

Управление образования  
Администрации города Ижевска

Институт педагогики, психологии и социальных технологий  
Удмуртского государственного университета

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
Центр творческого развития «Октябрьский»



**МАТЕРИАЛЫ**

**ГОРОДСКОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ  
«СЛАГАЕМЫЕ ЗДОРОВЬЯ»**

Ижевск

2019

Управление образования Администрации города Ижевска  
Институт педагогики, психологии и социальных технологий  
Удмуртского государственного университета  
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
Центр творческого развития «Октябрьский»

## **СЛАГАЕМЫЕ ЗДОРОВЬЯ**

**МАТЕРИАЛЫ ГОРОДСКОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ  
КОНФЕРЕНЦИИ**

**Ижевск  
2019**

**УДК 37:796.07**  
**ББК 74.200.55я431**  
**С 485**

Научный редактор: Соловьев Г.Е., доцент кафедры педагогики и педагогической психологии Института психологии, педагогики и социальных технологий Удмуртского государственного университета, кандидат педагогических наук

Рецензент: Ишмуратов А.В.- доцент кафедры социальной работы Института психологии, педагогики и социальных технологий Удмуртского государственного университета, кандидат педагогических наук

**С 485      Слагаемые здоровья. Материалы городской научно-практической конференции//**Под научной редакцией Г.Е.Соловьева - Ижевск., Институт педагогики, психологии и социальных технологий Удмуртского государственного университета, МБОУ ДО ЦТР «Октябрьский» . 2019. 109 с.

В материалах раскрыты различные аспекты повышения профессиональной компетентности и обобщения педагогического опыта педагогических работников в области здоровьесбережения, а также привлечения учащихся к активному изучению проблем здоровья.

Материалы предназначены для педагогических работников учреждений общего, дополнительного и дошкольного образования, психологов, а также для всех, кто интересуется проблемами обучения и воспитания

© Удмуртский государственный университет.  
Институт педагогики, психологии  
и социальных технологий, 2019  
© МБОУ ДО ЦТР «Октябрьский», 2019  
© Соловьев Г.Е. Научная редакция, 2019

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Формирование здоровьесориентированной личности во внеурочной деятельности, в воспитательной работе, в дополнительном образовании</b> .....	5
<b>Корзникова Н.В.</b> Территория здоровья в учреждении дополнительного образования .....	6
<b>Осьминкина Ю.В.</b> Социальный проект «Школа здоровья» .....	13
<b>Мусатова Е.Д.</b> Артпрофилактика (из опыта работы классного руководителя) .....	18
<b>Губайдуллина Г.И.</b> Применение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе .....	23
<b>Морозов В.И.</b> Деятельность русской православной церкви по формированию здоровьесберегающего образовательного пространства .....	25
<b>Мышкина З.П.</b> Особенности влияния цвета на психику и настроение человека (конспект мастер-класса) .....	29
<b>Психолого-педагогическое и социальное сопровождение семьи и ребёнка в здоровьесберегающем образовательном пространстве на основе взаимодействия специалистов различных ведомств</b> .....	36
<b>Соловьёв Г.Е., Ахметова З.Р.</b> Биографический подход в формировании семейных ценностей у детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей .....	37
<b>Соловьёв Г.Е., Загребина С.А.</b> Преодоление трудностей социальной коммуникации у детей-сирот посредством сюжетно-ролевых игр .....	42
<b>Пителина М.Ф., Бокова И.В.</b> Психологические аспекты семейного воспитания как условие успешного становления здоровьесориентированной личности .....	49
<b>Суетина Л.Ю., Осипов Д.А.</b> Сохранение и укрепление психологического здоровья школьников .....	53
<b>Современные технологии в развитии физической культуры подрастающего поколения. Актуальные проблемы валеологической подготовки специалистов в области физической подготовки специалистов в области физической культуры и спорта</b> .....	56
<b>Фатыхов И.Р.</b> Влияние лечебных физических упражнений на состояние здоровья школьников .....	57
<b>Дмитриева Т.А.</b> Создание единой здоровьесберегающей среды в дошкольном образовательном учреждении посредством системы детской оздоровительной йоги .....	59
<b>Пермякова О.А.</b> Взаимодействие дошкольного образовательного учреждения и семьи в вопросах здоровьесбережения дошкольников .....	64
<b>Обучение и сопровождение детей с ограниченными возможностями здоровья в условиях образовательного учреждения. Практики инклюзивного образования</b> .....	68
<b>Наймушина Л.А.</b> Опыт логопедического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивной школы .....	

