

АЗБУКА

МОЛОДОГО УЧИТЕЛЯ

Методическое пособие

МОСКВА

2010

Автор-составитель: И.В.Круглова, начальник Центра наставничества молодых специалистов образовательных учреждений г. Москвы, к.п.н..

ББК 74.24
А35

Составитель: Круглова И.В.
А35 **Азбука молодого учителя. Методическое пособие.** –
М.: УЦ «Перспектива», 2010. – 72с.
ISBN 978-5-98594-237-8

Данное пособие содержит методические рекомендации, позволяющие придать системность и целенаправленность работе молодого учителя в период его адаптации и профессионального становления.

Методические рекомендации предназначены для студентов-стажеров и молодых учителей. Методическое пособие разработано Управлением профориентации послевузовского профессионального образования молодых специалистов МГПИ.

ISBN 978-5-98594-237-8

© Круглова И.В., 2010
© УЦ «Перспектива», 2010

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	4
Основные направления деятельности	
Центра наставничества молодых специалистов образовательных учреждений г. Москвы (И.В. Круглова)	5
Как подготовиться к собеседованию с работодателем (Е.В. Петрунина)	7
Некоторые вопросы оформления трудовых отношений (Е.В. Петрунина)	11
Азбука современного урока (И.В. Круглова).....	13
Мой первый день в качестве классного руководителя (Е.Ю. Прошина)	20
Несколько советов молодому классному руководителю (И.В. Круглова)	21
Классный час как урок взаимопонимания (Е.В. Петрунина, О.В. Сиротина)	31
Давайте работать вместе, или о сотрудничестве социального педагога и классного руководителя (Е.В. Бевз)	37
Рекомендации по организации здоровьесберегающей деятельности учителя в образовательном процессе (Т.С. Иванова, Т.Н. Ле-ван, Е.И. Черепанова).....	39
Как работать со школьной документацией (И.В. Круглова).....	48
Психологи советуют (Ж.В. Громская, Э.М. Линд).....	59
Приложения	65

ДОРОГОЙ КОЛЛЕГА!

С момента вручения Вам диплома о профессиональном педагогическом образовании и до тех пор, когда Вы получите признание как Учитель, пройдет немало времени. Но если пройдете нелегкий путь сотворчества с учениками, то поймете, что обрели настоящую профессию, благороднее которой нет на Земле. «Призвание учителя есть призвание высокое и благородное», – говорил Л.Н.Толстой. Быть учителем – значит посвятить свою жизнь детям, превратить неуверенную поступь ребенка в твердые шаги взрослого Человека, идущего по нелегкой дороге Жизни.

Будущее нашей страны в руках тех, кто сегодня еще сидит за партой, и от Вас зависит, какими людьми, с какими ценностями и идеалами выйдут во взрослую жизнь наши дети. Россия всегда славилась своими учителями потому, что во все времена они оставались носителями истинной нравственности, культуры и преданности своему делу.

Пусть учительство станет не только Вашей профессией, но и источником вдохновения. Творите! Дерзайте! Пусть те зерна Знаний, которые Вы зароните в души своих питомцев, дадут прекрасные всходы Милосердия и Добра, Честности и Благородства, Веры и Любви!

*Начальник Центра
наставничества молодых специалистов
образовательных учреждений
И.В.Круглова*

АЗБУКА СОВРЕМЕННОГО УРОКА

Круглова И.В.

«Урок – «клеточка» педагогического процесса. В нем, как солнце в капле воды, отражаются все его стороны. Если не вся, то значительная честь педагоги концентрируется в уроке»

М.Н. Скаткин

Преподавание – это и искусство, и наука. Это не навык, однажды научившись которому, Вы сможете перестать совершенствоваться. Общество и его дети постоянно меняются. Преподавание в современной школе требует педагогического творчества. А для этого надо соблюдать требования к уроку и к учебному процессу в целом.

На наш взгляд, знание и соблюдение педагогических требований к организации учебного процесса намного повышают профессиональную компетенцию современного учителя.

Что играет ведущую роль в профессиональной жизни педагога? Конечно, урок. Это тяжёлая работа, когда в течение 45-ти минут от Вас требуется концентрация воли и внимания. Но именно в эти минуты учитель в самой полной мере реализует себя. Урок даёт ощущение полезности профессиональной деятельности, и учитель проявляет своё стремление к творчеству и самостоятельности. Педагог, академик М.Н. Скаткин отмечал, что урок – это творимое учителем «педагогическое произведение».

Только творческий подход к уроку с учетом новых достижений в области педагогики, психологии и передового опыта обеспечивает высокий уровень преподавания. Нужно также учитывать личный опыт, индивидуальные качества учителя, состав класса и особенности текущего учебного материала. Ведь подготовка не только наука, но и искусство, требующее от учителя вдохновения, порыва, творчества.

А помните ли Вы основные требования к организации современного урока? Предположим, к Вам на урок пришел завуч. Он может проверить:

- цели урока, которые должны содержать познавательный, развивающий, воспитывающий, здоровьесберегающий аспекты;
- структуру и организацию урока;
- содержание урока;
- методику проведения урока;
- работу и поведение учащихся на уроке;
- домашнее задание, полученное учащимися.

Как же подготовиться к современному уроку? Что необходимо знать? В первую очередь, *подходы к уроку*:

- личностно-ориентированный;
- деятельностный;
- системный;
- инновационно-творческий.

В уроке учитываются:

- требования обязательного минимума содержания образования;
- самооценка возможностей учителя;
- диагностика индивидуальных возможностей и потребностей ученика.

Помните, ни один урок не может решить всех задач обучения. Он является частью темы, курса, учебного предмета. Важно всегда сознавать, какое место он занимает в системе учебного предмета, каковы его дидактические цели. **Урок** должен быть логической единицей темы, раздела, курса. **Урок** – это педагогическое произведение, и поэтому он должен отличаться целостностью, внутренней взаимосвязанностью частей, единой логикой развертывания деятельности учителя и учащихся.

Соблюдая основные требования к уроку, учитель вносит в осуществление компонентов урока свое искусство, свой методический почерк, зависящий как от характера класса, так и от индивидуальных черт учащихся. Что же нужно для эффективной организации и эффективного проведения урока?

Памятка о характерных особенностях личностно-ориентированного урока:

Замысел урока заключается в создании педагогом условий для максимального влияния образовательного процесса на развитие индивидуальности ребенка.

Принципы построения образовательного процесса:

- принцип самоактуализации;
- принцип индивидуальности;
- принцип субъектности;
- принцип выбора;
- принцип творчества и успеха;
- принцип веры, доверия и поддержки.

Организация учебного занятия предполагает:

- применение различных педагогических приемов для актуализации и обогащения личного опыта ребенка;
- проектирование характера учебного взаимодействия на основе учета личностных особенностей учащегося;
- использование разнообразных форм общения, особенно диалога и полилога;
- создание для учащихся ситуации успеха;
- проявление доверия и толерантности в учебных взаимодействиях;
- стимулирование учеников к осуществлению коллективного и индивидуального выбора типа, вида задания, формы его выполнения;
- выбор приемов и методов педагогической поддержки в качестве приоритетных способов деятельности учителя на уроке;
- использование учащимися следующих речевых оборотов: «я полагаю, что...», «мне кажется, что...», «по-моему мнению...», «я думаю...».

