

Давайте, шагая по возрастным ступенькам, рассмотрим, как происходят закладка и накопление словаря ребенка.

Установлено интересное явление: в самые ранние месяцы освоения речи ребенок произносит звуки, характерные для разных языков. Затем, по мере закрепления в общении с окружающими взрослыми звуков одного языка, формируется своеобразный запрет на произнесение «чуждых» звуков. У большинства людей способность к хорошему произношению при освоении второго языка сохраняется примерно до 10 лет. После чего обычно трудно научиться говорить на втором языке без акцента.

В период **дословесного развития** формируется прежде всего умение понимать речь взрослых и адекватно на нее реагировать. В поведении ребенка в этот момент преобладают язык жестов и мимики и попытки выразить смысл через интонацию.

См. № 4–6, 8/2011.

К началу второго месяца жизни у ребенка возникает специфическая реакция на человеческую речь в виде **слухового сосредоточения**.

На третьем месяце ребенок начинает реагировать на речь взрослого собственными голосовыми ответами. Сначала малыш произносит короткие отрывистые звуки, подражая интонации взрослых. Позднее его ответы становятся более длительными, приобретают ритмичность, передаваемые интонации усложняются. Весьма значимой в этот период становится **эмоциональная окраска** произносимых звуков.

К четвертому месяцу ребенок совершенствует способность различать **интонацию речи взрослого** и по-разному реагирует на нее. Ребенок осваивает произнесение слогов, многократно повторяя их. На этом этапе нормального развития речи, по мнению некоторых специалистов, может закладываться основа для развития заикания, клоническая форма которого характеризуется многократным повторением элементов речи (звуков, слогов). Считается, что заикание представляет собой как бы возврат к этому раннему периоду становления речи.

В шесть-семь месяцев ребенок связывает воспринимаемый предмет с его именем, а около восьми месяцев при назывании предмета он обнаруживает поисковую реакцию и склонность осуществлять действия с названным предметом. В дальнейшем речь ребенка все более связывается с различными видами его деятельности.



Таким образом, до года особенно интенсивно развивается интонационная сторона речи в тесной взаимосвязи с эмоциями, жестами и мимикой и подготавливается звуковая база речи. На этой почве к одному году появляются первые слова, и в дальнейшем развитие речи обычно определяют по объему словаря ребенка.

Существуют только ориентировочные данные об изменении объема словаря с возрастом, так как точное измерение количества слов, которыми владеет ребенок, установить практически невозможно. Имеющимися сведениями мы обязаны стараниям нескольких матерей – лингвистов всего мира, которые изо дня в день с момента рождения своих малышей фиксировали с максимально возможной точностью их речь. В результате оказалось, что нормально развивающийся ребенок к году владеет несколькими словами, к двум – 200–300, к трем – 1500–2000 словами.

Итак, к трем годам происходит интенсивное увеличение детского словаря. Ребенок четвертого года жизни в своих высказываниях начинает употреблять почти все части речи. Одновременно с развитием словаря развиваются речевое мышление, память, воображение малыша. Взрослые должны постоянно беседовать с ребенком, поддерживать разговор о предметах домашнего обихода, одежде, игрушках, домашних животных.

На пятом году жизни отмечаются значительные успехи в речевом развитии малышей. Выделение и называние наиболее существенных признаков и качеств предметов, нахождение простейших связей и отражение их в речи – все это в компетенции маленького человека. Собственная речь становится точнее, богаче по содержанию. Возрастает устойчивость внимания к речи окружающих – ребенок способен уже до конца выслушивать ответы взрослых. Увеличение активного словаря (от 2500 до 3000 к концу года) дает ребенку возможность полнее строить свои высказывания, точнее излагать свои мысли.

В речи много прилагательных, обозначающих признаки и качества предметов, отражающих временные и качественные отношения. Начинают появляться притяжательные прилагательные (*лисий хвост, заячья избушка*). Ребенок все шире использует наречия, личные местоимения, сложные предлоги, появляются собирательные существительные (*посуда, одежда, мебель, овощи*).

Совершенствование всех сторон речи ребенка продолжается на шестом году жизни. Ребенок начинает устанавливать причинно-следственные связи между предметами и явлениями, оперирует временными, пространственными, возрастными отношениями. При описании предметов и явлений



он делает попытки передать свое эмоциональное отношение к ним.

Обогащение и расширение словаря осуществляются за счет названий частей, деталей предметов, а также за счет овладения навыками словообразования (с помощью приставок, суффиксов). К концу шестого года жизни ребенок более тонко дифференцирует собирательные существительные (не просто *животные*, а *дикие* и *домашние*). Дети используют отвлеченные существительные, прилагательные и глаголы. Хорошей проверкой и показателем полноценного овладения словарем является умение подбирать антонимы (*длинный – короткий, высокий – низкий* и т.д.), синонимы (*ходить – идти – топтать – вышагивать*), определения (дождь *холодный, сильный, грибной, мелкий*). Ребенок легче образует новые слова: *учитель – учит, железо – железный, ходить – выходить, переходить, обходить*. В рассказах детей наблюдаются неточности в употреблении союзов, предлогов.

Практически установить точный прирост словаря за год от 5 до 6 лет очень трудно. Словарь увеличивается примерно на 1000–1200 слов.

На седьмом году жизни ребенок стремится точно подбирать слова, яснее выражать свои мысли, связывая различные факты в единое целое. Характерным является дифференцированный подход к обозначению предметов (не просто *машина*, а *легковая, грузовая*; не просто *обувь*, а *зимняя* и *летняя*). Ребенок все чаще пользуется словами, указывающими на профессиональную принадлежность, отмечая при этом действия и операции, которые совершают взрослые в процессе труда, качество их работы, использует эти слова в своей игре. Ребенок чаще начинает употреблять отвлеченные понятия, сложные слова (*длинноногий жираф*), пользоваться эпитетами (*золотая осень*), понимать метафоры (*море смеялось*). У ребенка складываются представления о многозначности слов (*чистая рубашка, чистый воздух*). Ребенок понимает и использует в своей речи слова с переносным значением, умеет находить синонимы. Он может точно подбирать слова при сравнении предметов или явлений, метко подмечая их сходство и различие (*белый как снег*). Плавность и точность речи при свободном высказывании является одним из показателей достаточности словарного запаса ребенка и умения правильно пользоваться им.

### ЦИФРОВЫЕ МЕТОДИКИ ОПРЕДЕЛЕНИЯ СЛОВАРНОГО СОСТАВА

В школьном возрасте словарь ребенка пополняется особенно интенсивно.

Учителям, родителям учащихся будет полезно получить ориентировочные данные об объеме

словаря детей от 7 до 14 лет, приводимые Санкт-петербургским психологом В.А. Калягиным. Я думаю, что коллегам понравятся его несложные методики.

Например, ребенок отмечает в приведенном списке слов те, которые ему знакомы (методика «Знакомые слова»). Они подобраны таким образом, чтобы достаточно надежно представлять словарь современного русского языка. Важно сказать ребенку: отмечать надо только те слова, смысл которых понятен ему настолько, что он может использовать их в своей речи.

Желательно выборочно проверить понимание некоторых редко употребляемых слов, чтобы увеличить надежность результатов проверки. И затем по нормативным данным делать вывод о количестве слов из данного списка, с которыми знакомы дети разных возрастов, не имеющие речевых или умственных нарушений.

#### Список слов (100)

аналогичный	оживленный	рыхлый
аромат	опровержение	свирепый
барьер	оптимист	своеобразие
вереница	отрицание	святыня
ветхий	первооснова	смола
возмездие	периодически	созидательный
гуманный	персональный	сомнительный
дебют	пеший	сплав
дерзкий	плодотворный	ставень
дефицит	победоносный	суетиться
диктатор	поверхностный	такт
добросовестно	подлинный	торговец
забавно	подозрительный	транспортировать
зависимый	помеха	тщеславие
заимствовать	предварительно	убогий
закономерный	предельно	угнетать
извне	предисловие	укоризненно
изумление	пренебрежение	уместно
интеллектуальный	прения	умолчать
копия	приз	условный
маневрировать	примитивный	утрата
массивный	принуждение	уют
многообразие	пристрастие	фальшивый
мрак	причудливый	фасад
напоследок	публиковать	целесообразность
наспех	радикальный	цитата
недоверчиво	разбег	человечность
незабываемый	раздраженно	чужбина
нейтралитет	раскаиваться	шеренга
непреклонный	рационализатор	шхуна
обилие	регулярно	щадить
обобщение	реплика	эгоизм
образцовый	репродукция	эшафот
	реставрация	

### Количество знакомых детям слов из списка

Возраст, лет	7	8	9	10	11	12	13	14
Количество слов	31	35	48	51	73	75	87	88

В.А. Калягин считает, что степень овладения активным словарем у детей можно определить также с помощью хорошо известной игры «Навуходоносор». Она заключается в том, чтобы из букв, входящих в состав этого слова (или какого-либо другого), за ограниченное время составить как можно больше слов, соблюдая определенные правила. Слова должны быть существительными в именительном падеже и в единственном числе. Разрешается использовать только наличный набор букв в количестве не большем, чем они представлены в слове. Чтобы дети лучше поняли задание, полезно привести пример составления слов из какого-либо другого слова. Время выполнения должно быть равно 30 минутам, иначе полученные результаты нельзя будет сравнить со средней возрастной нормой. Обычно детям нравится эта игра, особенно если она проходит в виде соревнования. При этом детей надо разместить в помещении так, чтобы они не имели возможности видеть, как выполняют задание другие. Переговоры во время игры следует исключить.

### Количество слов, составленных из букв слова НАВУХОДОНОСОР

здоровыми детьми без речевых нарушений

Возраст, лет	8	9	10	11	12	13	14	15
Мальчики	16	19	24	29	31	35	39	43
Девочки	20	24	26	29	37	35	38	40

### ПУТИ ОБОГАЩЕНИЯ И СИСТЕМАТИЗАЦИИ СЛОВАРЯ

Родной язык – язык слов: больших и маленьких, простых и сложных, веселых и грустных, добрых и злых. И учителям, и ученикам кажется, что о слове все давно известно. Слово и слово – просто и понятно.

Но каждый ли из наших школьников догадывается, по-настоящему представляет себе, какой своеобразной, интересной и порой загадочной жизнью живет на первый взгляд простое и обычное человеческое слово?

Через родное слово в языке, как отмечал К.Д. Ушинский, отражается вся история духовной жизни народа.

Вот почему сегодня так важно с самого начала обучения ребенка в школе раскрывать загадки, тайны, возможности, способности родного слова, воспитывать интерес к нему, формировать чувство слова.

Давайте подумаем, какие виды работ, развивающие у детей навыки словообразования, формирующие первичные представления о морфемной структуре слов, разъясняющие детям лексическое (реальное) значение слов, фразеологических оборотов, пословиц, поговорок, позволяющих проникнуть в смысл слова, мы можем дать ребенку без особого труда, просто приучив его внимательно слушать, думать и отвечать на вопросы.

Важнейший раздел работы – знакомство с однокоренными словами. Нужно подготовить детей к пониманию структурно-смысловой связи между родственными словами. В этом нам помогут следующие приемы работы по образованию однокоренных слов:

- 1) образование однокоренных слов по аналогии (*коса – косить, пила – пилить*);
- 2) образование однокоренных слов по наводящим вопросам с опорой на наглядность;
- 3) подбор слов-«родственников», обозначающих предмет, действие, признак (*сад, садовый, садовод, посадить*);
- 4) работа по замене словосочетания одним словом (*идти шагом – шагать*);
- 5) исключение лишнего слова из ряда однокоренных (*корм, корма (корабля), кормушка*).

Эти упражнения полезны, кроме всего прочего, и тем, что помогут избежать угадывающего чтения, ведь ребенок постепенно привыкнет к многообразию похожих внешне, но различающихся отдельными тонкими нюансами слов.

Тема «Сложные слова» поможет ребенку самому стать языковым наблюдателем. Ведь эти слова, как дом из кирпичиков, состоят из других слов.

### ЗАНИМАТЕЛЬНЫЙ РУССКИЙ ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Чрезвычайно творческими и интересными станут для детей задания на подбор синонимов к слову. Например, *метель – буря, пурга, снегопад* и так далее. Здесь же мы даем объяснение нюансов смысла слова, подходящего по значению, заменяем одно слово рядом других, располагаем слова в порядке усиления или убывания признака действия (*шептать, кричать, разговаривать*).