.....	69
<b>Култышева А.А.</b> Обобщение опыта работы по реализации проекта городской опорной площадки «Организация образовательного и социального пространства по работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья в условиях дополнительного образования «Стирая грани»	75
.....	75
<b>Князева А.Ю.</b> Изотерапия – исцеление через творчество	79
.....	79
<b>Исследовательские работы учащихся по формированию здоровьесберегающего образовательного пространства</b> .....	84
<b>Сидорова В.В., Барышникова А.С.</b> Биология без стресса	85
.....	85
<b>Кулагина А.О.</b> Радуга на тарелке	88
.....	88
<b>Игитян К.М.</b> Алюминиевая посуда: опасный враг или верный помощник?.....	93
<b>Вахрушева А.А., Шкаликова Я.В.</b> Формирование навыков здорового образа жизни у младших школьников через игровую деятельность.....	95
<b>Тарасова К.В.</b> Проблемы высокого каблука	98
.....	98

Одним из направлений деятельности учреждения, в частности администрации школы, является создание в педагогическом коллективе благоприятного психологического микроклимата, а также формирование сознательного и грамотного отношения к своему здоровью.

Необходимо повышать культуру здоровья педагогов как носителей социальных ценностей и наставников, обучающихся и их родителей в аспекте социализации процесса формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.

#### **Список литературы:**

1. Никифоров Г.С. «Психология здоровья»-СПб., 2009
2. Смирнов Н.К. «Здоровьесберегающие технологии и психология здоровья в школе» - М., 2006
3. Сборник материалов Городской НПК «Слагаемые здоровья» - Ижевск, МБОУ ДО ЦТР «Октябрьский», 2017г.
4. Федеральный закон «Об образовании в РФ» №273 – ФЗ от 29.12.2012г. с изменениями, 2018г.

**Морозов Валерий Иванович,**  
кандидат медицинских наук,  
доцент кафедры безопасности жизнедеятельности  
ФГБОУ ВО «УдГУ»  
[morozovvalery@mail.ru](mailto:morozovvalery@mail.ru)

#### **ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ РУССКОЙ ПРАВОСЛАВНОЙ ЦЕРКВИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА**

***Ключевые слова:** здоровьесберегающее воспитание, аддиктивные зависимости, здоровьесориентированная личность, духовно-нравственное здоровье, социальная концепция Русской Православной Церкви.*

Духовный и нравственный кризис, переживаемый нашим обществом, особенно остро затрагивает молодежную среду. Именно поэтому вопрос о духовно-нравственном здоровье молодых людей становится сегодня одним из главных вопросов современности. Без решения этого вопроса невозможно совершенствование образования, прогресс науки, развитие культурных и международных отношений.

В Основах социальной концепции Русской Православной Церкви подчёркнуто, что школа есть посредник между поколениями, передающий молодым людям ценности, накопленные за предыдущие эпохи. Задача приобщения молодежи к этическим принципам, актуальным для всех времен и восходящим к вечности, выходит сегодня на первый план в процессе школьного воспитания. Для ее осуществления требуется сотрудничество родителей, учителей, общественных объединений, органов государственной власти, религиозных организаций.