Предлагаем Вам **схему** самоанализа урока.

Класс: _____

Тема урока: _____

Тип урока и его структура: _____

Вопросы для самоанализа:

1. Какое место данного урока в теме? Как этот урок связан с предыдущим, как этот урок «работает» на последующие уроки?
2. Краткая психолого-педагогическая характеристика класса (количество слабоуспевающих, сильных учащихся). Какие особенности учащихся были учтены при планировании урока?
3. Какова триединая дидактическая цель урока (его обучающий, развивающий, воспитательный компоненты), дать оценку успешности в достижении ТДЦ урока, обосновать показатели реальности урока.
4. Отбор содержания, форм и методов обучения в соответствии с целью урока.
5. Рационально ли было распределено время, отведенное на все этапы урока? Логичны ли «связки» между этими этапами?
6. Отбор дидактических материалов, ТСО, наглядных пособий в соответствии с целями урока.
7. Как организован контроль усвоения знаний, умений и навыков учащихся? На каких этапах урока? С помощью каких форм и методов осуществляется? Как организованы регулирование и коррекция знаний?
8. Каковы психологическая атмосфера на уроке и коммуникативное взаимодействие учащихся и учителя?
9. Как Вы оцениваете результаты урока? Удалось ли реализовать все поставленные задачи урока? Если не удалось, то почему?
10. Наметить перспективы своей деятельности.
11. Как составить конспект урока? Предлагаем примерный план.

Конспект урока

Учитель	
Урок	
Программа	
Класс	
Тема урока	Лингвистические сказки Л.С. Петрушевской как игровые рассказы.
Цели урока	Актуализировать и углубить знания учащихся о способах создания комического в литературном произведении, формировать общеучебные компетенции.

обучающие	Актуализировать знания о юморе как категории комического; дать понятие об одном из языковых средств создания комического; ввести понятие игрового рассказа.
развивающие	Формирование общеучебных компетенций: работа в группах, поиск информации в тексте, формулирование выводов на основе собственных находок; развитие литературно-творческих способностей учащихся.
воспитательные	Формирование коммуникативной культуры учащихся.

ОРГАНИЗАЦИОННАЯ СТРУКТУРА УРОКА

Организационный этап

Задача: Подготовить учащихся к работе на занятии.

Время: 2 мин.

Функции и виды деятельности преподавателя:

Фронтальная беседа по обсуждению плана урока.

1. Актуализация знаний

Задача: Повторить понятия «юмор», «комическое», «юмористический рассказ». Повторить способы создания комизма (ситуации и языка).

Время: 4 мин.

Функции и виды деятельности преподавателя:

Фронтальная работа.

Формы и виды деятельности учащихся:

Ответы на вопросы учителя.

Промежуточный контроль:

Опрос по вопросам.

Примечание:

Учащиеся могут пользоваться записями в тетради, информацией в учебнике.

2. Мотивационный этап

Задача:

Показать практическую направленность изучения темы. Разъяснение организации работы на уроке. Целеполагание. Предъявление темы урока.

Время: 3 мин.

Функции и виды деятельности преподавателя:

Создание проблемной ситуации, беседа, постановка цели и определение задач для каждой группы учащихся.

Формы и виды деятельности учащихся:

Обсуждение, постановка цели и распределение «ролей» внутри группы.

Примечание:

Необходимо дать как общую цель для всех групп, так и поставить более конкретные задачи для каждой из групп учащихся, объяснить их функции.

3. Изучение нового материала

Задача:

Организовать групповую работу по анализу теоретического материала.

Время: 10 мин.

Функции и виды деятельности преподавателя:

Организация групповой работы учащихся.

Формы и виды деятельности учащихся:

Работа в группах по заданиям, анализ теоретического материала, свёртывание текстов в схему, план. Подготовка к пересказу.

Промежуточный контроль:

Практическая работа.

Примечание:

Разъяснять учащимся не известные им термины, направлять работу в группах, контролировать включенность в работу всех учащихся.

4. Первичное осмысление и закрепление

Задача:

Отработать понятие «комизм языка» Рассмотреть способ создания языкового комизма посредством грамматической абстракции, особенности игрового рассказа Петрушевской.

Время: 20 мин.

Функции и виды деятельности преподавателя:

Диалог с учащимися, обсуждение результатов, необходимая корректировка.

Формы и виды деятельности учащихся:

Обсуждение результатов практической работы в группах.

Промежуточный контроль:

Проверка выполнения групповых заданий.

Примечание:

Корректировка высказываний учащихся, направление беседы.

5. Подведение итогов. Рефлексия

Задача:

Повторить рассмотренные понятия. Развитие навыков самооценки и оценки ответов одноклассников.

Время: 4 мин.

Функции и виды деятельности преподавателя:

Подведение итогов работы.

Формы и виды деятельности учащихся:

Подготовка вопросов для всех групп учащихся.

Промежуточный контроль:

Устные ответы на вопросы.

6. Домашнее задание

Задача:

Обеспечить понимание способов выполнения домашнего задания.

Время: 2 мин.

Функции и виды деятельности преподавателя:

Объяснение домашнего задания.

Формы и виды деятельности учащихся:

Вопросы по домашнему заданию.

МОЙ ПЕРВЫЙ ДЕНЬ В КАЧЕСТВЕ КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ

Прошина Е.Ю.

Утро первого сентября встретило меня проливным дождем. Но на грусть и сомнения времени не было, ведь сегодня мой первый рабочий день! День, когда мне предстояло встретиться с 18-тью самостоятельными людьми, которые в дальнейшем заняли все мое время и мысли.

Много размышлений тревожило меня перед этим важным событием. Какими будут эти дети? Ведь это совсем иное поколение. Все в новом веке будет зависеть от них, сейчас – еще детей, но уже – людей XXI века. Чувствовалась огромная ответственность работы учителя, как их классного руководителя. Ведь во многом, именно от нас зависит, кто завтра возглавит государство, будет стоять у истоков науки, выведет культуру на ее истинное место в обществе.

Поглощенная своими рассуждениями, я пришла в класс и стала готовиться к волнующей встрече. В голове придумывались тысячи речей: как сказать, как ответить на вопросы.

И вот прозвенел звонок, возвещавший о начале торжественной линейки. Я вышла встречать свой будущий класс. Несмело ко мне стали подходить несмелые девочки с бантами, потом потянулась вереница бойких мальчишек. Их сопровождали целыми семьями: мамы, папы, сестры, братья, бабушки, тети. Все ждали от этого первого школьного дня в новой школе чего-то необыкновенного.

Линейка закончилась. Дети «возложили» цветы на классного руководителя и мы отправились в наш класс. Новая школа, новый кабинет, новый учитель и, даже, новые одноклассники (мой класс был сформирован накануне учебного года из состава детей из других школ) все это вызывало любопытство и радостные эмоции.

Как и положено 1 сентября, мы проводили классный час на тему: «Символика Российской Федерации». Я рассказывала ученикам об истории нашего флага, герба, гимна. Дети, еще с опаской, скромно отвечали на некоторые из моих вопросов. В конце урока, я предложила им исполнить гимн. Тут же нашелся и солист. Когда он запел, мы просто ахнули (теперь, помимо районных и областных конкурсов, он регулярно поет на всех переменах).