Широко применяются в словарной работе приемы наблюдения над словами-антонимами. Вся работа над антонимами построена на противопоставлении. Мы выбираем предметы, резко отличающиеся по своим качествам:

*Сахар сладкий – лимон кислый;  
камень твердый – вата мягкая.*

Предварительно проводим работу по выделению этих качеств.

Очень интересной и продуктивной является работа над многозначными словами. Во-первых, ведется работа по освоению умения выяснять семантику (значение) слов. Во-вторых, работаем над умением употреблять слово в предложении в различных значениях (включать в контекст). Здесь могут использоваться следующие приемы.

- Замена одного многозначного слова другими словами в различных словосочетаниях и предложениях:

*летит время – проходит;  
летит самолет – перемещается;  
летит человек – падает;  
летит лист – приземляется.*

- Различение значений слов:  
*первый класс – начальный;  
первый ученик – лучший;  
первый снег – ранний.*

Прекрасным материалом для разъяснения значений многозначных слов могут послужить короткие стихи. Например, «Кто играет?», «Костюм сидит и не идет», «Разные несуразности» А.Шиббаева; «Дождь пошел и не проходит» А.Барто; «Говорят, часы стоят» В.Орловой; «Убежало молоко» М.Бородицкой.

Работу над переносным значением слов можно рассматривать как продолжение работы над многозначными словами. Она развивает умение наблюдать за языковыми явлениями и способствует автоматизации (повторению) нужных звуков в словах. Существуют следующие виды переноса:

1) по сходству (слон – *животное*, слон – *неуклюжий человек*).

2) по смежности («я съел целую тарелку»; тарелка – *содержащее и содержащее*);

3) перенос с части на целое (вместо *корова – голова*. Например: *стадо в 100 голов*).

Интересные виды работы можно придумать со словами-омонимами. Главным приемом здесь является включение омонимов в разные контексты. Например, коса:

*длинная коса – прическа;  
острая коса – орудие;  
песчаная коса – отмель.*

Назовем некоторые стихи, позволяющие разграничить, наблюдать значения омонимов: «Слово-близнецы», «Удивительные названия», «Невидимка шутит» А.Шиббаева; «Коса» Ю.Щербакова.

Работа над эпитетами, метафорами начинается с выделения качества предмета, конкретного и последующего переноса этого качества на отвлеченное понятие или другой предмет:



*золотая цепочка – золотая осень, золотая голова;  
румяные яблоки – румяные щеки;  
хитрый, как лиса;  
трусливый, как заяц.*

Излишне напоминать, что эту работу можно использовать на занятиях в воспитательных целях. Например, детям очень нравятся стихи «Из книги зверей для несносных детей» Х.Беллока.

Еще один вид работы – это работа по ознакомлению детей с фразеологическими оборотами – устойчивыми сочетаниями в языке. Ребенку предлагается подобрать одно слово к фразеологизму. Например, *заячья душа – трус, мало каши ел – слабый, кот заплакал – мало*.

Вводить фразеологические обороты нам помогают и стихи: «Живет на свете Саша, во рту у Саши каша» С.Михалкова; «Бабушки ворчали», «Оказался молодцом» А.Шиббаева.

И, конечно же, широкий простор для обогащения словаря дают пословицы и поговорки, рифмованные присказки.

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ПРИЕМОВ

Несколько слов об инновационных приемах развития словаря, которые будут интересны и детям, и взрослым.

**Семантические (понятийные) поля** – группировки слов по близости их значения. В эти поля слова входят независимо от внешней формы. Иногда в одно поле объединяются слова разных частей речи. Например, семантическое поле глаголов движения охватывает слова *передвигаться, идти, ехать, бежать, приходить, убежать, проезжать, отплывать* и др.



**Синквейн** – пятистрочная стихотворная форма, возникшая в США в начале XX века под влиянием японской поэзии. В дальнейшем стала использоваться (в последнее время, с 1997 г., и в России) в дидактических целях, как эффективный метод развития образной речи, который позволяет быстро получить результат. Некоторые методисты полагают, что синквейны полезны в качестве инструмента для синтеза сложной информации, в качестве среза понятийного и словарного багажа учащихся.

*(Из Википедии)*

- Первая строка – тема синквейна, она включает в себе одно слово (обычно существительное или местоимение), которое обозначает объект или предмет, о котором пойдет речь.
- Вторая строка – два слова (чаще всего прилагательные или причастия), они дают описание признаков и свойств выбранного в теме синквейна объекта или предмета.
- Третья строка образована тремя глаголами или деепричастиями, описывающими характерные действия объекта.
- Четвертая строка – фраза из четырех слов, выражающая личное отношение автора синквейна к описываемому предмету или объекту.
- Пятая строка – одно слово, резюме, характеризующее суть предмета или объекта. Это может быть синоним слова, заданного в теме синквейна.

Четкое соблюдение правил написания синквейна не всегда обязательно. Это работа творческая и продуктивная.

Приведу пример синквейна, составленного учениками:

*Каникулы –  
Радостные, долгожданные!  
Наступят, придут, грядут.  
Я их так жду...  
Свобода!*

В целях развития словаря можно предложить школьникам анализ неполного синквейна для

определения отсутствующей части (например, дан синквейн без указания темы – без первой строки, и необходимо на основе остальных четырех строк ее определить). Рекомендуем также прием коррекции и совершенствования готовых синквейнов и составление кратких рассказов по готовому синквейну (с использованием слов и фраз, входящих в его состав).

### Задания для самостоятельной работы

1. Познакомьтесь со «Словарем языка Пушкина». Читая сочинения Александра Сергеевича вместе с учениками, выписывайте доказательства своеобразия словаря великого русского поэта. Например, слово *пустынный* в его стихах означает «одиноким» и т.д.
2. Апробируйте методику «Знакомые слова» на своих детях, учениках своего класса. Проведите игру «Навуходоносор», попробуйте сами составить слова из букв этого слова.
3. Попробуйте, используя метод синквейна, объяснить себе и детям какие-либо несложные понятия.
4. Дайте учащимся начальной школы, имеющим проблемы в усвоении русского языка, для самостоятельной работы дома (с использованием компьютера) материал «Коррекционная работа на уровне слова» (см. приложения 1–2 на диске). Узнайте, интересно ли им было выполнять задания по русскому языку за компьютером.

**Ольга ЕПИФАНОВА,**  
учитель-логопед,  
МОУ «Гимназия № 15»,  
г. Волгоград



Дополнительные материалы  
см. на диске

### Литература

1. Епифанова О.В. Занимательный русский язык для младших школьников. – Волгоград: Экстремум, 2006.
2. Епифанова О.В. Логопедия. Разработки занятий с детьми дошкольного возраста. Выпуск 1. – Волгоград: Учитель-АСТ, 2004.
3. Калягин В.А. Когда ребенок плохо говорит. – СПб.: КАРО, 2004.
4. Понятийно-терминологический словарь логопеда / Под ред. проф. В.И. Селиверстова. – М.: Гуманитарный центр «Владос», 1997.

5. Сентюрин Н.И. Живое слово ребенка в выразительном чтении и устной речи (теория и практика). – СПб.: Тип. В.Д. Смирнова, 1913.

6. Синицын В.А. Путь к слову. – М.: АО «Столетие», 1996.

7. Хрестоматия по теории и методике развития речи детей дошкольного возраста / Сост. М.М. Алексеева, В.И. Яшина. – М.: Academia, 2000.

8. Шибаев А. Взяться за руки друзья. – Л.: Детская литература, 1977.

9. Шибаев А. Язык родной, дружи со мной. Л.: Детская литература, 1981.

**Оказывается:**

Дети с СДВГ  
не учатся ни на чужих,  
ни на своих ошибках \_\_\_ стр. 42

# Строгая любовь

## Что нужно знать о воспитании ребенка с дефицитом внимания и гиперактивностью

Коррекция поведения ребенка с СДВГ в детском саду и в школе занимает важное место в комплексной реабилитации заболевания. Особую роль в данном случае играют личность педагога, его взаимоотношения с воспитанником. При этом педагог должен быть хорошо информирован о причинах, основных проявлениях синдрома, чтобы правильно реагировать на отклонения в поведении гиперактивного ребенка.

### Почему он такой?

Ребенок с синдромом дефицита внимания (СДВГ) отличается повышенной возбудимостью, сверхактивностью, импульсивностью, что приводит к нарушениям в системе эмоциональной регуляции, трудностям в общении и слабой школьной успеваемости в дальнейшем.

Пики гиперактивности приходятся на 1–3-й, 6–7-й годы жизни с обратным развитием в благоприятных случаях к 14–15 годам. При неправильном воспитании синдром может ярко проявляться и в 13 лет.

По статистике СДВГ чаще встречается у светловолосых и голубоглазых детей и почти в пять раз чаще у мальчиков, чем у девочек. Это обусловлено тем, что девочки менее восприимчивы к вредным (патогенным) воздействиям и на них меньше отражаются неблагоприятные роды.

Несмотря на большое количество исследований, причины и механизмы развития СДВГ до сих пор остаются недостаточно выясненными.

Известно, что этиология синдрома имеет комбинированный характер. К провоцирующим факторам можно отнести: наследственную предрасположенность; осложнения при беременности и родах; нейрофизиологические (нарушения структуры мозговой ткани) и биохимические аспекты; экологию; психосоциальные причины (психотравмы, нежелательность ребенка, негативное окружение ребенка в семье, детском саду, школе; развод, смерть одного из родителей и пр.). Ну и, конечно, дефекты воспитания – от педагогической запущенности до гиперопеки и вседозволенности, когда ребенок в доме становится центром вселенной, когда все подчинено его желаниям, когда его постоянно опекают и стараются угодить. При таком воспитании ребенок теряет чувство реальности и контроля, тогда как правильное воспитание и благоприятная психологическая атмосфера в семье в этом возрасте могут компенсировать даже серьезную патологию.

### Нервно-психические процессы

**1** Известно, что в нервной системе есть два основных процесса – возбуждение и торможение. При гипердинамическом синдроме поражаются структуры, обеспечивающие процесс торможения. Именно поэтому у ребенка трудности с концентрацией, произвольным вниманием, регулированием своей активности.

- 2 Мозг ребенка (чаще всего новорожденного) получил слабые повреждения, то есть часть клеток мозга не функционирует.
- 3 «Нервные клетки не восстанавливаются»; но сразу же после травмы другие, здоровые нервные клетки начинают постепенно брать на себя функции потерпевших, то есть сразу же начинается процесс восстановления.
- 4 Одновременно идет процесс нормального возрастного развития ребенка. Он учится сидеть, ходить, говорить и пр. И на процесс восстановления, и на процесс нормального возрастного развития нужна энергия. Следовательно, с самого начала нервная система ребенка с гипердинамическим синдромом работает с двойной нагрузкой.
- 5 При возникновении стрессовых ситуаций, длительного напряжения (например, подготовка к контрольной или тестированию в престижную гимназию) или после соматических заболеваний у гипердинамического ребенка может наступить ухудшение неврологического состояния, могут усилиться нарушения поведения и возникнуть проблемы с обучением. На все это тоже нужна энергия, и нервная система не справляется с возросшей нагрузкой.
- 6 При благополучном развитии событий наступает момент, когда функции всех пораженных клеток будут «разобраны» другими, здоровыми клетками, нужные связи восстановлены (обычно это происходит к 14–15 годам). Процесс восстановления завершается, и ребенок (подросток) ничем более не отличается от своих здоровых сверстников. На научном языке этот процесс называется *реконвалесценцией* (обратное развитие синдрома).

### Три основных симптома

Характерными для СДВГ являются следующие симптомы: невнимательность, гиперактивность и импульсивность.