Воспитание нравственности должно стать столь же важной задачей, как передача знаний, говорит Святейший Патриарх Московский и всея Руси Кирилл. Однако в наше время мы наблюдаем, что образование склонно трактовать неоправданно узко, пытаясь исключить из него воспитательный момент. Не по этой ли причине многие родители испытывают тревогу, отправляя в школы своих детей? С другой стороны, ухудшение психологической атмосферы в учебных заведениях, где дети зачастую приобщаются к сквернословию и курению, а подростки «знакомятся» с алкоголем и наркотиками, в конечном счете, влияет и на само качество образовательного процесса.

В идеале вся система образования и воспитания молодёжи должна исходить из традиционных духовно-нравственных координат. Соотнося этот идеал со сложившимся к настоящему моменту положением дел, мы констатируем, что во многих курсах общественных и гуманитарных наук роль духовных ценностей в формировании здоровьесориентированной личности явно недооценивается.

Русская Православная Церковь считает нужным предостеречь от навязывания учащимся представлений, противоречащих традиционной этике. Сотрудничество молодёжных объединений, традиционных религиозных организаций, органов государственной власти призвано противодействовать проникновению в школу аддиктивных зависимостей (табакокурение, алкогольная и наркотическая зависимость).

Задачи совместной работы по воспитанию молодёжи должны определяться и решаться через системный диалог религиозных организаций, государства и общества. Сегодня в России уже широко распространилась и получила поддержку со стороны родителей и, что самое важное, самих детей, практика преподавания в школах основ религиозной культуры. Эта практика, которая основывается на принципе добровольности изучения любой из религиозных культур, нуждается сегодня в развитии и совершенствовании.

У традиционных религиозных организаций России и светской педагогики стоит одна задача: воспитать не только знающего,

работоспособного человека, но и полноценную личность, обладающую этическим измерением своих слов и дел, живущую осмысленно и одухотворенно, приносящую пользу не только себе, но и ближним, равно как и своему Отечеству.

Попытки оторвать процесс получения знаний молодым человеком от формирования его этических ориентиров препятствуют формированию духовно зрелой, гармонически развитой личности.

Творчество преподавателя немислимо без нравственного примера, лежащего в основе воспитания. Образование – высшее, среднее и начальное – становится полноценным и качественным только тогда, когда базируется на фундаменте традиционных, вечных духовно-нравственных ценностей.

На протяжении веков российская цивилизация развивалась как сложное сообщество наций и культур, органично дополняющих и обогащающих друг друга. Однако сегодня, при отсутствии полноценного здоровьесберегающего воспитания, молодёжь всё чаще втягивается в зависимости, разрушающие собственное здоровье.

Создание полноценных структур, занимающихся трезвеннической и оздоровительной работой на местном и региональном уровнях, создаст предпосылки для качественной, квалифицированной реабилитации молодёжи, попавшей в алкогольную или наркотическую зависимость.

С этой целью молодежные организации, общественные объединения, религиозные общины призываются к активному сотрудничеству со школой, средствами массовой информации, правоохранительными органами. Это поможет остановить криминализацию молодежной среды, порождаемую алкогольной и наркотической зависимостью. Лучшей формой предотвращения нарушений закона, насилия и жестокости является демонстрация духовных преимуществ нравственного образа жизни, как отмечается в Основах социальной концепции Русской Православной Церкви.

Мы уже неоднократно отмечали то, что наркомания и алкоголизм неизбежно приводят к криминализации молодежной среды, ведущей молодых к нравственному разложению и физической гибели. Врачевание этих болезней, одновременно являющихся и тяжкими социальными недугами, является не только государственной, но и общественной задачей. Нам сегодня нужно с особенной решимостью остановить тех, кто спаивает молодёжь и приучает ее к наркотикам. Важнейшей задачей всей творческой интеллигенции должно стать аргументированное и безальтернативное развенчание психологических установок, романтизирующих алкоголизм и наркоманию в создаваемых ими художественных произведениях.



Такая пропаганда будет эффективна лишь в том случае, если молодой человек, употребляющий алкоголь или наркотики, станет чувствовать себя не «продвинутым тусовщиком», а тем, кем он является на самом деле: человеком, разрушающим свою личность, губящим свое здоровье, сползающим в темный мир криминала, приносящим горе родным и близким.