Вот и подходит к концу мой первый урок первого дня в школе. Для меня, так же как и для моих детей, все здесь ново. И город, и школа, и сама сущность классного руководителя. Вчерашняя выпускница Московского гуманитарного педагогического института вдруг незаметно для себя превратилась в Елену Юрьевну, которой впереди предстояло пройти еще немало испытаний, преодолеть преград. Но поверьте, радостные взгляды детей, те чувства и эмоции, которые они дарят каждый день, не сравнимы, ни с чем и стоят нашей кропотливой работы.

НЕСКОЛЬКО СОВЕТОВ МОЛОДОМУ КЛАССНОМУ РУКОВОДИТЕЛЮ

Круглова И.В.

*Подлинный учитель – самый лучший,
самый верный друг родителей.
Они не видят и не слышат его,
но они ощущают его действия,
его намерения, его труд*

А. Дистервег

Конец августа. Вы, отдохнувшие после отпуска, приходите в школу. Начинается первый рабочий день. Администрация образовательного учреждения знакомит Вас с преподавательской нагрузкой и предлагает взять классное руководство в одном из классов, в котором

будете работать. Вы не знаете: хорошо это или плохо? Ответу: интересно, но очень ответственно, потому что каждому ребенку надо уделить внимание, уметь выслушать, понять, помочь при необходимости.

«Мы в ответе за тех, кого приручаем», – говорил Антуан де Сент-Экзюпери. И мы, учителя, в ответе за наших учеников, за то, какими людьми они вырастут и какое будущее их ждет. Быть хорошим классным руководителем – это призвание. Ваша трудовая деятельность только начинается. Позвольте мне как учителю-наставнику поделиться опытом работы. Итак, что необходимо сделать вначале.

Совет 1. Изучите списочный состав класса. Если вам дали 5-й класс, подойдите к учителю, который учил этих ребят с самого начала их поступления в школу. Поинтересуйтесь, как учились дети, есть ли проблемы у некоторых с поведением, кто входил в актив класса, на кого из родителей можно «опереться» при проведении различных мероприятий, Вообще, постарайтесь узнать как можно больше информации, которая поможет спланировать воспитательную работу в классе. В среднем и старшем звене эту информацию можно спросить у преподавателей-предметников или заместителя директора по воспитательной работе.

Совет 2. Не забывайте, что воспитание начинается в семье. По словам В.А. Сухомлинского, «в семье закладываются корни, из которых вырастают потом и ветви, и цветы, и плоды. На моральном здоровье семьи строится педагогическая мудрость школы». Основа взаимодействия классного руководителя и семьи – заинтересованность обеих сторон в развитии ребенка, раскрытии в нем лучших качеств, необходимых для самоопределения и самореализации. Поэтому основные функции классного руководителя во взаимодействии с семьей следующие:

- ознакомить родителей с содержанием учебно-воспитательного процесса школы;
- систематическое психолого-педагогическое просвещение родителей;
- вовлечение родителей в совместную деятельность с детьми;
- обеспечение сотрудничества родителей и педагогов для решения актуальных проблем в обучении и воспитании детей.

Совет 3. Свою работу начинайте с диагностики семьи. Это необходимо для выявления проблем в воспитании ребенка, изучения

жилищно-бытовых условий, в которых он находится, выработки единого взгляда педагогов и родителей на воспитание и развитие детей.

Если Вы запланировали посещение семьи учащегося, заранее договоритесь с родителями о своем приходе. Будьте корректны, тактичны, выдержаны в общении, тон должен быть дружелюбным и спокойным. В разговоре ни в коем случае не поучайте родителей, можете только советовать или рекомендовать. Отправляясь на встречу, продумайте заранее вопросы или основные пункты беседы. Хорошо, если во время разговора в квартире находятся все члены семьи, так Вы сможете познакомиться сразу со всеми. В зависимости от того, о чем Вы говорите с родителями, ребенок может находиться либо вместе с вами, либо под каким-то предлогом в другой комнате. Не затягивайте свой визит, помните о правилах хорошего тона. После посещения обязательно зафиксируйте основные выводы, сделанные вами.

Совет 4. Работу с родителями стройте дифференцированно: у одних родителей есть проблемы в воспитании детей, а другие могут поделиться опытом семейного воспитания. Поэтому, не навязывайте всем одинаковые формы взаимодействия, ориентируйтесь на их потребности, особенности семейного воспитания, терпеливо приобщайте к делам класса, школы. Представьте родительскому сообществу информацию о важных для класса и школы делах, чтобы каждая семья могла определить свою форму и меру участия в них.

Совет 5. Никогда не жалуйтесь родителям на их детей, требуя принятия соответствующих мер.

Совет 6. Не забывайте: в педагогике решающее значение имеет первый момент входа в класс, первые уроки, первое знакомство с детьми, первое родительское собрание.

Совет 7. Отдавайте свое тепло, ласку не тем, кто на них напрашивается или кто вам нравится, а тем, кому это особенно необходимо.

Совет 8. Все замечания делайте в доброжелательном, спокойном тоне, не вешая ярлыков.

Совет 9. Формула успешной деятельности классного руководителя: Любовь→Доверие→Понимание→Поддержка.

Совет 10. Если Вы сомневаетесь, как поступить, лучше не топчитесь. «Сомнение – в пользу мудрых», – говорил Сократ.

Совет 11. С первых дней муштруйте себя. Учитель должен быть всегда в форме, всегда подтянут, всегда в хорошем настроении. Вспомните мудрое изречение Козьмы Пруткова: «Если хочешь быть счастливым – будь им!».

Совет 12. Любая деятельность начинается с планирования работы. **Не забудьте, составляя план:**

- сделать анализ работы за предыдущий год (если Вы работаете в школе не первый год);
- написать характеристику класса (если Вы взяли классное руководство только в этом учебном году, то постараться это сделать в течение первой четверти);
- определить цель, поставить воспитательные задачи.

Постарайтесь спланировать экскурсии, классные часы, темы родительских собраний.

Подумайте над темой самообразования (или обобщения опыта работы), выберите удобную для вас форму самообразования.

Продумайте дела класса как внутренние, так и общешкольные.

Вы можете включить в план работы следующие разделы:

- учебные дела;
- участие в общешкольных мероприятиях;
- дела класса;
- работа с родителями;
- индивидуальная работа с учащимися.

Приготовьтесь к тому, что классный руководитель ведет следующую документацию:

- классный журнал;
- план воспитательной работы с классным коллективом;
- тетрадь классного руководителя в любой форме;
- дневники учащихся;
- личные дела учащихся;
- психолого-педагогические карты изучения личности учащихся (по необходимости);
- папки с разработками воспитательных мероприятий.

Составьте себе памятку:

- кабинет, закрепленный за вашим классом;
- помещение, прикрепленное для генеральной уборки;

- прикрепленный пришкольный участок;
- дни дежурства по школе;
- график дежурства по классу;
- день выпуска общешкольной или классной газеты;
- список учащихся, которым необходимы проездные билеты;
- список многодетных и социально незащищенных семей;
- сведения об учащихся класса и их родителях с указанием домашнего адреса, телефона;
- сведения о занятости учащихся во внеурочное время;
- распределение общественных поручений (отдельно указать тех, кто является старостой класса, ответственным за рапортичку, членом учкома);
- педсоветы и совещания классных руководителей по четвертям;
- список учителей-предметников, работающих в классе;
- расписание занятий класса;
- расписание по личной учебной нагрузке;
- состав родительского комитета (если в школе есть Попечительский совет, то указать представителя от класса);
- цепочка для срочного оповещения учащихся;
- дни рождения учеников класса по месяцам;
- дела, которые требуют предварительной подготовки;
- акции, в которых может принять участие класс.