#### *Положительные характеристики*

У многих детей с СДВГ прекрасное чувство ориентации и молниеносная реакция на ситуацию при хорошем обзоре происходящего вокруг. Как правило, они смысленные, любознательные, креативные, нередко обладают хорошей фантазией, расторопны и азартны, охотно выполняют физическую работу. Часто бывают милы и обаятельны, веселы и оптимистичны. У них есть чувство юмора. Они не злопамятны и не закидываются на обидах. Могут быть предупредительны, охотно помогают нуждающемуся в помощи, заботливы и отзывчивы. У многих из них отмечаются ярко выраженная любовь к животным и большой интерес к природе

### Невнимательность

- Ребенок трудно сохраняет внимание при выполнении заданий или во время игр.
- Бывает не способен удерживать внимание на деталях, вследствие чего допускает ошибки при выполнении школьных заданий и при других видах деятельности.
- Нередко складывается впечатление, что ребенок не слушает обращенную к нему речь.
- Часто он оказывается не в состоянии придерживаться предлагаемых инструкций и справиться до конца с уроками, домашней работой или обязанностями на рабочем месте (что никак не связано с негативным или вызывающим поведением, неспособностью понять задание).
- Часто испытывает сложности в организации самостоятельного выполнения заданий и других видов деятельности.
- Обычно выказывает недовольство и сопротивляется вовлечению в выполнение заданий, которые требуют длительного умственного напряжения (например, школьные занятия, домашняя работа).
- Часто теряет вещи, необходимые в школе и дома (например, игрушки, школьные принадлежности, карандаши, книги, рабочие инструменты).
- Легко отвлекается на посторонние стимулы.
- Бывает забывчив в повседневных ситуациях.

### Гиперактивность

- Проявляет бесцельную двигательную активность: бегает, крутится, пытается куда-то залезть, причем в таких ситуациях, когда это неприемлемо.
- Находится в постоянном движении и ведет себя так, будто к нему «прикрепили мотор».
- Часто, сидя на стуле, крутится, вертится, у него наблюдаются беспокойные движения в кистях и стопах.
- Бывает, встает с места в классе во время уроков или в других ситуациях, когда нужно оставаться на месте.





- Обычно не может тихо, спокойно играть или заниматься чем-либо на досуге.
- Бывает болтливым.

### Импульсивность

- Как правило, отвечает на вопросы, не задумываясь, не выслушав их до конца.
- Обычно с трудом дожидается своей очереди в различных ситуациях.
- Часто мешает другим, пристаёт к окружающим (например, вмешивается в беседы, игры).

Из перечисленных симптомов у любого ребенка с диагнозом СДВГ все сразу не встречаются: одни могут быть выражены слабо, другие сильнее, а некоторые могут отсутствовать вовсе.

### Незлопамятные эгоисты

Гиперактивные дети обращают на себя внимание с первых дней жизни. Они плохо спят, чувствительны к внешним раздражителям (свету, шуму, температуре, запахам), у них повышенный мышечный тонус. В среднем дошкольном возрасте они обнаруживают неспособность дослушать сказку, выполнить какое-то действие до конца. Их интересы поверхностны и недолговечны, попытки проникнуть в суть какого-либо явления отсутствуют. Действия спонтанные, беспорядочные, а игры шумные. Дети с СДВГ никогда не задумываются о последствиях своих поступков, не обращают внимания на состояние близких людей. Они часто эгоистичны, демонстративны и требовательны, что приводит к постоянным конфликтам и развитию агрессивности. Отмечается болтливость. Такие дети легко идут на контакт, иногда злоупотребляя терпением окружающих.

Таким образом, СДВГ проявляется у детей несвойственной для нормального развития импульсивностью, двигательной расторможенностью, отвлекаемостью, невнимательностью. Дети не могут сосредоточиться на одном предмете длительное

время, не способны завершить выполнение поставленной задачи, небрежны в ее выполнении. Продуктивность выполнения задания обычно низкая. Часто отмечается повышенная утомляемость.

Умственная деятельность детей с СДВГ характеризуется цикличностью: они могут продуктивно работать в течение 5–15 минут, после чего их мозг «отдыхает» 3–7 минут, накапливая необходимую энергию для дальнейшей работы. Состояние утомления сопровождается беспричинным раздражением, плаксивостью, истериками. Могут отмечаться нарушения пространственной координации, проявляющиеся в двигательной неловкости, неуклюжести.

Еще одной особенностью гипердинамических детей является то, что они не учатся ни на чужих, ни на своих ошибках.

Отношения со сверстниками у гиперактивных детей могут складываться по-разному в зависимости от степени проявления синдрома. У маленького гипердинамического ребенка почти всегда множество приятелей (сам он часто называет их друзьями), но, несмотря на общительность, гипердинамическому ребенку редко удается построить длительные и глубокие дружеские отношения. Настоящая дружба требует постоянного учета чувств, мнений, настроений другого человека, что такому ребенку дается с трудом: познание, оценка чувств и состояния других людей – сложная аналитическая работа, требующая большого напряжения и концентрации внимания на объекте (другом человеке). В эмоциональном плане дети с СДВГ не злые: они не способны долго вынашивать обиду, не склонны к рассчитанной, целенаправленной агрессии. Обиды они быстро забывают, человек, который обидел их вчера, сегодня может стать лучшим другом. Но в запале драки такие дети могут быть безотчетно жестокими, их трудно остановить, т.к. в этот момент у них отказывают слабые механизмы торможения. Впоследствии они могут сами искренне раскаиваться в совершенном и не помнить, как это произошло.



## Задания и оценка

- Введите знаковую систему оценивания. Хорошее поведение и успехи в учебной деятельности вознаграждайте. Не жалейте устных похвал, если ребенок успешно справился даже с небольшим заданием.
- На определенный отрезок времени давайте лишь одно задание. Если воспитаннику предстоит выполнить большое задание, то оно предлагается ему в виде последовательных частей, и воспитатель периодически контролирует ход работы над каждой из частей, внося необходимые коррективы.
- Давайте задания в соответствии с рабочим темпом и способностями ребенка, избегайте предъявления к нему завышенных или заниженных требований.
- Обеспечьте для воспитанника с СДВГ возможность быстрого обращения за помощью. Выполняя задание, такие дети часто не понимают, что и как они делают. Не ждите, пока деятельность ребенка станет хаотичной, вовремя помогите ему правильно организовать работу.
- Изменяйте режим урока – устраивайте минутки активного отдыха с легкими физическими упражнениями и релаксацией.
- Направляйте лишнюю энергию гиперактивного ребенка в полезное русло – во время занятия попросите его вымыть доску, собрать тетради и т.д.
- Поощряйте ребенка. Например, если ребенок хорошо вел себя на прогулке, разрешите ему и одноклассникам дополнительно погулять еще несколько минут.
- При каждом подходящем случае давайте ребенку возможность принимать на себя ответственность. Например, ребенок должен убирать за собой посуду после еды. Если он этого не сделал, то пусть продолжит убирать со стола, пока его одноклассники играют.
- Придерживайтесь позитивной модели поведения. Не стесняйтесь хвалить ребенка. Дети с СДВГ более других нуждаются в похвале.
- Создавайте ситуации успеха, в которых ребенок имел бы возможность проявить свои сильные стороны. Научите его лучше их использовать. Пусть он станет классным экспертом по некоторым областям знаний.
- При необходимости посоветуйте родителям пригласить ребенка педагога для дополнительных занятий и выполнения домашних заданий. Сами родители в этих ситуациях часто становятся надсмотрщиками.

## Контроль и организация

Одной из особенностей детей с СДВГ является слабое развитие функций контроля и организации какой-либо деятельности. В многочисленных исследованиях отечественных психологов были выделены наиболее существенные условия, позволяющие взрослому формировать у ребенка способность самостоятельно управлять своим поведением. Такими условиями являются:

- наличие у ребенка достаточно сильного и длительно действующего мотива поведения;
- введение ограничительных целей;
- расчленение усваиваемой сложной формы поведения на относительно самостоятельные и небольшие действия;
- наличие внешних средств, являющихся опорой при овладении поведением.

### Наличие сильного мотива

Детям с СДВГ присуще оппозиционное поведение. Эту особенность надо учитывать, чтобы достичь положительного результата при коррекционной работе. Ставя перед ребенком определенные цели, необходимо выбирать мотивы, наиболее значимые и реально действующие на него. Индивидуально определяется область реально действующих мотивов. Выяснить это важно не только для эффективной организации его деятельности, но и для того, чтобы при необходимости вводить новые мотивы, создавая условия для превращения *только понимаемых мотивов в реально действующие*. Кроме того, перед учеником с СДВГ надо ставить конкретные и не глобальные цели. Мотивы также надо выбирать четкие и ясные. В некоторых случаях чередовать поощрение и наказание. Например, при соблюдении определенных норм поведения в классе (при этом надо четко оговаривать перечень требований) ребенку с СДВГ дают какое-то общественное поручение, если он нарушил обязательство, поручение отбирают. При соблюдении правил дают задание более высокого уровня. И при положительном эффекте у ребенка *только понимаемые мотивы переходят в реально действующие*.

### Введение ограничительной цели

Известно, что у детей с СДВГ целенаправленная деятельность слабо развита, они также часто не доводят начатое дело до конца. Эти проявления связаны с рядом нарушений, в том числе с повышенной психической истощаемостью. Дети часто не способны довести до конца однообразную и неинтересную работу. Поэтому при выполнении заданий перед ребенком с СДВГ надо ставить четкую цель еще до

начала работы. Например, надо сразу указывать, сколько строчек или букв надо написать.

### От простого к сложному

Общая цель, даже если она исходно принимает-ся ребенком положительно, должна быть конкретизирована в частных целях, достижение каждой из которых является более реальным и доступным.

- Поставленные перед ребенком цели должны быть не общими (стать отличником, исправить свое поведение и пр.), а очень конкретными, направленными на овладение отдельными элементами поведения, которое легко можно контролировать. Если, например, необходимо организовать дисциплинированное поведение ученика на уроке, можно с учетом индивидуальных особенностей поведения обозначить такие задачи: ничего не говорить учителю сразу при получении плохой отметки, а спросить об этом после уроков; не отвечать на уроке товарищу, даже если он заговорит первым; не выкрикивать, а поднимать руку и т.д.
- Конкретную цель нужно ставить непосредственно перед тем, как она должна быть выполнена (например, сразу перед уроком). Этот прием оказывается значительно более эффективным, чем замечания ребенку во время уроков, когда он уже начал вести себя плохо.
- Необходимо сначала ставить цель на очень короткий срок (на данную переменную, на первые 10 минут урока). По мере овладения новой формой поведения намечаемое время выполнения постепенно увеличивается.
- Обязателен постоянный каждодневный контроль за выполнением намечаемых целей (для этих целей рекомендуется вести специальный дневник, в котором ребенок вместе с психологом и педагогом намечал бы себе конкретные задачи для исполнения и письменно фиксировал оценку своих успехов).

### С помощью внешних средств

Внешние средства имеют большое значение при организации работы без отвлечений. Например, при подготовке выполнения заданий на уроке можно использовать секундомер только в том случае, когда ребенок отвлекался, причем так, чтобы ребенок видел это. Выключается секундомер только после того, как ребенок возвращается к работе. При проведении эксперимента оказалось, что такой путь позволяет, во-первых, резко снизить длительность отвлечений, так как все дети, как правило, через 5 секунд после включения секундомера продолжали прерванную работу, и, во-вторых, резко уменьшить количество отвлечений. Таким

образом, используя это средство – секундомер, удалось добиться устойчивой, повторяющейся изо дня в день работы без отвлечений.

Еще одним удачным средством, позволяющим ребенку организовать свое поведение, являются песочные часы, наглядно показывающие течение времени и помогающие ребенку регулировать темп своей деятельности.

Перечисленные выше методы помогут детям с СДВГ научиться организовывать свое поведение в соответствии с заданными целями и собственными намерениями. Важнейшим условием развития произвольного поведения является участие педагога, который направляет усилия ребенка, раскрывая их смысл, и обеспечивает средствами овладения.

## Правила общения

Современные психологические знания свидетельствуют об огромном значении полноценного общения педагога и воспитанника. Поэтому одним из существенных аспектов психологического просвещения учителей является ознакомление их со способами правильного общения с детьми, оказания им психологической поддержки, создания в классе благоприятного психологического климата.

Полноценное общение менее всего ориентируется на любой вид оценки или оценочные ситуации; для него характерна именно безоценочность. Высшая ценность в общении – это другой человек, с которым мы общаемся, причем человек любого возраста (даже маленький), со всеми его качествами, свойствами, настроениями и пр. В общении главное – уважение права другого человека (независимо от его возраста) на его индивидуальность, уже сложившуюся или только-только формирующуюся.