Подобно алкоголизму и наркомании, молодёжная преступность имеет не только духовные, но и социальные корни. Структуры гражданского общества, выступающие хранителями традиционных моральных устоев, должны оказать поддержку инициативным группам, работающим с молодыми людьми, относящимися к «группе риска».

Заповедь «не убий» лежит в основе традиционной этики, базирующейся на духовно-нравственных ценностях. Алкоголизм, наркомания, преступность появляются там, где царят духовная пустота и отсутствие жизненных перспектив. Лишь согласованными усилиями государства, общества, религиозных объединений можно реабилитировать молодёжь, попавшую в социальную «группу риска».

Найти свой путь в жизни, обрести смысл и гармонию бытия молодым людям помогает добровольческое движение, поддержка инициатив, направленных на благо человека и общества. Волонтерство – это осознанный выбор, который способствует личностному росту, расширению профессиональных навыков и кругозора, милосердному отношению к ближнему. Опыт показывает, что через какое-то время волонтеры начинают сами выступать организаторами и идейными вдохновителями социальных проектов.

Рано или поздно человек убеждается, что нравственные постулаты имеют такую же неотвратимую силу, как законы физики или математические аксиомы. Если это происходит на пороге вступления во взрослую жизнь, то выигрывает все общество.

Промысел Творца закрепляет за каждым поколением, вступающим в жизнь, за каждой личностью собственную уникальную миссию, которую невозможно ни отнять, ни повторить. Осведомленность об этой миссии является мощнейшим инструментом утверждения собственного «я» и одновременно делает человека альтруистичным, поскольку он понимает, что другие его современники наделены собственной, неповторимой судьбой.

Поднявшись на этот уровень мотивации, молодой человек становится глубоко ответственным перед собой и обществом. Только такой подход способен оторвать его от состояния инфантилизма, которое препятствует рождению полноценной личности и гражданина.

Чтобы занять достойное место в мире, наша страна нуждается как в инновационном развитии, так и в нравственном обновлении. Нынешнему молодому поколению предстоит решать эти задачи одновременно. Именно поэтому одинаково необходимы как материальная, так и духовная поддержка. Лишь достигнув гармонии в этом, оно сможет войти в историю как новое поколение, с которого будут брать пример другие, и на которое будут равняться потомки.

**Мышкина Зоя Павловна,**  
социальный педагог МБОУ  
«Гуманитарно-юридический лицей №86»  
[myshkina.zoya@yandex.ru](mailto:myshkina.zoya@yandex.ru)

## **ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ ЦВЕТА НА ПСИХИКУ И НАСТРОЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА (конспект мастер-класса)**

*Ключевые слова: цветотерапия, цветодиагностика, хроматический круг Иттена.*

Цель: расширение знаний о роли цветотерапевтического воздействия на жизнь человека.

Задачи:

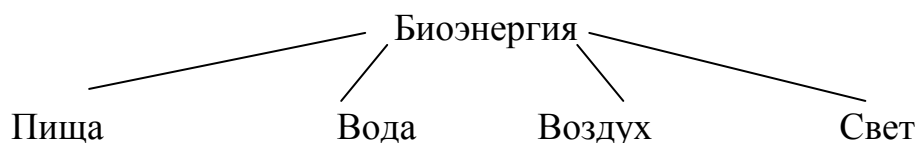
1. Познакомить с историей цветотерапии и хроматическим кругом Иттена.
2. Дать характеристику цветов (презентация).
3. Провести цветодиагностику.

Ход занятия.

*Знакомство друг с другом. Все вместе собираем, составляем, создаем весенний букет, ветку сакуры. Приклеить, прицепить цветок, посмотреть, полюбоваться.*

*- Жизнь. Что это такое? Пожалуйста, дайте определение.  
(Отвечают)*

Жизнь – это особая энергия.



Цвет — это свет, без которого немислимо наше существование. Мы видим мир в красках и считаем цвет постоянным явлением. Трава зелёная, а