Совет 13. Как подготовить и провести первое родительское собрание.

В зависимости от целей родительских собраний, их можно классифицировать по видам и формам проведения.

Виды родительских собраний:

- общие (классные или по параллелям) – проводятся для решения организационных вопросов жизнедеятельности;
- дифференцированные (специально приглашенная группа родителей) – определяются по запросам родителей в целях решения назревших проблем;
- целевые собрания, определяющие структуру соуправления и связанные с проведением экспертизы (обычно в начале каждого учебного года).

Формы проведения собраний:

- информационно-консультативные;

- дискуссионные;
- тематические;
- «круглый стол», творческая встреча и т.д.

В подготовке и проведении родительского собрания рекомендуется учесть следующие моменты:

1. Не забудьте за две-три недели оповестить родителей о теме, дате и времени проведения родительского собрания, заранее сделав запись в дневниках учащихся. Такой срок позволит родителям заранее спланировать свое время и освободить вечер для посещения собрания. Проверьте, есть ли роспись родителей. Попросите учащихся о том, что если родители не могут присутствовать на собрании, то пусть они заранее сообщат об этом, написав записку. Явка родителей на собрание – знак уважения к школе, учителю.

2. Если Вы только стали классным руководителем и не знакомы с родителями, подготовьте для них бейджик с именем, отчеством и фамилией, так будет легче общаться во время собрания. Чтобы создать непринужденную обстановку, можно расставить столы и стулья по кругу, создать, так называемый, «круглый стол»: все хорошо видят и слышат друг друга.

2. К подготовке собрания, как правило, привлекаются члены родительского комитета или родителей. Необходимо продумать, кто из родителей сможет выступить по теме собрания. С каждым выступающим нужно поговорить, отметив положительные моменты в воспитании детей и подчеркнув основные направления сообщения.

К собранию готовится выставка работ учащихся, отражающая их классную или внеклассную деятельность (тетради, рефераты, конспекты, рисунки, поделки и т.д.).

Большим успехом пользуются выставки ученических стенных газет, из которых родители узнают об общественной жизни класса. К итоговому собранию можно подготовить концерт учащихся или выступление агитбригады. До начала собрания родители могут ознакомиться с выставкой педагогической литературы по теме собрания.

3. Выступление классного руководителя на собрании должно быть хорошо подготовленным, эмоциональным, доброжелательным и обязательно должно начинаться с рассказа о *положительных фактах* в жизни класса. Выступление может содержать и анализ отрицательных явлений, если таковые имеют место в классе, тогда классному

руководителю необходимо включать реальные предложения, которые создали бы у родителей установку на возможность исправления настоящего неблагоприятного положения. Ни в коем случае в выступлении классного руководителя не должно быть высказано сомнения в неисправимости положения в классе в целом и отдельных учащихся. На собрании можно доводить до сведения всех родителей только такие факты (положительные и отрицательные) поведения учащихся, в отношении которых у классного руководителя существует полная ясность. Нельзя постоянно упоминать одни и те же фамилии учащихся в положительном и отрицательном плане.

Задача учителя состоит в том, чтобы поддержать интерес каждого родителя к общей работе в процессе самого собрания. Это возможно тогда, когда родители на фоне общих дел видят деятельность своих детей.

Совершенно недопустимо «отчитывать» родителя за промахи его ребенка или зачитывать оценки того или иного слабого ученика. Такое поведение учителя приводит к тому, что родители слабоуспевающего ученика перестают посещать собрания. Тем не менее, необходимо сообщать родителям о недочетах в работе их ребенка, подсказывать пути их преодоления. Конкретную информацию об успехах и (особенно) недостатках своего ребенка родители могут получить от учителя здесь же, на собрании, в письменном виде. Например, каждому родителю дается свернутый вдвое лист бумаги, на внутренней стороне которого сделаны записи только для этого родителя. Например: «Алеша стал заниматься лучше. Однако, прошу усилить внимание к занятиям математикой. Прошу прийти на консультацию к учителю математики в среду в 16.00 ч.», «Юля не посещала занятия в школе несколько дней. Что-то случилось? Прошу Вас остаться после собрания, чтобы выяснить причину отсутствия ребенка».

4. Классный руководитель может практиковать лекции – выступления родителей, педагогов, юристов, медиков, затем можно организовать обсуждение возникшей проблемы, обменяться опытом семейного воспитания. По ряду вопросов, обсуждаемых на собрании, принимается решение, которое доводится до всех родителей.

5. Чем больше родителей будет участвовать в подготовке родительского собрания (даже в качестве только сообщающих о нем другим), тем активнее они будут себя вести на самом собрании.

На родительском собрании следует обязательно поблагодарить и тех родителей, кто его готовил, и тех, кто оказывал помощь школе в проведении других мероприятий.

Если вы только взяли класс, начните собрание со знакомства с родителями, расскажите немного о себе.

6. Расскажите родителям о тех задачах, которые вы ставите перед собой и перед классным коллективом на данный учебный год, о задачах школы.

7. Посоветуйтесь с родителями, какие они хотели бы поднять вопросы на родительском собрании, какие задачи хотели бы выдвигать дополнительно.

8. Далее познакомьте родителей с основными делами на год, с конкретным планом работы на четверть. Договоритесь об оказании с их стороны помощи в организации и проведении классных и школьных мероприятий, пригласите к участию в данных мероприятиях.

9. Расскажите родителям о том, какие кружки, факультативы, секции будут работать в школе для ребят данного возраста; о том, в какие дни проходят дополнительные занятия по отдельным предметам.

10. Обязательно скажите родителям о требованиях к внешнему виду учащихся, о наличии у них сменной обуви, о ведении дневников.

11. Не забудьте избрать родительский комитет в составе трех человек (это минимум). Объявите заранее о днях индивидуальных консультаций для родителей, дав график по месяцам. Обязательно запланируйте встречу с теми родителями, которые не пришли на собрание.

12. Пригласите на собрание учителей, преподающих в вашем классе, чтобы они рассказали о своих требованиях к предмету, дали соответствующие рекомендации для родителей;

13. Начало каждого года – это часто и переход детей в новый «возрастной этап». Родители могут не знать психологических особенностей детей этого возраста. Поэтому пригласите школьного психолога, который предупредит родителей о возможных осложнениях в поведении детей, сможет дать квалифицированную консультацию по ряду проблем, возникающих в процессе воспитания.

В подготовке и проведении собраний очень помогает анкетирование родителей. В анкетах родители пишут о том, какие вопросы

воспитания их волнуют, какую информацию хотели бы получить, какую помощь в воспитании детей могут оказать (Приложения №№ 1-2).

Совет 14. Перед началом собрания разложите на столах раздаточный материал для родителей. Это могут быть различного рода анкеты, если Вы проводите собрание не первый раз, можно включить какие-либо рекомендации, например, психолога или преподавателя-предметника, касающиеся конкретного ребенка, памятки и т.д.