В младших классах характер общения учителя с учениками формирует у детей различное отношение к личности как учителя, так и того или иного одноклассника. При негативном восприятии учителем ребенка с СДВГ одноклассники также отрицательно относятся к нему. Это, естественно, не способствует налаживанию добрых взаимоотношений между детьми и в итоге приводит к назреванию крупного конфликта, как правило, заканчивающегося переводом неугодного ученика в другой класс или школу. Такие ситуации – это крайние проявления. Несложившиеся взаимоотношения надо «разбирать» на ранних стадиях. Учитель первым должен проанализировать отрицательное отношение к нему ученика, попытаться понять и исправить причину такого отношения. Профессиональный анализ педагогом своих слов, действий поможет уловить причину нарушения контакта с ребенком и восстановить этот контакт, что очень важно для



нормального учебно-воспитательного процесса. Известно, что существует тесная связь между особенностями общения младших школьников с учителем и формированием у них мотивов учения.

Правильные взаимоотношения между детьми и взрослыми – важнейший фактор развития ребенка. При нарушении этих взаимоотношений ребенок испытывает разочарование и склонен к различным проступкам.

Вместо того чтобы обращать внимание прежде всего на ошибки и плохое поведение ученика, учителю придется сосредоточиться на позитивной стороне его поступков и поощрении того, что тот делает.

Поддерживать ребенка – значит верить в него. Педагог, стремящийся поддержать ребенка, не только рассматривает события (поступки) в целом, но и старается выделить отдельные позитивные для ребенка стороны. Случается, что поведение ребенка не нравится учителю. Именно в такие моменты он должен предельно четко показать ребенку, что «хотя я не одобряю твоего поведения, я по-прежнему уважаю тебя как личность». Например, если ребенку не удастся вести себя так, как хотелось бы учителю, именно учитель должен помочь ребенку понять, почему так происходит. Важно, чтобы ребенок понял, что его неудача может проистекать из-за отсутствия готовности или способности вести себя соответствующим образом. Необходимо показать ребенку, что его неудача ни в коей мере не умаляет его личных достоинств.

Для того чтобы оказать ребенку психологическую поддержку, педагог должен пользоваться теми словами, которые работают на развитие положительной самооценки и чувства адекватности ребенка. Один путь состоит в том, чтобы продемонстрировать ребенку удовлетворение от его достижений или усилий. Другой путь – научить ребенка справляться с различными задачами. Это можно достичь, создав у ребенка установку: «Ты можешь это сделать».

Даже если ребенок не вполне успешно справляется с чем-то, учитель должен дать ему понять, что его чувства по отношению к ребенку не изменились. Полезными могут оказаться следующие высказывания:

– Мне было очень приятно наблюдать за происходящим!

– Даже если что-то произошло не так, как тебе хотелось, для тебя это было хорошим уроком.

– Все мы люди, и все мы совершаем ошибки. В конце концов, исправляя свои ошибки, ты тоже учишься.

Таким образом, педагог научится помогать ребенку в достижении уверенности в себе. Этому помогает



Фото с сайта  
[www.alanapsikolog.ru](http://www.alanapsikolog.ru)

также и внушение со стороны учителя, что ребенок – нужный и уважаемый член группы, класса.

*Итак, для того чтобы поддержать ребенка, необходимо:*

- Опирайтесь на сильные стороны ребенка.
- Избегать подчеркивания его промахов.
- Показывать, что вы им удовлетворены.
- Уметь и хотеть демонстрировать любовь и уважение к ребенку.
- Уметь помочь ребенку разбить большие задания на более мелкие, с которыми он может справиться.
- Проводить больше времени с ребенком.
- Внести юмор во взаимоотношения.
- Знать обо всех попытках ребенка справиться с заданием.
- Уметь взаимодействовать с ребенком.
- Позволить ему самому решать проблемы там, где это возможно.
- Избегать дисциплинарных поощрений и наказаний. Принимать индивидуальность ребенка.
- Проявлять веру в ребенка.
- Демонстрировать оптимизм.
- Следует избегать слов и фраз – «разрушителей»: «Эта идея никогда тобою не сможет быть реализована», «Это для тебя слишком трудно, поэтому я поручу это другому ребенку». Лучше сказать: «Зная тебя и твои способности, я думаю, ты смог бы сделать это гораздо лучше», «Ты мог бы сделать это намного лучше».

*Всегда помните: необходимо договариваться, а не стараться сломать!!!*

**Наталья МАЛЯРЧУК,**  
доктор педагогических наук,  
кандидат медицинских наук,  
профессор Тюменского государственного университета

# Годовая подшивка газеты

## «ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ»

### на компакт-диске

## ПОЛНАЯ ПОДБОРКА МАТЕРИАЛОВ ЗА 2010 ГОД

ПОВТОРНЫЙ ТИРАЖ ПОДШИВОК ЗА 2005, 2006, 2007, 2008 И 2009 ГОДЫ

**А ТАКЖЕ ТЕМАТИЧЕСКИЕ СБОРНИКИ И ПОДШИВКИ ДРУГИХ ГАЗЕТ ИД «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»**



Удобная система навигации и поиска: материалы можно выбрать по тематике, рубрике или по номеру газеты.

Для пользователей любого уровня: включи и работай — не требуются инсталляция и место на винчестере.

Компакт-диск пригоден для работы на компьютерах даже устаревшей конфигурации (Windows-95 и выше).

Стоимость диска включает доставку. Рассылка производится только на территории РФ.

#### КУПОН

ЗАПОЛНЯЕТСЯ ПЕЧАТНЫМИ БУКВАМИ!

ФАМИЛИЯ

ИМЯ

ОТЧЕСТВО

ИНДЕКС  АДРЕС

Цена за один диск с доставкой	2003 г.	2004 г.	2005 г.	2006 г.	2007 г.	2008 г.	2009 г.	2010 г.
Английский язык	x	x	x	x	шт.	шт.	шт.	шт.
Библиотека в школе	x	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Биология	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
География	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Дошкольное образование	x	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Здоровье детей	x	x	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Информатика	x	x	x	x	x	x	x	шт.
Искусство	x	x	x	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
История	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Классное руководство и воспитание школьников	x	x	x	x	x	шт.	шт.	шт.
Литература	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Математика	x	x	x	x	x	x	шт.	шт.
Начальная школа	x	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Немецкий язык	x	x	x	x	шт.	шт.	шт.	шт.
Русский язык	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Спорт в школе	x	x	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Управление школой	x	x	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Химия	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Физика	x	x	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Французский язык	x	x	x	x	шт.	шт.	шт.	шт.
Школьный психолог	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.

#### ЭТИ ДИСКИ МОЖНО ПРИОБРЕСТИ:

- заполнив купон и отправив его в конверте с пометкой «Книга — почтой» по адресу: ИД «Первое сентября», ул. Киевская, д. 24, г. Москва, 121165
- заказав по телефону: (499) 249-47-58
- заказав по электронной почте: [podpiska@1september.ru](mailto:podpiska@1september.ru)
- заказав на сайте: [www.1september.ru](http://www.1september.ru)

#### ТЕМАТИЧЕСКИЕ СБОРНИКИ

Цена за один диск с доставкой – 399 руб.

- Газета «Начальная школа» «50 лет системе Л.В. Занкова» \_\_\_\_\_ шт.
- «1001 ёлка на Новый год» \_\_\_\_\_ шт.
- Газета «Школьный психолог» «Тренинг в теории и на практике» \_\_\_\_\_ шт.
- Газета «Школьный психолог» «Тест со всех сторон» \_\_\_\_\_ шт.
- Газета «Литература» «Консультации по темам экзаменационных сочинений» \_\_\_\_\_ шт.

Цены действительны до 31 декабря 2011 года

## ОЧНО-ЗАОЧНЫЕ КУРСЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

Курсы организованы совместно с Московским институтом открытого образования. По окончании обучения слушатели получают удостоверение государственного образца о повышении квалификации (с нормативным сроком освоения 72 часа).

Занятия начинаются с **3 октября 2011 г.** Стоимость обучения – 5400 рублей за один курс. Членам педагогического клуба «Первое сентября» и выпускникам наших курсов предоставляется скидка 10%.

Количество мест в группах ограничено! Прием заявок заканчивается по мере формирования групп.

### Перечень курсов первого потока 2011/2012 учебного года (октябрь–декабрь)

АВТОР	НАЗВАНИЕ КУРСА	ДЛЯ КОГО ПРЕДНАЗНАЧЕН КУРС
Абдулаева Е.А.	Современные подходы к организации детской игры	Для педагогов ДОУ, педагогов дополнительного образования
Волков С.В., Храмцова Р.А.	Методика построения современного урока по литературе	Для учителей русского языка и литературы
Зайдельман Я.Н.	Алгоритмизация и программирование: от первых шагов до подготовки к ЕГЭ	Для учителей информатики
Калуцкая Е.К.	Современные образовательные технологии преподавания обществознания в школе	Для учителей истории и обществознания
Копина С.А.	Методы арт-терапии в работе школьного психолога	Для школьных психологов
Мейстер Н.Г.	Творческое развитие детей средствами художественного моделирования из бумаги	Для педагогов ДОУ, педагогов дополнительного образования
Панфилова М.А.	Современные технологии использования сказок и игр в работе с детьми и подростками	Для педагогов, классных руководителей, представителей администрации школы, школьных психологов
Рокитянская Т.А.	Музыкальная грамота в образах и движениях	Для учителей музыки, педагогов дополнительного образования
Рокитянская Т.А.	Обучение игре на музыкальных инструментах в образах и движениях	Для учителей музыки, педагогов дополнительного образования
Садовничий Ю.В.	Подготовка старшеклассников к ЕГЭ и вступительным экзаменам по математике	Для учителей математики
Сапожникова Т.Б., Полякова И.Б.	Современные методы и приемы преподавания изобразительного искусства детям	Для педагогов изобразительного искусства, педагогов дополнительного образования, учителей начальных классов
Селиванова Н.А., Шашурина А.Ю.	Структура и содержание современного урока французского языка	Для учителей французского языка
Соболева А.Е., Савицкая Н.С.	Игровые методы эффективного обучения младших школьников правописанию и чтению	Для учителей начальных классов, логопедов, детских психологов
Стюхина Г.А.	Разрешение конфликтных ситуаций в образовательной среде	Для педагогов, классных руководителей, представителей администрации школы, школьных психологов
Тригубчак И.В.	Теория и практика подготовки к итоговой аттестации по химии в форме ГИА и ЕГЭ	Для учителей химии
Ярославцева И.Б.	Основы кукловодства и кукольного театра для детей	Для педагогов ДОУ, педагогов дополнительного образования

**ЗАЯВКИ МОЖНО ПОДАТЬ** по телефону (499) 240-02-24 (с 15-00 до 19-00 по рабочим дням)  
 или на сайте Педагогического университета «Первое сентября» <http://edu.1september.ru>  
 (последнее предпочтительнее, после подачи заявки с вами свяжется сотрудник Педуниверситета)





**Оказывается:**

Самая сложная проблема –  
социальная изоляция \_\_ стр. 49

Буквы можно  
обыграть и пропеть \_\_ стр. 52

# Ум, сердце и дух

*В Москве прошла международная конференция, посвященная инклюзивному образованию. Российские специалисты рассказали о наших проблемах и достижениях, а зарубежные коллеги поделились своим опытом*

## Задача инклюзии

Конференция в Московском городском психолого-педагогическом университете называлась «Инклюзивное образование: методология, практика, технология». Она прошла в рамках комплексной программы «Социальная интеграция инвалидов города Москвы» на 2011 год.

Мероприятие вызвало большой интерес специалистов, представителей общественных организаций.

Его целями были обмен опытом с зарубежными коллегами, анализ отечественной практики, обсуждение научно-методологического обеспечения, организационно-управленческих вопросов, подготовки кадров и социокультурных практик.

Сегодняшняя задача инклюзии – это соединение и взаимообогащение общего и специального образования. Основными плюсами такого образования являются: создание условий для занятий детей с ограниченными возможностями, создание гибкой образовательной среды, обучение в общих классах с психологической поддержкой и медицинским





обслуживанием, формирование в обществе навыков толерантности.