Приведу пример памятки для учащихся начальной школы, которую родители могут поместить в комнате ребёнка на видном месте. Посоветуйте им в конце недели обратить внимание ребёнка на то, что получилось и не получилось и – почему.

Памятка.

1. Не отнимай чужого, поделись своим.
2. Не дерись, это очень стыдно.
3. Играй честно, не подводи своих товарищей.
4. Старайся быть аккуратным.
5. Помни! Ты не лучше всех, ты не хуже всех! Ты – неповторимый для самого себя, родителей, учителей, друзей!
6. Чаше говори: давай дружить, давай играть, давай поможем.
7. Не ябедничай – доказчику первый кнут.
8. Будь добрым и щедрым на помощь, люби людей.

Совет 15. Для получения обратной связи от родителей используйте методику «Незаконченное предложение». Отзыв о встрече они заполняют в конце родительского собрания.

Я узнал, что _____

Новым для меня стало _____

Я убедился, что _____

Меня не смогли убедить в том, что _____

Я категорически против того, чтобы _____

Я возмущён тем, что _____

Совет 16. Чтобы создать непринужденную обстановку, перед началом собрания, во время заполнения каких-либо анкет может звучать легкая спокойная музыка. Как правило, родители приходят в школу после трудового дня, усталые, а звучащая музыка поможет создать благоприятный эмоциональный фон. Хорошо, если Вы совместно с ребятами подготовите фотовыставку о проведенных мероприятиях в классе: «День знаний», «День именинника», «Рыцарский турнир» и т.д. Экскурсии тоже могут быть отражены в классной летописи. Видеоматериалы более расширят представление о вашей работе. Позиционируйте свою профессиональную деятельность! Это позволит установить быстрый контакт с родителями. А такие формы взаимодействия позволяют привлечь их к активному участию в мероприятиях класса, больше жить интересами своих детей.

Совет 17. И еще: не надо думать, что родители чем-то обязаны школе. У родителей – свой круг обязанностей и дел. Тем не менее, с каждым из них, даже если родитель избегает контактов с педагогами или просто не в состоянии активно участвовать в школьной жизни, надо пытаться построить партнерские отношения только потому, что его ребенок или дети ходят в эту школу. Именно такая установка и создает психологические предпосылки для сотрудничества.

Совет 18. Помните, классный руководитель ответствен за воспитание душ своих учеников. О силе человеческого слова писал М.Пришвин: «В каждой душе слово живёт, горит, светится, как звезда на небе, и, как звезда погасает, когда оно, закончив свой жизненный путь, слетит с наших губ. Тогда сила этого слова, как свет погасшей звезды, летит к человеку на его путях в пространстве и времени. Бывает, погасшая для себя звезда, для нас, людей, на Земле горит ещё тысячи лет. Человека того нет, а его слово остаётся и летит из поколения в поколение, как яркий свет угасшей звезды во Вселенной». Звёзды зажигают звёзды. И воспитать в ученике яркую незаурядную личность может только такая же личность.

КЛАССНЫЙ ЧАС КАК УРОК ВЗАИМОПОНИМАНИЯ

Петрунина Е.В., Сиротина О.В.

*«Классный час есть форма
прямого общения воспитателя
со своими воспитанниками»*

В.П. Созонов

Вы классный руководитель и именно Вам отводится ведущая роль в формировании личности учащихся, развитии у них навыков социализации, раскрытии их способностей и потенциальных возможностей, в защите их прав и интересов.

Классный руководитель может очень много сделать для своих воспитанников. Но для этого он должен не только понять и принять их такими, какие они есть, но и владеть механизмом успешного воздействия на процесс их развития. В этот механизм входит и овладение воспитателями различными формами и видами практической деятельности по организации классного коллектива.

Именно, классный час – одна из форм организации работы классного руководителя с учащимися класса по развитию у них мировоззренческих взглядов, нравственных отношений, культуры поведения.

Основная цель классного часа – помочь учащимся усвоить духовные и нравственные ценности, познать себя и преодолеть противоречия в становлении самого себя, разобраться в сложных отношениях с окружающими людьми (взрослыми, сверстниками), побудить к самовоспитанию и саморазвитию.

Готовить классный час надо не менее тщательно, чем урок: продумывать содержание, определять четкую структуру, создавать обстановку и заранее готовить вспомогательный материал. Не менее важно выстраивать тематическую систему ряда классных часов так, чтобы они составляли цепь воздействий, а не были бы рядом разрозненных, случайных влияний.

Сегодня не в каждой школе есть требования проводить классные часы, поэтому Вы сами должны решить сколько раз в месяц будете встречаться с воспитанниками и какие вопросы обсуждать на нем.

Классный час должен органически войти в систему Вашей воспитательной работы с классом. Выбор формы проведения классного часа будет зависеть не только от решаемых на нем задач, но и от особенностей Вашего класса, от уровня развития классного коллектива, от увлечений и интересов Ваших воспитанников.

Основные требования к организации и проведению классного часа:

1. Определение темы классного часа в соответствии с поставленными воспитательными задачами.
2. Психологическая подготовка учащихся – настраивание их на тему и проблемы классного часа.
3. Подбор материала для его проведения, исходя из следующих требований к содержанию: актуальность, связь с действительностью, соответствие возрастным особенностям учащихся, образность и эмоциональность, логичность и последовательность.
4. Интересная тема (необходимо привлекать новый материал, еще неизвестный ребятам, – это расширяет их кругозор).
5. Использование наглядного материала (выставки, монтажи и др.) и ТСО – все это поможет лучше раскрыть тему.
6. Определение места проведения классного часа. В основном, он проводится в классном кабинете, но для ребят было бы полезно и интересно, если отдельные классные часы Вы проведете вне школы: на природе, в музее, Центре творчества и т.д.
7. При распределении тем между учащимися, ответственными за подготовку классного часа Вы должны учитывать желания участников.
8. Заранее просматривать материалы, подготовленные учащимися к классному часу.
9. По времени классный час должен быть недолгим, по форме – ярким, интересным, по содержанию – насыщенным, атмосфера – непринужденная и спокойная.

10. После проведения классного часа необходимо подвести итог (отметить лучших, поблагодарить гостей и т.д.).

Таким образом, методика организации классного часа складывается из трех основных направлений работы педагога: *определение содержания классного часа, организационное оформление, планирование серии классных часов* как целенаправленного процесса.

В зависимости от поставленных целей и задач формы и технологии проведения классного часа могут быть разнообразными: беседа, диспут, устный журнал, пресс-конференция, деловая или ролевая игра, познавательная развивающая игра, встречи с интересными людьми и др.

Предлагаем Вам для рассмотрения несколько видов классных часов:

✓ *когда классный руководитель сам рассказывает, проводит беседу, читает лекцию*, например: «Внимание: конфликтная ситуация! Как бы ты поступил?», «Как воспитывать у себя ответственность за собственные поступки», «Пять шагов к себе:

- кого мы видим, когда смотримся в зеркало;
- мир наших чувств;
- сколько меня во мне?
- мои вершины;
- умеем ли мы слушать и говорить».

Цель такого общения – развитие интереса к той или иной проблеме, формирование умения оценивать окружающий мир, ориентироваться в нравственных ценностях:

- когда классный руководитель и ученики, равноправные собеседники: диспуты, обмен мнениями, обсуждение интересной книги, кинофильма и т.д;
- когда классный час готовят и ведут сами ребята. Рассматриваются вопросы жизни класса, отношения к учебе, дисциплине, общественным поручениям, взаимоотношения в коллективе, микрогруппах. Ребята учатся оценивать свои поступки и поступки товарищей, подводить итоги работы.