Многие из докладчиков говорили о том, что в настоящее время идеологические вопросы переместились в практическую и методологическую область. Так, директор РООИ «Перспектива» *Роза Денис* отметила, что инклюзивная практика начала приобретать черты системного характера. А руководитель Института психолого-педагогических проблем детства, к. пед. н. *Т.В. Волосовец* обратила внимание на то, что еще в 2003–2004 годах проблема инклюзии была далека от понимания, а сейчас это стало «модной темой». Уполномоченный по правам ребенка в городе Москве *Е.А. Бунимович* призвал использовать мировой опыт.

На конференции присутствовали ведущие эксперты из Канады, Германии, Испании, Норвегии и Финляндии.

Консультант и лектор из Канады *Ричард Зиглер*, который на протяжении 40 лет занимается поддержкой инклюзивного образования, сравнивал инклюзивное образование в разных странах. Он подчеркнул, что в развитых государствах люди с особенностями развития вне зависимости от умений и способностей приняты обществом, а потому проблема не в инклюзии, а в изначальной установке и мировоззрении. По мнению Р.Зиглера, надо осознать, что каждый человек может внести свой вклад в развитие общества, и предоставить ему такую возможность, а для решения этой нелегкой задачи необходимы три составляющие: ум, сердце и дух.

Немецкий ученый *Вольфганг Янтце*, редактор-составитель 10-томной энциклопедии и автор более 500 работ по специальной педагогике, диагностике и сопровождению детей с ОВЗ, говорил о том, что большинство проблем людей с ограниченными возможностями здоровья связаны прежде всего с социальной изоляцией.

Директор ассоциации творческой реабилитации людей с особенностями развития «Капаситарте» *Виктор Антонио Лопес Родригес* (Испания) подготовил сообщение на тему «Творчество, искусство и инвалидность».

## Инклюзивное образование в России

Инклюзивному образованию в России было посвящено выступление к. психол. н., директора







Института проблем интегративного (инклюзивного) образования МГППУ *С.В. Алехиной*. Она сказала, что в коррекционных классах обычной массовой школы учатся 135,5 тыс. детей. Среди них 44 тыс. детей с ОВЗ. А в специальных коррекционных образовательных учреждениях – 207,2 тыс. учеников.

С.В. Алехина подчеркнула необходимость снижения количества таких школ и занимающихся в них детей. Она добавила, что половина из ребят, прошедших через систему инклюзии, могут поступать в средние специальные учебные заведения и претендовать на получение высшего образования. Кроме того, она обратила внимание на активное распространение практики инклюзивного образования в столице и регионах.

### Наши проблемы

Ряд специалистов затронули основные проблемы инклюзивного образования в России:

- отсутствует нормативное регулирование;
- нет гибких образовательных стандартов;
- нет индивидуальных программ обучения;
- инклюзия не встраивается в процесс изменения всего образования;
- нет достаточного взаимодействия социальных и образовательных учреждений;
- дефицит программ и дидактических пособий для обучения ребенка с ОВЗ в условиях массовой школы;



#### ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

Комплект

### «Все цвета, кроме чёрного»

Создан под руководством академика РАО М.М. Безруких

Пособия комплекта помогут школьникам:

- вести здоровый образ жизни
- контролировать и оценивать свое поведение
- сопротивляться негативному влиянию
- находить выход из трудных ситуаций
- проявлять силу воли и характер

Комплект для 2—4 классов включает:

- Рабочие тетради
- Пособие для педагогов
- Книгу для родителей

Комплект для 5—6 классов включает:

- Рабочие тетради
- Пособие для педагогов и родителей



127422, Москва, ул. Тимирязевская, д. 1, стр. 3  
Тел./факс: (495) 611-15-74, 611-23-59  
E-mail: pr@vfg.ru, sales@vfg.ru  
Посетите наш интернет-магазин на сайте: [www.vfg.ru](http://www.vfg.ru)



- здания школ и ДООУ недоступны для детей с ограниченными возможностями;
- преподаватели массовой школы не желают обучать ребенка с особыми потребностями (80% учителей не принимают идеи инклюзивного образования в Москве, 85–95% – в регионах);
- нет подготовленного педагогического коллектива;
- гуманитарные проблемы продвигаются в недостаточном объеме.

## Поиски и решения

Многие из названных проблем уже сейчас решаются на государственном уровне. В соответствии с правительственной программой «Доступная среда» к 2015 году 20% массовых школ станут доступны для детей с инвалидностью. Будут разработаны специальные условия для обучения, индивидуальные учебные планы и стандарты. Общий фонд государственного финансирования данной программы составляет 43,3 млрд. евро.

С 1 января нынешнего года в силу вступил закон «Об образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья в городе Москве».

Заместитель председателя Комитета по образованию Государственной думы депутат **О.Н. Смолин** заявил, что в комитете есть подгруппа, которая готовит предложения в новый закон об образовании, связанные с тем, что порядка 200 тыс. людей с инвалидностью не получают образования.

Он считает, что для изменения ситуации нужно использовать международный опыт, создать специальные условия, усовершенствовать систему, которая была ранее, разработать нормативные документы и сохранить льготы для поступления инвалидов в вузы.

Российские и зарубежные эксперты с оптимизмом смотрят на развитие инклюзивного образования в нашей стране.

Они призвали не забывать накопившийся опыт и говорили о необходимости регулярно проводить подобные конференции. Заведующий учебно-научной лабораторией адаптивных компьютерных технологий Северо-Восточного федерального университета имени М.К. Амосова к. пед. н. **П.Р. Егоров** пригласил всех участников на международную научно-практическую конференцию «Инклюзивное образование: проблемы, поиски, решения», которая состоится 21–23 сентября в Якутии.

**Инна СЦЕПУРО**

Фото автора

## Преодоление



## Его считали светским художником

Рене Пренсто – французский художник XIX века, сын комиссионера по вину из Либурна. Рожденный глухонемым, он сумел получить высшее образование и стал известным анималистом.

В детстве сначала мать, потом специальные педагоги учили мальчика говорить, и им это удалось. Голос у Рене был сипловатый, какой-то гортанный, и говорил он непривычно отрывисто, тем не менее он мог по губам понимать речь и свободно объясняться с собеседниками.

Он занимался многим, в том числе гимнастикой и верховой ездой. В детстве Рене хотел стать скульптором, сначала учился в Бордо, затем переехал в Париж и поступил в Императорскую школу изящных искусств, и вот здесь его потянуло к живописи. Будучи ловким наездником, любителем скачек и псовой охоты, он любил писать сцены охоты, скачек, лошадей, собак, причем всегда изображал их в движении и видел в животных особенности характера. Его считали светским художником. Сам он говорил: «Я пишу только лошадей, которые стоят 20 тысяч франков».

В 30 лет он выставил свои работы в клубе художников, и его картины и скульптуры пользовались большим успехом. Некоторые из них покупала государственная комиссия.

Жил Пренсто в квартале художников, где живописцы и скульпторы тесно общались друг с другом. Он всегда был элегантным, носил сюртук и цилиндр. Охотно бывал в свете и даже на балах, где, как он утверждал, «слышал музыку животом». Имел насмешливый ум, развивший в нем способность подмечать комичные и слабые человеческие стороны.

У Пренсто было несколько учеников. Среди них – сын его друзей Анри Тулуз-Лотрек, которого он звал в те годы Сосунок. Пренсто стал первым профессиональным учителем этого известного художника. Он щедро делился с учениками тайнами своего ремесла и своей техники.

**Юлия ПЕТРОВА**



# Can you speak English?

## УРОКИ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА В ИНТЕГРИРОВАННОМ КЛАССЕ

Еще Л.С. Выготский говорил о необходимости создания такой системы обучения, в которой ребенок с ограниченными возможностями не исключался бы из общества детей с нормальным развитием. И вот такая система обучения вроде бы создана – инклюзивное (интегрированное) обучение.

Обучение и воспитание детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в учреждениях общей системы образования, в едином потоке с нормально развивающимися детьми предполагает создание специальных условий в рамках существующей системы без изменения самой системы.

К сожалению, готовность к обучению иностранному языку у детей с ОВЗ несколько снижена. Это обусловлено недостаточностью познавательной активности, внимания, памяти, пространственной ориентировки и другими особенностями, отрицательно влияющими на успешность их обучения и воспитания.

Программа для детей с ОВЗ не предполагает сокращения тематических разделов. Однако объем изучаемого лексического, синтаксического и грамматического материала претерпевает существенные изменения. Значительно изменен объем изучаемого грамматического материала. Сокращение его обусловлено малой практической значимостью и сложностью, которую он представляет для детей с ОВЗ. За счет освободившегося времени более детально отрабатывается материал по чтению, развитию устной речи и доступной грамматике.

Учитель в школе – основное действующее лицо, которое проводит с детьми большую часть времени. В его обязанности входит: проведение учебных занятий, классных часов, праздников, экскурсий и т.п. Каждая из названных форм имеет свою структуру, методику проведения, целевые установки. Но у них есть и общие моменты, которые относятся к разряду методических требований, необходимых для выполнения преподавателем интегрированного класса. При планировании уроков в интегрирован-

ном классе, помимо образовательной, воспитательной и развивающей, возникает еще и коррекционная цель.

О коррекционной направленности занятий следует сказать особо. Коррекционная задача должна четко ориентировать педагога на развитие способностей и возможностей ребенка и на исправление недостатков с помощью специальных педагогических и психологических приемов. Как ее формировать и определять? Очень просто. Педагог, планируя занятие, должен задуматься, какие психические процессы (внимание, восприятие, память, мышление, речь) будут наиболее задействованы в ходе занятия. Например, на уроке-экскурсии дети будут много ходить, наблюдать (смотреть) и сравнивать; значит, будут тренировать ноги и глаза – «Коррекция общей моторики, зрительного восприятия...» или «Коррекция мышления на основе упражнений в сравнении...». Невозможно в ходе одного урока корректировать все психические процессы. Сам учебный предмет определяет, какие анализаторы будут наиболее задействованы на уроке. Коррекционно-развивающая задача должна быть предельно конкретной. Вообще никто из ученых не настаивает на детальной, конкретной формулировке коррекционной задачи, понимая, что это непросто, но конкретная коррекционная направленность все-таки является обязательным условием хорошего урока.

Поскольку допустимо составление общего плана для класса с включением в него блоков-заданий для каждого ребенка, нуждающегося в силу особенностей развития в индивидуальном подходе и дополнительном внимании, то я это делаю именно так. Формы могут быть разные; **главное – отразить в ходе урока траекторию деятельности отдельного ребенка**, находящегося в классе детей «нормы».

При поступлении детей в 5-й класс я провожу анкетирование для сбора сведений о личностных качествах учащихся. Обработывая данные, я делаю

для себя выводы: кого-то нужно заинтересовать, кому-то уделить особое внимание, подумать, с кем бы тот или иной ребенок реализовал свои способности, например, в диалогической речи. Тогда я их сажаю рядом.

В основе обучения иностранному языку детей с ОВЗ лежит обучение чтению. Письмо же используется только как средство обучения, способствующее более прочному усвоению лексико-грамматического материала, а также совершенствованию навыков в чтении и устной речи.

В лексический минимум можно не включать малоупотребительные слова, а лучше расширить интернациональную лексику, которую легко понять при чтении. Узнавание таких слов помогает развитию догадки, кроме того, закрепляются буквенно-звуковые соответствия.

Акцентирую внимание на чтении и переводе прочитанного, поскольку при переводе дети осознают смысл прочитанного и у них исчезает боязнь незнакомого текста. Новую лексику стараюсь отрабатывать в предложениях и сочетать это с работой со словарем. На дом даю не новые упражнения, а отработанные на уроке.

Объем домашнего чтения, предлагаемого уже в 5-м классе, значительно сокращаю, задания даю выборочно.

Специфика обучения иностранному языку детей с ОВЗ предполагает большое количество игрового, занимательного материала и наличие зрительных опор, необходимых для усвоения разных структур. А психологические особенности детей с ОВЗ таковы, что даже в подростковом возрасте наряду с учебной значительное место занимает игровая деятельность.

Поэтому введение в урок элементов игры или игровая подача материала повышает работоспособность детей на уроке и активизирует развитие познавательных интересов.

Для поддержания плодотворной и эффективной деятельности учащихся удачно применение нетрадиционных форм проведения занятий, например, таких, как видеоурок, урок-экскурсия, урок-КВН и т.п. Здесь все зависит от учителя.

Особый разговор – о психологии общения в ходе занятия, стиле общения. Здесь следует учитывать:

- **соотношение побуждения воспитанников к деятельности** (комментарии, высказывание положительной эмоции, установки, стимулирующей интерес, волевое усилие к решению задачи и т.п.) и **принуждения** (напоминание об отметке, резкие замечания и т.п.);
- **такт педагога;**
- **психологический климат в группе** (умение поддерживать атмосферу радостного, делового общения);
- **самоорганизация педагога**, ведь в школе и, в частности, на уроке все зависит от нас с вами – от нашей собранности, настроения, педагогической находчивости, оптимистического подхода и пр.

Большую роль в создании ситуации уверенности играют разного рода поощрения. В начальных классах я раздаю детям вырезанные из цветной бумаги фигурки животных, птиц и т.д. Дома дети организуют «уголки успехов» и тем самым радуют родителей своими достижениями. И тут хотелось бы отметить особую роль родителей в процессе обучения детей с ОВЗ. Между родителями моих детей и мной установились тесные взаимоотношения: мы постоянно созваниваемся, родители часто приходят в школу, посещают мои уроки, мы анализируем, решаем все возникшие вопросы сообща.

Уже в самом начале обучения необходимо продумать и подобрать материал, направленный на создание мотивации к изучению иностранного языка. Например, детям можно предложить интересные видео- или аудиопособия. На урок может быть приглашен старшеклассник этой школы, уже овладевший первоначальными навыками разговорной речи и способный их продемонстрировать. Ассортимент дисков в книжных магазинах очень велик, и выбрать хотя бы один диск на класс или два не составит труда.

При введении букв алфавита целесообразно закреплять знание букв, обыгрывая или пропевая их в простых инсценировках типа:

- I am B. And you?
- I am C.
- We are B and C.





Это детям нравится, они работают с большим интересом, запоминают довольно быстро.

На начальном этапе в массовой школе идет обучение речевым образцам с глаголом *to be* – «быть». На основе опыта работы могу сказать, что более оправданным было бы также обучение речевым образцам со смысловыми глаголами, а не только с глаголом *быть*.

Обычным детям данный материал дается тоже нелегко. При этом детям с ОВЗ легче преодолеть трудности в понимании и использовании глагола-связки, который часто отсутствует в аналогичных структурах родного языка. Составляемые учителем микротексты желательно соотносить с картинками, иллюстрациями и предлагать к ним проблемные задания на отгадывание, подстановку слов, выбор фактов из текста, сравнение. Например:

1. Посмотрите на картинку (на ней изображена девочка) и прочитайте предложения. Заполните пропуски словами:

This is a... . Her name is... . She is a... .

2. Прочитайте предложения и скажите, какие ошибки допустил художник (на картинке изображен Незнайка высокого роста и с красной шляпой на голове):

This is Neznaika. He is not tall. He has a blue hat on.

Каждый фрагмент занятия желательно как-то фиксировать, ориентируя учащихся на то, что они уже сделали и что им предстоит еще сделать. Такое подведение итогов должно служить стимулом, побуждающим ребенка к включению во все более усложняющуюся работу.

Особенно этот аспект важен для ребенка, который не такой, как все.

Далее я привожу образец микротекста с заданиями, которые нужно уметь отобразить и использовать, т.к. эти задания должны быть расположены в соответствии с принципом посильности, постепенного усложнения материала.

Следующий этап после подбора текста – это обязательная отработка лексики к этому тексту.

*Попробуй прочитать текст и ответить на вопрос: о каком животном идет речь?*

а) *Но сначала прочитай слова, они встретятся в тексте.*

He his  
see live  
pet run  
nine jump  
nice pupil  
like funny  
milk you  
kitten its



Дополнительные материалы  
см. на диске

Далее – непосредственно сам текст.

b) *Text.*

Pete is nine. He is a pupil. Pete lives in Volgograd. Pete has a pet. It is a kitten. His kitten is nice and funny. His name is Spot. Spot likes milk. Spot can jump and run. Spot cannot climb. He is very little. You see Spot in his box.

с) *Как ты думаешь: что означает слово Spot? Нужна ли картинка к рассказу? Какое предложение подтверждает это?*

d) *Выбери правильные утверждения.*

Pete is nine.	Spot cannot climb.
Pete has a puppy.	Spot is little.
Spot cannot jump.	Spot likes sweets.

e) *Исправь неверные утверждения.*

Вот здесь происходит разделение детей по степени усвоения материала: сильные дети идут вперед, выполняя все задания, послабее – выполняют около половины и больше, а дети с ОВЗ – те задания, которые им посильны и интересны.

f) *Найди в тексте ответы.*

How old is Pete?  
Does he live in Volgograd?  
Has Pete a kitten?  
What does Spot like?  
What can it do?  
Is Spot little?



g) *Выбери подходящий, на твой взгляд, заголовок к рассказу.*

\* Pete. \* Spot. \* Pete and his kitten.

h) *Нарисуй рисунок к рассказу.*

i) *Попробуй рассказать о питомце, используя предтекстовые слова.*

И следующие за ним – задания, которые расположены в соответствии с принципом постепенного усложнения. Количество заданий будет зависеть от фантазии учителя. Как правило, сообразительные дети выполняют все задания, а те, кто послабее, – меньше.

**Светлана ПОПОВА,**

учитель английского языка,  
МОУ «Большешолкайская СОШ»,  
с. Большой Толкай,  
Самарская область



## Образ жизни

### Оказывается:

Мнительные люди рискуют превратиться в фанатиков \_\_ стр. 57

Телевизор заменяет ребенку реальный мир вымышленным \_\_ стр. 58

В Малайзии популярен мяч из лианы \_\_ стр. 62

# Психология фанатизма

*Фанатизм – слепое и пламенное следование убеждениям.*

**Малый энциклопедический словарь Брокгауза и Ефрона**

Статья, посвященная описанию феномена фанатизма и психологических механизмов его формирования, может быть использована педагогами образовательных учреждений при проведении тематических профилактических занятий (дискуссий, обсуждений) с учащимися среднего и старшего школьного возраста.

Фанатизм как явление только недавно стал предметом изучения психологов, социологов, философов и политологов.

**Фанатизм** (лат. *fanaticus*) – это непоколебимая приверженность человека определенным убеждениям, которая находит выражение в его деятельности и контактах с окружающими. Фанатизм сопряжен с готовностью к жертвам; преданность идее сочетается с нетерпимостью к инакомыслящим, пренебрежением этическими нормами, препятствующими достижению общей цели.

Фанатики отличаются «заикленностью» на каких-либо суженных системах ценностей, сопровождающейся интенсивностью и продолжительностью переживаний. Для этих людей характерны повышенная эмоциональность, положительное отношение к любой информации, подтверждающей их взгляды, и неприятие критики (даже доброжелательной). Они не способны к диалогу и компромиссу – обладателей другой точки зрения рассматривают как врагов и объявляют им войну.

Фанатики (например, религиозные или политические) часто проповедуют высокие идеи и уверены в их истинности, но такая убежденность не является результатом осмысления. Здесь уместно вспомнить слова американского политического обозревателя начала XX века Уолтера Липпмана: «Там, где все думают одинаково, никто не думает слишком много».

## Виды фанатизма

«Предметом влечения» фанатика могут быть какой-нибудь человек (или группа людей), произведения искусства, философские, политические, религиозные либо иные идеи и многое другое.

Выделяют следующие виды фанатизма:

- идейный (религиозный, политический, расовый, националистический);
- научный;
- спортивный;



Фото с сайта ru.uefa.com

- фанатизм в искусстве;
- фанатизм здоровья;
- правовой (фанатизм справедливости).

Например, фанатики от спорта или искусства необычайно остро переживают события, происходящие в жизни их кумиров (проигрыш любимой команды, свадьба, болезнь или смерть актера). Время, силы, да и само существование таких людей неотделимы от жизни объекта поклонения: они сопровождают своих идолов в поездках, присутствуют на матчах (концертах), пишут им письма, дежурят под окнами, покупают соответствующую символику и даже их личные вещи. Артист или спортсмен в буквальном смысле обожествляется и идеализируется: вся негативная информация о нем отвергается, а его критики становятся злейшими врагами.

Впрочем, в большинстве случаев описанные виды фанатизма не так уж часто достигают своих крайних проявлений и с возрастом уменьшаются или исчезают вовсе.

Однако фанатичное поведение свойственно не только подросткам. Идеиные (религиозные или политические) фанаты в большинстве своем взрослые, хотя среди их последователей-учеников немало молодежи.

Яркий тому пример – сектантство. Во главе сект обычно стоят люди, предлагающие себя в качестве

спасителей и исполнителей надежд на лучшее будущее.

Для человека, находящегося в состоянии кризиса (в частности, после перенесенных психологических травм), возникновение смысла жизни и приобретение ощущения безопасности и защищенности может казаться очень актуальным и помогающим преодолеть душевную боль. Также просто в секты приходят личности с неустойчивой психикой, которые легко попадают под чужое влияние и сообразуют свое поведение с мнением окружающих.

Для таких людей важно чувство принадлежности к группе, связанное с разными формами коллективного поведения – молитвами, обрядами, собраниями. Секта для них становится своего рода совершенной, идеальной семьей, которой у них никогда не было. Но длительное пребывание в условиях секты (особенно тоталитарной) крайне опасно: личность регрессирует, теряются навыки самостоятельной жизни, могут развиваться иные психические нарушения вплоть до шизофрении.

### Социальные и психологические предпосылки

Человек, который стал фанатиком, скорее всего испытывает огромную нереализованную потребность в самоутверждении и хочет утверждать собственную



значимость путем продвижения определенных идей.

Американский психолог-психоаналитик Эрик Эриксон связывает такое поведение с особенностями личностной организации. С точки зрения ученого фанатиков характеризует «базовое недоверие к миру», то есть переживание чувства беспомощности, тревоги и беззащитности во враждебном мире. Особенно острыми эти переживания могут становиться в условиях резких исторических, социальных и экономических перемен. Большая концентрация растерянности, страха, одиночества и внутренней пустоты легко заполняется какой-либо идеологией, и у человека может возникнуть ощущение принадлежности к чему-то большому и важному. Одиноким человеком, страдающим низкой самооценкой, в результате появления чувства «мы» начинает ощущать себя защищенным и даже грандиозным.

Вовлечение в фанатический процесс помогает преодолевать свою неуверенность.

Фанатизм в высокой степени подвержен человеку, длительное время находящийся в социальной изоляции (или, наоборот, в окружении большого количества людей, объединенных какой-то целью), а также тот, кто пребывает в состоянии хронического стресса или усталости. Фанатизм заразителен: люди воздействуют друг на друга, и тогда как снежный ком могут распространяться целые эпидемии фанатического поведения.

## Кто в группе риска?

Какие же личностные особенности являются факторами риска возникновения фанатизма?

- *В первую очередь* риску подвергаются **тревожно-мнительные личности**, которых постоянно мучают разного рода сомнения, они неуверенны и впечатлительны. Такие люди в себе видят массу недостатков, боятся насмешек и осуждения и не переносят одиночества. Они быстро попадают в зависимость от других и начинают подчиняться их интересам.
- *Второй тип людей* – это «**позеры**». Им требуется казаться больше и значительнее, чем они есть на самом деле. Часто они становятся активными последователями и проповедниками тех идей, которые позволяют им чувствовать себя важными или даже «избранными».
- *Третья категория* – погруженные во внутренний мир «**чудаки**». Это люди с необычными увлечениями, жизнь которых определяется интересом к внутренней реальности, духовности, оккультизму, мистицизму. Кроме того, они не прием-

люют общепринятых норм поведения, не любят поступать «как все». Такие личности могут быть преданы религиозным, эзотерическим, политическим или философским идеям или учениям. Сюда же относятся и приверженцы различных оздоровительных систем и «альтернативной» медицины.

- *Четвертая группа – инфантильные личности*, часто (но не обязательно) это подростки и юноши. «Детскость» поведения, как правило, оказывается результатом чрезмерной заботы родителей и ограждения от каких-либо усилий по достижению жизненных целей. Они испытывают затруднения при необходимости строить свою жизнь самостоятельно и предпочитают выполнять указания и подчиняться, вместо того чтобы полагаться на себя. В результате столкновения с реальностью у такого человека появляется мысль, что воплощение высоких идеалов на самом деле невозможно. Он стремится создать иллюзию жизни, которая не соответствует действительности. Подобные люди становятся легкой добычей тех, кому нужны последователи и послушные ученики.