При подготовке и проведении любого классного часа учитель играет важную роль: обобщает, убеждает, подводит к верным выводам, побуждает к дальнейшей деятельности.

Несмотря на разнообразие и конкретность воспитательных задач, стоящих перед классным руководителем и учениками, все классные часы объединены тем, что:

- на классных часах у учащихся формируется представление об учителе как о равном им человеке, как всесторонне развитой личности;
- на классных часах у ребят расширяется представление о своих одноклассниках;
- классные часы дают учащимся возможность и привычку к постоянному общению друг с другом, к реализации своих организаторских и творческих способностей, к развитию умения влиять на формирование общественного мнения;
- классные часы позволяют учащимся анализировать свое место в классном коллективе, свои отношения с одноклассниками, вместе строить программу роста коллектива.

Приведем схему проведения ситуационного классного часа на основе методики к.п.н. Капустина Н.П.

Тема: _____

Цель: _____

Задачи: _____

№ п/п	Этап	Время	Деятельность	
			Классный руководитель	Учащиеся
1	Определение цели	1 мин.	Определяет цель и задачи классного часа	Сидят в кругу
2	Информация по основному вопросу	3 мин.	Дается классным руководителем или одним из учащихся	
3	«Я-позиция»	10 мин.	Задаёт вопросы по сути проблемы	Отвечают по кругу, кратко, четко
4	«Я-позиция» и общественно значимая норма	5-7 мин.	На доске написаны вопросы (правила, советы) по обсуждаемой проблеме, данные с позиции общественной нормы	Работают в группах по 5-7 человек, пишут на листочках ответы на вопросы (свое отношение к правилам, советам)
5	Дискуссия	10 мин.	Направляет	Работают в кругу

№ п/п	Этап	Время	Деятельность	
			Классный руководитель	Учащиеся
			беседу, дополняет, комментирует	Обсуждение вопросов, написанных на доске. Выступления от групп, мнения отдельных учащихся
6	Рефлексия	5 мин.	Задаёт вопросы по прошедшему классному часу: что понравилось, что не понравилось и т.п.	Каждый учащийся отвечает на один вопрос
7	Свободный выбор	2 мин.	Вычленяет советы, рекомендации	Выступают желающие с общей оценкой классного часа
8	Мотивация	После классного часа. Особое внимание детям, выполняющим рекомендации часа		
9	Отслеживание результатов	Методом наблюдения устанавливаются изменения в поведении детей		

Памятка классному руководителю, который использует данную технологию

Не уличать детей в неискренности и нечестности.

Не комментировать ответы учащихся и не подталкивать к ответу, который бы Вы хотели услышать.

Не давать оценку высказываниям детей, но, если будет такая необходимость, высказать свою точку зрения. (Если Вам кажется, что дети говорят неверно: «А у меня другая точка зрения... Послушайте мою аргументацию...»).

Подводить детей к свободе выбора личной позиции на основе сравнения с общественно-значимой формой. («Если ты останешься на этой позиции, то вот к чему это может привести...»).

Вести конкретное, а не абстрактное обсуждение ситуации (вместо «мы» – «я»: «Я так думаю...», «Я так поступаю...»).

Помнить, что эта технология переносит проблему на плечи самих детей, делая их ответственными за свой выбор.

В заключение мне хотелось бы поделиться с Вами рецептом приготовления пирога «Счастье мое». Его ингредиенты: улыбка; радость; тепло души; радуга; солнце; голубое небо; благополучие; доброта и щебет птиц.

Способ приготовления:

Замесите пирог на Доброте;

Смешайте Улыбку с Радостью;

Влейте тонкой струйкой Тепло Души;

В больших пропорциях добавляйте Благополучие;

Украсьте кусочками Голубого Неба;

Посыпьте цветами Радуги и выпекайте в Солнечных Лучах до ощущения Счастья.

Отламывайте маленькими кусочками и раздавайте каждому!

Уважаемые коллеги, верьте в свои силы, не падайте духом при первых неудачах. Вас, несомненно, ждет успех!

ДАВАЙТЕ РАБОТАТЬ ВМЕСТЕ, ИЛИ О СОТРУДНИЧЕСТВЕ СОЦИАЛЬНОГО ПЕДАГОГА И КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ

Бевз Е.В.

«Общение с людьми есть путь опытного развития»

Н. Бердяев

В Вашем классе есть «трудные» дети? Возникли проблемы в их обучении и воспитании? Вы не знаете, что предпринять и к кому обратиться за помощью в решении данной ситуации?

Главное – не опускать руки! Школа – это «живой организм», где все участники образовательного процесса взаимосвязаны друг с другом. Вы как участник этого «организма» должны понимать, что неразрешимых проблем не бывает, что вокруг него много специалистов, педагогов, готовых поделиться своим опытом, оказать содействие в решении той или иной проблемы.

Возникшие проблемы с «трудными» детьми можно решить, обратившись к социальному педагогу, который выступает посредником во взаимодействии семьи и школы, изучает отношения к ребенку в семье, в образовательном учреждении, в классе, во дворе, находит пути и организует работу по ликвидации конфликта с родителями, учителями и сверстниками. Он стремится урегулировать отношения между воспитанниками и взрослыми, советует, помогает, сочувствует своим подопечным, строит с ними отношения взаимопонимания, организует консультирование родителей, педагогов, администрации, классных руководителей по разрешению социально-педагогических проблем.

Социальный педагог координирует работу педагогического коллектива с трудными детьми, их семьями, с окружающей социальной средой и общественностью микрорайона, периодически информирует педагогический коллектив школы о психологическом климате в классах, о каждом трудном ученике и об оказании ему помощи.

В каких случаях могут взаимодействовать социальный педагог и классный руководитель? Представленная таблица поможет разобраться в этом:

Направления работы	Ответственные
Сбор информации в банк данных о семьях учащихся, находящихся в социально – опасном положении	Социальный педагог, классные руководители
Организация горячего питания для школьников из малообеспеченных семей	Социальный педагог, классные руководители
Посещение семей «группы риска»	Социальный педагог, классные руководители
Оказание помощи «семьям риска»	Социальный педагог, общественные организации
Изучение семей опекаемых детей (обследование жилищных условий, психологическая и педагогическая помощь)	Социальный педагог
Проведение диагностической деятельности (наблюдение, анкетирование, собеседование)	Социальный педагог, классные руководители
Организация психологической помощи учащимся	Социальный педагог, психолог
Совместная работа с К.Д.Н., советом по профилактике правонарушений	Социальный педагог, классные руководители, администрация
Роль ответственного на школьных дискотеках	Социальный педагог, классные руководители, представитель Совета школы, участковый
Организация мероприятий, направленных на сохранение здоровья учащихся	Социальный педагог, организатор детского движения, классные руководители
Организация и работа волонтерской группы (например, сбор мусора в районе, сбор макулатуры)	Социальный педагог, классные руководители
Организация мероприятий, направленных на формирование законопослушного поведения учащихся через изучение Конвенции о правах ребёнка, уголовного и административного права	Социальный педагог, классные руководители
Проведение классных часов	Социальный педагог,

Направления работы	Ответственные
	классные руководители
Коррекционная работа с детьми группы риска	Социальный педагог, классные руководители
Социальная защита детей с ограниченными возможностями	Социальный педагог, классные руководители
Помощь в организации каникулярного отдыха детей	Социальный педагог, организатор детского движения, классные руководители
Организация летней занятости учащихся	Социальный педагог, организатор детского движения, классные руководители
Работа по самоопределению выпускников	Социальный педагог, классные руководители

Если Вы являетесь классным руководителем, контактируйте с социальным педагогом, призванным быть посредником между личностью ребенка и всеми социальными институтами в разрешении личностных кризисов обучающихся. При его непосредственном участии Вы сможете организовать социально-значимую деятельность обучающихся, эффективно провести мероприятия, направленные на развитие и реализацию социальных инициатив и проектов.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

Иванова Т.С., Ле-ван Т.Н., Черепанова Е.И.