Менее всего подвержены риску фанатизма зрелые личности, способные к самоанализу, обладающие развитым критическим мышлением (в том числе по отношению к применяемым к ним воздействиям), устойчивые к стрессу и находящиеся в гармоничных отношениях с близкими людьми.

**Юлия КОРЧАГИНА,**  
кандидат психологических наук,  
Москва



См. на диске тест «Склонность к фанатизму», а также цитаты и афоризмы на эту тему



# Очень страшное кино

## Влияние СМИ на воспитание и психику ребенка

*Многие родители задумываются над тем, что можно разрешать смотреть своему ребенку, а что нет. Они читают книги и журналы по воспитанию, советуются по этому поводу со специалистами в разных областях. Все взрослые знают, что детям вредны передачи, в которых есть насилие и кровавые сцены. Но из-за большой занятости и других отвлекающих факторов мамы и папы допускают просмотры программ с совсем не детским содержанием*

### Мораль наизнанку

В результате опроса учащихся начальных классов, направленного на выяснение того, что смотрят наши дети, обнаружилось, что из 250 ребят только 14 отдадут предпочтение детским передачам, мультипликационным и художественным фильмам, да и то таким, пригодность которых для формирующейся психики можно поставить под сомнение. Остальные в числе любимых картин назвали следующие: «Пила», «Кошмар на улице Вязов», «Пожиратель людей», «Убить Билла», «Мумии», «Сумерки», «Очень страшное кино», «Даешь молодежь», «Счастливы вместе», «Ранетки», «Наша Russia», «Саша + Маша», «Универ», «Арнольд», «Южный парк», «Винкс», а также мультфильмы телеканала «2x2».

Получив эти данные, мы увидели одну из главных причин неадекватного поведения современных детей, заключающуюся в просмотре фильма с последующим осознанным или неосознанным (что гораздо хуже) подражанием тому или иному персонажу.

Известно, что ребенок развивается, усваивает нормы поведения и социальные установки, повторяя за взрослыми, копируя их слова и действия.

СМИ пропагандируют образ человека, который не может существовать в реальной жизни, будь он супергероем или злодеем. А потому у детей складывается неправильное представление о на-

шем мире, о собственных возможностях и способностях, о своей внешности. В результате мы получаем человека, запрограммированного на определенное поведение, иными словами, исковерканную психику ребенка, который старается соответствовать аномальному образу взрослого.

Это приводит к появлению множества проблем, от которых должны были оградить родители. Но, к сожалению, даже в благополучных семьях мамы и папы спохватываются слишком поздно.

Преподаваемая информация формирует среду молодежи с извращенными ценностями и моралью, отдаляет ее от родителей, вследствие чего взрослые и дети перестают воспринимать и уважать друг друга. Ребята ищут помощи и совета где угодно и у кого угодно, только не у своих близких.

А причина находится у нас перед глазами, только мы не так часто об этом задумываемся. Конечно, большинство родителей не разрешают просмотр недетских передач, искренне полагая, что защитили своего ребенка от дурного воздействия. Но в то же время они не запрещают сыновьям и дочерям играть в агрессивные компьютерные игры и глядеть мультяшки.

А все ли они пригодны для детей? В сознании взрослых мультфильмы – это то, что предназначено ребенку и, соответственно, не многие мамы и папы задумываются об их пользе, не просматривают видеозаписи, перед тем как показать сыну или дочке.



## Теленяня

В связи с тем, что изменились ценности и главной из них стали деньги, взрослые больше озабочены карьерой и свою работу ставят во главу угла, отодвигая семью на задний план. В силу этого, во-первых, дети предоставлены самим себе, над ними мало контроля, во-вторых, нет объединяющих семью традиций, в-третьих, телевизор или компьютер – няня для ребенка в любое время суток.

И мало того, что ребенок не чувствует себя нужным и любимым, так еще и в его голове под влиянием монитора начинаются необратимые явления – повышение температуры мозга ведет к отмиранию его клеток, что заканчивается в лучшем случае заметным снижением уровня развития и функционирования познавательных процессов.

В результате быстрого развития технологий ребенок учится говорить с помощью специальной техники, а не мамы, как это должно быть. Почему? А так проще родителям. Ведь прогресс нам должен помогать. Но дело в том, что именно в вопросах воспитания он очень сильно мешает.

Да, ребенок будет разговаривать, может быть, даже на правильном, литературном языке, но эмоциональная сфера останется в зачаточном состоянии, так как формируется она только при тесном контакте с матерью и никак иначе. Большинство

сегодняшних детей растут в условиях эмоциональной и коммуникативной депривации (депривация – психическое состояние, при котором люди испытывают недостаточное удовлетворение своих потребностей), а это грозит большими проблемами в течение всей жизни.

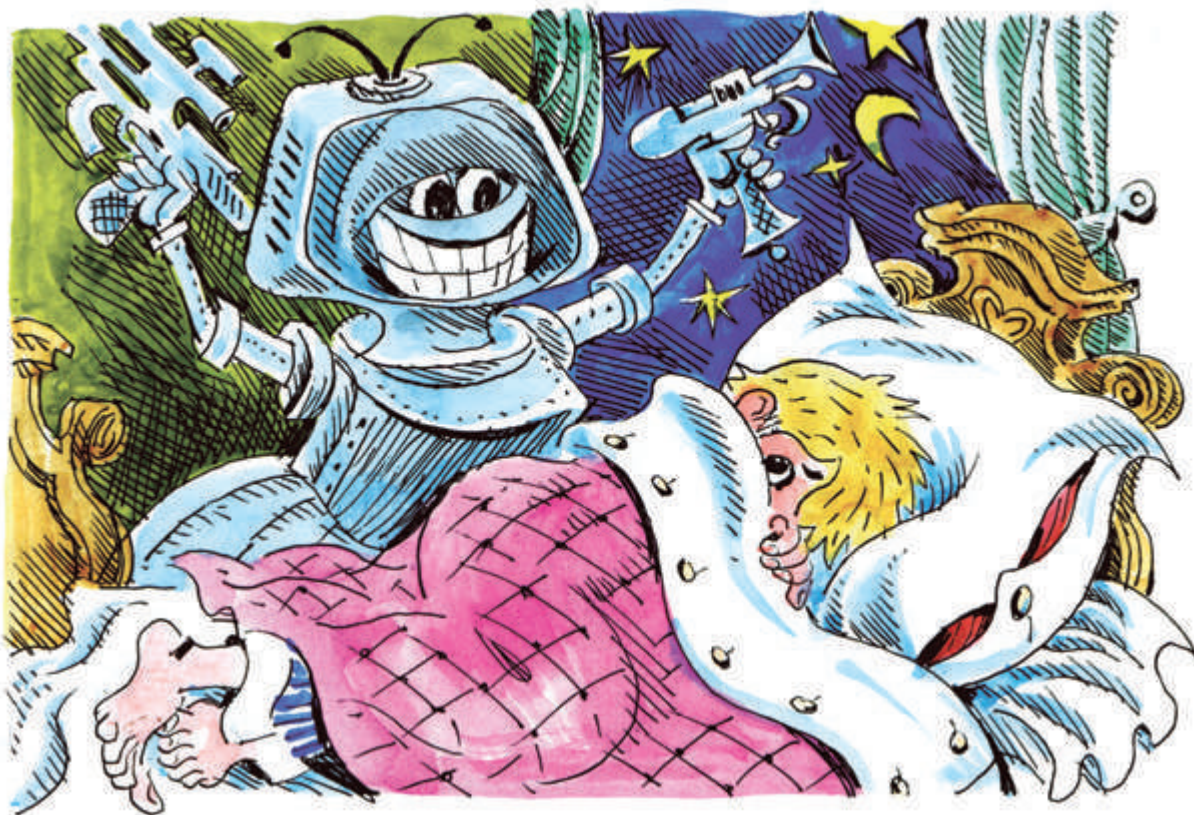
Модель окружающего мира, образы мамы и папы, друга и врага, добра и зла складываются не на наблюдении и общении с реальными людьми, а на основе вымышленных персонажей.

## Саша плюс Маша

Дети впитывают стереотипы поведения, часто недопустимые и осуждаемые в обществе. В их сознании формируются образы, которые в дальнейшем примеряются на людей в ситуации поиска спутника жизни. А образ этот нереальный и извращенный. Часто это касается не внешности, а внутренних качеств. И такие важные черты, как целомудрие, застенчивость, бескорыстие, скромность и материнство, высмеиваются и презираются.

Для мальчиков и девочек нет секретов отношений между полами. В фильмах и мультфильмах они выставлены напоказ. Ребята трех лет самостоятельно и правильно отвечают на вопрос «откуда берутся дети?». В большинстве своем поведение мужчины по отношению к женщине потребительское:

Рисунки Е. Медведева







«женщина – вещь, что хочу, то с ней и делаю». И женщина, улыбаясь, это принимает.

Демонстрация откровенных сцен преждевременно растормаживает в детях сферу влечений. А психика и физиология еще не готовы. Это должно оставаться тайной до момента внутренней готовности уже не ребенка, а юноши или девушки. Сегодня слишком рано и не в той форме, которая отработана веками, человек знакомится со взрослой жизнью, что нарушает сакральность, табу. Меняются поведение ребенка, его личность, а в результате – ломается судьба.

Эмоциональные переживания не имеют нормального выхода, что в будущем выльется и в сексуальные проблемы, и в сложности с созданием семьи и продолжением рода.

### Вот такая принцесса ужасная

Обратите внимание на поведение персонажей в отечественных и зарубежных мультфильмах. В наших

сказках точно и явно распределены роли добра и зла. Если царица злая, то она никогда не улыбнется по-доброму, и наоборот – положительная героиня (не важно, принцесса она или крестьянка) не допустит отрицательного поступка и никого не обидит. В иностранных мультфильмах эти роли настолько перемешались, что ребенку сложно понять, что же такое добро и зло и чем они отличаются друг от друга. Сначала королева воркует с птичками и кормит их с рук, а потом с выражением гнева на лице с жесткостью и агрессивностью дерется с «плохим» персонажем. Как в этом случае разобраться, как должна вести себя женщина? Ведь она берет на себя роль мужчины. Есть мультфильм, где один герой прямо говорит другому: «Нам не важно, кто ты – мужчина или женщина, тебе необходимо выполнить порученное задание».

Выходит, что роль пола в нашем мире отрицается? И мужчина, и женщина имеют одинаковые функции, возможности и способности, права и обязанности и друг перед другом, и перед обществом, в котором живут. А смешение роли полов может вызвать глубокую сексуальную дезориентацию.

### А кто виноват?

Навязанные образы, продукты потребления приводят к обесцениванию ценностей, уничтожению моральных качеств человека, торжеству унисекса и деградации личности в целом. Но пока ребят будут воспитывать компьютер и телевизор, ситуация не изменится, а станет только ухудшаться. А ведь уже сейчас родители недоумевают, раздражаются и жалуются на то, что они не нужны собственным детям, которые их не слушаются, не уважают и «делают что хотят».

Представители старшего поколения регулярно упрекают подростков: не так себя ведут, не так говорят, не так одеваются. Критиковать всегда легко, но эти люди не задумываются, почему сегодняшняя молодежь «дурно воспитана». А заглянув в словарь, мы прочитаем, что «воспитание – это влияние одного человека на другого с целью развития личности или каких-либо качеств посредством целенаправленного создания условий». Кого же тогда обвинять в том, что юноша или девушка держит себя не так, как нам хотелось бы, кроме нас самих? Кто из родителей может честно признать свою вину за упущенную возможность вырастить ребенка отзывчивым, внимательным, сострадательным, ласковым и умеющим любить?

*Елена ЛИВАНОВА,*  
педагог-психолог,

ГОУ СОШ «Школа здоровья» № 578,  
Москва



О.А. Реуцкая

### Другой мир «особого» ребенка: помощь, уход, развитие

Р/Д: Изд. центр «МарТ»;  
Феникс, 2011. – С. 159

Проблемы ребенка часто обнаруживают поздно, стихийно, и, главное, родители решают их самостоятельно, в меру финансовых и иных возможностей. Основная задача – найти пути оказания своевременной помощи, которая позволит ребенку с нарушениями развития речи, слуха, адаптации в коллективе сверстников, обучаемости жить полноценной жизнью.