*«Жизнь по капельке цеди,
Знай: так пить ее не глупость!
И окупится та скупость
Всем, что будет впереди»*

Р. Казакова

Сохранение и укрепление здоровья учащихся – одна из важнейших задач учителя, одна из его должностных обязанностей. Оптимальная организация урока, а также классного часа, занятия в рамках клубов, кружков, факультативов и любого другого мероприятия в об-

разовательном процессе – главный фактор улучшения адаптационных резервов организма школьника, профилактики утомления и напряжения организма, повышения эффективности обучения. Только реализация принципов здоровьесберегающей педагогики позволит грамотно подойти к организации образовательного процесса с учетом психофизиологических особенностей ребенка, закономерностей динамики работоспособности, норм санитарно-гигиенической оценки среды.

Позвольте представить вам, молодой коллега, ряд рекомендаций по эффективной организации урока и других форм организации образовательного процесса с учетом принципов здоровьесберегающей педагогики.

Рациональная организация урока требует знания общих закономерностей.

Одна из закономерностей – **динамика работоспособности**, в которой выделяют несколько периодов:

1. Вработывание.
2. Устойчивый период (оптимальная работоспособность).
3. Предутомление.
4. Утомление.

В *период вработывания* происходит: а) постепенное повышение работоспособности, поиск наиболее адекватных и эффективных вариантов функционирования всех органов и систем; б) значительное напряжение, высокие энергозатраты; в) организация произвольного внимания и функциональная организация деятельности. Качественно изменяются свойства нервных клеток, повышается их возбудимость, функциональная подвижность, активизируются связи между отдельными центрами головного мозга. Работоспособность неустойчива, а эффективность ее невысока.

Устойчивый период – это время, когда организм работает наиболее эффективно в оптимальном режиме. Высокая работоспособность не требует от организма чрезмерных усилий и энергозатрат, снижается напряжение и повышается согласованность в деятельности всех систем. Однако, этот период не может продолжаться бесконечно и закономерно сменяется следующим периодом – *предутомлением* (компенсаторной перестройкой). Это период, когда школьник еще может работать качественно, но уже – ценой значительного напряжения.

Далее следует **утомление**. Его первые признаки:

- 1) Нарушение концентрации внимания.
- 2) Увеличение количества ошибок.
- 3) Нарушение координации движений (ухудшается подчerk).
- 4) Двигательное беспокойство, частые отвлечения, динамизм телодвижений (кривляние).

Изменения в организме, связанные с утомлением, носят временный характер и исчезают при смене деятельности или во время отдыха.

Рациональная организация занятий сокращает период вработывания, способствует удлинению периода оптимальной работоспособности, отодвигает, делает менее заметным выраженное утомление.

Большое значение в сохранении работоспособности и укреплении здоровья имеет организация учебно-воспитательного мероприятия также с учетом недельной и годовой динамики работоспособности. Например, *низкая работоспособность* в течение недели наблюдается *в понедельник и в пятницу, повышается работоспособность во вторник и среду, в четверг возрастает напряжение и снижается эффективность работы* (а для младших школьников четверг – это «своеобразное выключение» из деятельности).

В годовой динамике работоспособности период вработывания – примерно первые пять недель (до середины октября). Годовых спада работоспособности два – после двадцатого декабря, со второй декады февраля.

Виды работы, которые требуют значительно большего напряжения ребенка (контрольные работы, объяснение нового материала), следует планировать на время оптимальной работоспособности.

Уважаемый коллега, существует ряд параметров, на которые необходимо обратить внимание при организации урока и иных форм образовательного процесса.

1. Гигиенические условия в классе (кабинете).

Сюда относят чистоту помещения, температуру и свежесть воздуха, рациональность освещения класса и доски, нали-

чие/отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей и т.п.

1. Оптимальные параметры влажности воздуха в классной комнате – от 40 до 60% [5], допустимые – от 25 до 60% [6].
2. Температуру измеряют термометром в нескольких точках класса. Тепловой комфорт для школьника в классе или актовом зале обеспечивается при t от $+18^{\circ}$ до $+20^{\circ}$, в кабинете информатики – при t от $+19^{\circ}$ до $+21^{\circ}$ [5]. Допускается умеренное напряжение терморегуляции ребенка – при t от $+17^{\circ}$ до $+22^{\circ}$ [6], если это происходит эпизодически, то считается допустимым, так как способствует тренировке терморегуляционной системы.

2. Характеристика деятельности учителя в соответствии с принципами здоровьесберегающей педагогики.

Выбор видов учебной деятельности

Напомним, что к их числу относятся такие, как опрос, письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание наглядных пособий, ответы на вопросы, решение примеров, задач, практические занятия и др. Нормой считается 4–7 видов за урок [6]. Однообразность урока способствует утомлению школьников, как это бывает, например, при выполнении контрольной работы. Вместе с тем необходимо помнить, что частые смены одной деятельности на другую требуют от учащихся дополнительных адаптационных усилий. Это также способствует росту утомляемости. Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности ориентировочно должна составлять 7–10 минут на каждый вид [6].

Выбор видов преподавания и методов обучения

К видам преподавания относят словесный, наглядный, аудиовизуальный, самостоятельная работа и др. Норма – не менее трех видов за урок. Причем чередование видов преподавания должно происходить не позже чем через 10–15 минут [6].

Среди *методов обучения* приветствуется использование таких, которые способствуют активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся:

- методы свободного выбора (свободная беседа, выбор действия, его способа, выбор приемов взаимодействия, свобода творчества и т.д.);
- активные методы (ученики в роли учителя, обучение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар, ученик как исследователь и др.);
- методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки), и др.

Использование невербальных средств изменения Эмоционального состояния школьников

Советуем обратить внимание на то, какое выражение лица преобладает у вас, когда Вы ведете урок, к примеру: доброжелательное или недоброжелательное, угрюмое или улыбочивое. В целом урок можно считать неполноценным, если на нем не было эмоционально-смысловых разрядок: улыбок, уместных остроумных шуток, использования юмористических картинок, поговорок, афоризмов с комментариями, небольших стихотворений, музыкальных минуток и т.п.

Длительность применения технических средств обучения

Санитарные правила и нормы предписывают временные ограничения в работе с ТСО [5] (*в 1-2-ом классе непрерывный просмотр учебных фильмов, передач должен ограничиваться 15-20-тью минутами, в 3-4-ый классе – 20-тью минутами, 5-7-ом классе – 25-тью минутами, 8-11-ом классе – 30-тью минутами*). Следует отметить, что таким правилам сложно следовать в процессе обучения (особенно при современной оснащении учебного процесса), однако, к их соблюдению нужно (по возможности) стремиться, а утомление от работы с ТСО в каждом конкретном случае – оценивать по внешним признакам (покраснение глаз у учащихся, частая смена позы, повышенный шумовой фон в классе и проч.).

Проведение физкультминуток и физкультпауз

Эти виды деятельности сегодня являются обязательной составной частью урока и рекомендуемой – для иных учебно-воспитательных мероприятий. Необходимо обратить внимание на их содержание и продолжительность (норма [6] – *проведение физкультминуток на 15-ой и 35-ой минутах урока, продолжительность – одна минута, должны состоять из 3-х легких упражнений с 3-4 повторениями каждого*). Однако, данные нормативные предписания носят скорее рекомендательный характер и могут быть скорректированы в ходе урока по результатам наблюдения учителя за физическим состоянием учащихся.

Примерный комплекс упражнений для проведения физкультминуток содержится в Приложениях 2-3 Гигиенических требований к условиям обучения в образовательных учреждениях СанПиН 2.4.2-1178-02 [5]. Рекомендуемые упражнения могут варьироваться, заменяться схожими по назначению. Физкультминутка может также быть представлена в игровой форме (особенно для детей младшего школьного и младшего подросткового возраста).

В организации физкультминуток и физкультпауз обязательно учитывайте эмоциональный климат во время выполнения упражнений и наличие у школьников желания их выполнять. Помните: физкультминутки могут проводиться только в логике урока, на котором они используются и должны включаться в урок в те моменты, когда завершен разбор одного логического блока и вы планируете переходить к следующему. Любая двигательная активность, даже незначительная, требует переключения нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем. На это переключение требуется время, наиболее это характерно для детей с трудностями концентрации внимания [1]. Хотя именно эти дети в первую очередь нуждаются в проведении подобных пауз. Наиболее эффективно физкультминутки проходят и вписываются в урок при условии их системности (т.е. проведение осуществляется годами, начиная с младшего возраста). В противном случае учителю необходимо запастись терпением и проявить все свое педагогическое мастерство, чтобы это, безусловно здоровьесберегающее «нововведение», не срывало урок, серьезно нарушая дисциплину.

Использование возможностей любого учебного мероприятия для формирования культуры здоровья школьников

Советуем включать в содержательную часть урока и другие формы занятий: вопросы, связанные со здоровьем и здоровым образом жизни. При этом материал по здоровьесберегающей тематике должен органически встраиваться в содержание урока, не противоречить его целям и задачам.

3. Характеристика деятельности учащихся, свидетельствующая о правильности применения принципов здоровьесберегающей педагогики.

Позы учащихся

Во время проведения урока обращайтесь внимание на то, как сидит ученик. Нарушения осанки формируются как раз в школе! Поэтому мягко поправляйте учеников, сидящих неправильно (однако, это должно быть в разумных пределах, без акцентирования, без отвлечения от основных занятий).

Знаете ли вы, что степень естественности позы школьников может служить хорошим индикатором психологического воздействия педагога, степени его авторитаризма. Если дети на вашем уроке избыточно напряжены, как бы постоянно находятся «на старте», в ожидании требований, упреков, приказов, окриков (либо неестественно ровно держат спину, не двигаясь и не облокачиваясь на спинку стула, либо сильно сгорблены, «вжаты» в парту), значит, вы авторитарны. Находясь в такой ситуации, у школьников не только повышается уровень невротизации, который губительно отражается на их характере. Поэтому психофизический комфорт учеников на уроке – это важнейшее условие предупреждения их утомления.

Наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке

Благоприятный психологический климат на уроке, который служит одним из показателей успешности его проведения – заряд позитивных эмоций, полученных школьниками и самим учителем, – дополнительная «гирька» на чашу весов, определяющих позитивное воздействие школы на здоровье. И наоборот – наличие стрессов, хроническое психофизическое напряжение, продуцирование отрицатель-

ных эмоций и тому подобные проявления как со стороны педагога, так и со стороны учеников, свидетельствуют о преобладании на уроке здоровьеразрушающих тенденций.

Наличие микроконфликтов между учителем и учащимися

Если во время учебно-воспитательного мероприятия наблюдается открытое противодействие ученика и учителя из-за нарушений дисциплины, несогласия с отметкой, проявления дискомфортных состояний и т.д. – это показатель отступления от здоровьесберегающей педагогики. Важно вовремя предупредить такие эмоционально-негативные «всполохи», грамотно их нейтрализовать без нарушения работы всего класса,

И еще один совет. **Выстраивая образовательный процесс в здоровьесберегающем режиме, обращайте внимание на такие ключевые показатели анализа своих уроков, как:**

1. Итоговая плотность, т.е. количество времени, затраченное школьниками непосредственно на учебную деятельность. Рекомендуемые показатели – в диапазоне от 60% до 80% [6].
2. Момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности. Определяется он в ходе наблюдения за возрастанием двигательных и пассивных отвлечений школьников в процессе учебной работы. Норма – не ранее чем за 5-10 минут до окончания урока [6].
3. Темп и особенности окончания урока.

К нежелательным показателям относятся:

- неоправданно быстрый темп заключительной части, ее «скомканность»;
- отсутствие времени на вопросы учащихся;
- необходимость торопливой, практически без комментариев, записи домашнего задания;
- недопустима задержка учащихся в классе после звонка на перемену.

Желательно, чтобы завершение урока было спокойным, учащиеся имели возможность задать вопросы, педагог мог прокомментировать задание на дом, попрощаться со школьниками.

4. Интегральным показателем эффективности проведенного занятия можно считать состояние и вид учеников, выходящих с урока: на одном полюсе – спокойно-деловое, удовлетворенное, умеренно-возбужденное состояние школьников; на другом – утомленное, растерянное, агрессивное, фрустрированное, «взвинченное». Обратите внимание и на свое состояние, поскольку постоянное утомление, частые неврозы и подобные нежелательные проявления провоцируют развитие профессиональных деформаций и эмоциональное выгорание педагога.

Предлагаем список литературы, которая, на наш взгляд поможет вам, уважаемый коллега, грамотно организовать образовательный процесс с учетом возрастных и психофизиологических особенностей школьников.

1. Безруких М.М. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения. Руководство для работников системы образования. М., 2004.
2. Безруких М.М., Ефимова С.П. Знаете ли вы своего ученика? Пособие для студентов пединститутков, учащихся педучилищ и колледжей и родителей. М.: ИЦ «Академия», 1996.
3. Вайнер Э.Н. Методология и практика формирования здоровьесберегающей образовательной среды. Липецк, 2005.
4. Гигиеническая оценка условий обучения школьников / Н.В.Анисимова, Е.А.Каралашвили. М.: ТЦ «Сфера», 2002.
5. Гигиенические требования к условиям обучения в образовательных учреждениях: Санитарные правила и нормы СанПиН 2.4.2-1178-02 (утвержденные главным врачом Российской Федерации 25 ноября 2002 г., с 01 сентября 2003 г.) // Здоровье детей. 2002, №89. С.25-26.
6. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. М.: АРКТИ, 2005.