Автор рассказывает о вероятных причинах отставания и некоторых профилактических мерах, которые должна знать каждая женщина, вынашивающая ребенка: каким должен быть ее образ жизни – питание, правила работы на компьютере, пользование сотовым телефоном и т.д.

Вы узнаете, почему нужно следить за формированием речевой функции

с самого раннего возраста ребенка; не менее важно вовремя распознать трудности со слухом.

Затронут широкий круг вопросов по проблемам аутизма, детских страхов, гиперактивному и агрессивному поведению, синдрому дефицита внимания на фоне гиперактивности. Родители получат советы, как устанавливать контакт с «особым ребенком», понимать его, помочь ему принять себя, развивать в нем познавательные способности, расширять возможности общения с окружающими.

Приучая ребенка к усидчивости, важно не подавлять его активность. С этой задачей помогает справиться спорт. Гиперактивным детям особенно подходят футбол, баскетбол, борьба, легкая атлетика, гимнастика, спортивные танцы, теннис, плавание, бокс, восточные единоборства.

Читатели узнают о возможностях медикаментозного лечения «особого» ребенка, массажных техниках, расслабляющих процедурах, ароматерапии, цветотерапии, других видах помощи.

Дорогие друзья, не отчаивайтесь!

**Зоя НИКОЛАЕВА**

Рождение ребенка с нарушенным развитием – тяжелейшее испытание для родителей. Семья с больным ребенком нуждается в поддержке родных и друзей, в помощи специалистов, в объективной информации. К сожалению, в наше время таких детей рождается все больше и больше, а мер государственной поддержки по-прежнему не много.



### Все способы бросить курить: от «лесенки» до Карра. Выбирайте свой!

[Сост. Д.В. Нестерова] –  
М.: РИПОЛ классик, 2010. – С. 256

лодежи и подростков. После единственной сигареты тяги к курению они не испытывают, но вслед за стрессом (ссора с друзьями, родителями и пр.) у них появляется желание закурить. То же отмечается у подростков со стойкой депрессией или пессимистическим складом характера.

В книге собраны материалы из истории курения от древности до наших дней, факты о негативном влиянии курения на организм человека.

Читатели получают представление о теории химиодистрессомании, рассматривающей общий биопсихосоциальный механизм зависимости от

употребления табака, алкоголя, наркотиков, токсических веществ.

Многие курильщики, желая расстаться с курением, не могут это сделать. Чтобы найти способ бросить сигарету, надо прежде всего разобраться в причинах, побуждающих к курению, и постепенно вытеснить их. Хотя зависимость от сигарет формируется примерно одинаково, она индивидуальна для каждого. Выделяются типы курильщиков: нервный, практичный, коммуникативный, увлеченный и т.д.

Подробно рассматривается сущность «синдрома отмены», пути его преодоления, испытанные способы отказа от пагубного пристрастия («лесенка», ореховый, тыквенный, болгарский, тайный, экстремальный и др.). Читатели узнают, как следует изменить характер питания, чтобы облегчить процесс отказа от курения. Представлены рецепты народной медицины для борьбы с курением, а также тренинги, методики и вспомогательные средства. Книга принесет пользу всем, кто всерьез решил бросить курить.

**Елена ДРЕЙЕР**

Ученые подсчитали, что ежегодно от табакокурения в мире умирает 6 миллионов человек.

В нашей стране армия курильщиков составляет 70 миллионов, 30 процентов из них – женщины. С каждым годом курить начинает все больше мо-



# Экзотика на школьном дворе

*С каждым летом все больше и больше детей школьного возраста вместе с родителями выезжают на отдых в Европу или в экзотические страны, где знакомятся с их историей, познают культуру и особенности жизни народов, их населяющих.*

*Возможно, кому-то повезло познакомиться с народными традициями и подвижными играми, в которые играют ребяташки этих стран.*

*А в сентябре можно поделиться впечатлениями о путешествии со своими товарищами, удивить их новой интересной подвижной игрой и всем вместе испытать себя на ловкость, силу и выносливость*

## «Малайский волейбол»

Малайцы называют эту игру *сепактокроу*. Она была придумана в XV веке и кажется весьма необычной. Ведь в переводе это слово означает «бить ногой по ротанговому мячу». В отличие от классического, в малайском волейболе запрещено играть руками, но можно применять голову, плечи, ноги. А вместо надувного используют мяч, сплетенный из лианоподобного растения ротанга.

Правила игры достаточно просты, но вы уже догадываетесь: играть в малайский волейбол нелегко.

От играющих требуется ювелирная техника владения мячом. Встать на руки и ударить ногой по мячу для игрока в сепактокроу – дело обычное. Блоки здесь тоже ставят ногами.

Не подумайте, что подобная экзотика доступна лишь акробатам. В Малайзии команды по сепактокроу есть в любой школе, каждом колледже, на многих предприятиях. Словом, это народный вид спорта. С 1965 года он включен в официальную программу Игр Юго-Восточной Азии, а с 1990-го – в программу Азиатских игр. Все больше любителей

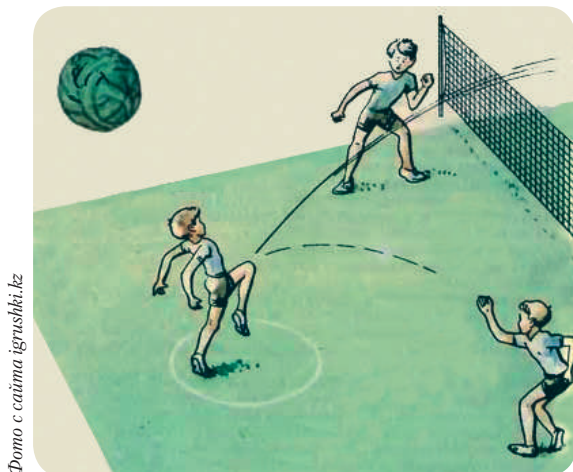
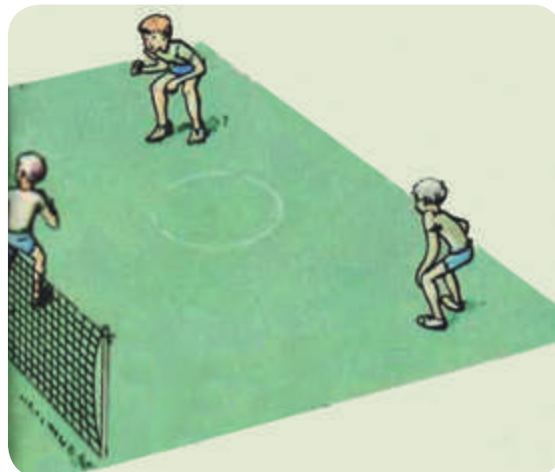


Фото с сайта igrushki.kz





появляется и в США, Англии, Франции, Австралии.

Играют в сепактокроу две команды по три человека в каждой. Цель – не дать мячу коснуться земли на своей стороне и погасить его на стороне противника. Площадка – прямоугольник размером 13,42х6,1 м, разделенный на две равные части сеткой. Верхний ее край – на высоте 155 см от земли. Окружность мяча – 410–430 мм, вес – 180 граммов.

Игроки подающей команды располагаются на площадке так: два по углам около сетки и один подающий (теконг) сзади, в круге, очерченном в 2,5 м от задней линии. Начинает игру один из игроков, находящихся спереди. Он бросает мяч подающему, который отбивает его ногами на сторону противника. Как в волейболе, каждая команда имеет право коснуться мяча всего три раза. Правда, это может сделать и один игрок. Мяч перебрасывают через сетку после любого из трех ударов. Соревнование состоит из трех партий. Счет ведется до 15 очков.

Конечно, сплести мяч из лианы – задача непростая, да и где ее взять в наших краях? Но выход есть. Можно воспользоваться обыкновенным детским надувным мячом. Не отчаивайтесь, если сразу не все будет получаться!

## «Джами»

*Узбекская народная игра*

Разбившись на команды, игроки выстраиваются по кругу – через одного с противником. Из плоских камней в центре круга складывается горка в виде пирамидки. По жребию определяют нападающую команду – она первой метает мяч (лучше теннисный). Метают по очереди. Право на первый бросок обычно получает капитан – самый меткий и умелый игрок. Игра начинается по команде судьи.

Капитан посылает мяч в цель, партнеры внимательно наблюдают за его действиями. Если попытка удалась и горка разрушена, игроки нападающей команды во главе с капитаном разбегаются по площадке. Водящая команда подбирает мяч и старается запятнать им кого-нибудь из игроков противника. Это нелегко, потому что никто на площадке не стоит без движения.

Цель игры – запятнать всех игроков убегающей команды. По правилам игрок, в которого попали мячом, должен покинуть площадку. Когда все игроки, начавшие игру, покидают площадку, игра заканчивается и противники меняются ролями. Правда, у тех, кто убежал, есть возможность досрочно закончить партию и снова получить право начать игру. Например: пока игроки гоняются по площадке, один из убегающих – обычно самый ловкий и

увертливый – незаметно входит в круг и начинает восстанавливать разрушенную горку. Заметив лазутчика, водящие, не входя в круг, переносят огонь на него. Если «нарушитель спокойствия» успеет восстановить горку неосаленным, партия заканчивается – команда лазутчика вновь начинает игру первой.

В «Джами» играют по договоренности на количество побед, а если партия затягивается – на время. Скажем, если за 20 минут водящая команда не выбивает противника, она считается проигравшей.

Несколько слов о судье. Он должен быть внимательным и следить, чтобы игроки убегающей команды в пылу борьбы не покидали пределов игрового поля. Заступил на шаг – выбыл из игры. Поражением карается команда, если сразу два ее игрока пытаются восстановить горку.

Следит судья и за тем, чтобы игроки метающей команды разбегались по площадке только после того, как горка разрушена.

Судья засчитывает поражение в партии, если после всех попыток (каждому игроку разрешается метнуть мяч один раз) башня остается не разрушенной.

## «Поймай мяч!»

*В эту игру играют подростки в Европе.*

Играть можно в любом помещении или на воздухе – и летом, и зимой. По краям поля нарисуйте круги диаметром в полметра – это ворота. Игроков может быть от восьми до шестнадцати. Разделитесь на две команды. В каждой должны быть вратарь и защитник. Помните, что ваши ворота с вратарем расположены в стане противника. В этом же круге находится и защитник команды противника.

Задача каждой команды – передать мяч своему вратарю. Полевые игроки и особенно защитник стараются по мере сил не допустить этого.

Итак, после жеребьевки мяч захватила команда «синих». Стараясь обмануть противника («красных»), они пасуют мяч друг другу. Однако каждый игрок может сделать с мячом в руках только пять шагов. Резкий бросок – и мяч летит в ворота. Но тут его, не выходя за пределы круга, может перехватывать защитник. «Синие» потеряли мяч. Он переходит в руки «красных». После нескольких пасов один из игроков «красных» сильным и точным ударом посылает мяч своему вратарю. Вратарь ловко хватает его.

Победный гол!

Игра длится полчаса, команды меняются местами через 15 минут.

**Марина МАЛЫХИНА**

*По материалам сайта igrushka.kz*

# Станьте «Учителем цифрового века»!

Получите именной сертификат  
и индивидуальный код доступа к качественным цифровым  
предметно-методическим материалам!



Индивидуальный код доступа, полученный в рамках проекта «Школа цифрового века», позволит вам адресно и бесплатно получать электронные журналы Издательского дома «Первое сентября» в любом объеме. Материалы изданий можно читать on-line, скачивать на компьютер, распечатывать, использовать на уроке.

#### **Заявки на участие в проекте**

принимаются с 15 сентября с.г.

на сайте <http://digital.1september.ru>

Заявку подает руководитель вашего образовательного учреждения или его заместитель.

#### **Для школ, участвующих в проекте с 1 января по 30 июня 2012 года, оргвзнос – 2 тысячи рублей.**

Коды доступа предоставляются бесплатно по количеству учителей, указанному в заявке.



Общероссийский проект «Школа цифрового века» по комплексному обеспечению школ адресной методической интернет-поддержкой разработан в соответствии с программой модернизации системы общего образования России. Интернет-сопровождение проекта – Издательский дом «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ».



Подробности на сайте <http://digital.1september.ru>