

# МЕТОДИЧЕСКИЙ ВЕСТНИК

Газета городского методического объединения учителей начальных классов  
и воспитателей детского сада ЗАТО Шиханы



№ 1 Сентябрь 2009 г.

*С Днём Знаний!*

*Каникулы кончаются —  
Дней отдыхали много...  
Друзья опять встречаются  
у школьного порога  
окрепшими, здоровыми!  
Хвала лесным походам...  
Со знаниями новыми!*

*И —  
с Новым  
учебным годом!!!*



# Уроки разные - тема одна

Известно, что здоровье человека на 50-55% зависит от его образа жизни, уровня культуры личности.

Анализ учебно-методического комплекса школьных предметов свидетельствует о недостаточной ориентации их содержания на культуру здоровья человека. Поэтому необходимо каждому педагогу творчески подойти к отбору текстов для чтения, диктантов, изложений, разработки заданий, упражнений, тем сочинений, творческих работ и исследовательских проектов по проблемам культуры здоровья.

На уроках русского языка я провожу изложения и сочинения на темы: «Что такое здоровье», «Что может человек – что могу я?», «А мир прекрасен, если ...», «Мое поведение и мое здоровье» и т. д. Так, в процессе формирования на уроке русского языка культуры здоровья школьников использую свободные диктанты.

## «Сильные, ловкие»

День начинается в нашей стране. Солнышко встает. Бодростью на весь день заpastись нужно в работе, в учебе, на службе военной. Встал рабочий, открыл форточку, сделал зарядку. Легко после зарядки идти на работу.

Стоит военный корабль у берега. Играет горнист подъем. Выбежали матросы на палубу. Хорошо после сна пробежаться! Палуба не поле. Море кругом – не разбежишься. Легко дышится, крепнут мускулы.

На далекой границе в этот час вышли пограничники на зарядку. Солнышко еще за лесом, от реки холодком тянет.

Разбудило солнце ребят в детском саду. Малыши тоже зарядку делают. Большим и маленьким нужно быть здоровыми, ловкими, сильными.

## «Зеленая аптека»

В лесу, в поле вы попадаете в зеленую аптеку. Вот стебелек сорняка. Это пастушья сумка. Семена этого растения созревают в коробочках. В них – ценное лекарство. Оно останавливает кровь. На пустырях растет ядовитая белена. Из листьев ее делают лекарство от боли.

На лугах много валерианы. Из корней ее готовят капли. Из цветов ландыша тоже делают капли. Они помогают при болезнях сердца.

## «Зарядка»

Стоит теплая погода. Школьники вышли на зарядку. Бодрой походкой идут они на площадку.

Учитель дает команду: «Руки вперед! Руки в стороны! Руки назад!» Зарядка нужна для здоровья.

Полезными для учащихся с точки зрения знаний о здоровье будут *грамматические*

*упражнения*. К примеру, при изучении темы «Неопределенная форма глаголов» предлагаю ученикам следующие упражнения.

## «Что полезно для здоровья»

Ложиться спать. Чаще мыться. Кататься на лыжах. Заниматься физкультурой. Обтираться по утрам водой. Кататься на коньках. Купаться в реке.

Развитию познавательного интереса к проблемам здорового образа жизни способствует и чтение специальной и художественной литературы. На уроках литературного чтения и внеклассного чтения использую специально подобранные стихи, сказки, рассказы.

Вот небольшой список литературы:

- Коростелев Н.Б. 50 уроков здоровья для маленьких и больших;
- Стреньова И.Я. Я – человек, ты – человек.
- Коростелев Н.Б. Шаг за шагом: твой календарь здоровья;
- Баль Л.В., Ветрова В.В. Букварь здоровья;
- Семенова И.А. Учусь быть здоровым, или Как стать неболейкой;
- Татарникова Л.Г. Я и мое здоровье.

При проведении урока окружающего мира во втором классе путешествуем с учениками по стране Здоровячков. При этом помогают игровые приемы с участием сказочных персонажей, создание ситуаций выбора, включение детей в творческую вербальную деятельность. После знакомства с доктором «Здоровая пища» ученики убеждаются в необходимости разнообразного и рационального питания. Раскрываю еще один секрет приготовления пищи: «Брось в нее немножко любви, чуть-чуть добра, капельку радости, кусочек нежности. Эти витамины придадут необыкновенный вкус любой пище и подарят здоровье».

С целью профилактики табакокурения разыгрываю с детьми сценки по сказке С. Михалкова «Как медведь трубку нашел», по стихотворению «Цапля-курильщица». Так, после исполнения сценки «Режим дня» дети становятся сторонниками правильного чередования труда и отдыха, улучшающего работоспособность. Можно проводить уроки в форме путешествий по городу Здравейску с остановками «Движение – это жизнь», «Секреты успеха», «В гостях у доктора Чистюлькина», «Наш Дом Моделей», где учащиеся знакомятся с гигиеническими правилами выбора одежды. На остановке веселые повара ребята узнают о правилах рационального питания, а на остановке «Станем неболейками» - о смысле и методах закаливания организма.

Считаю, что комплекс школьных предметов при соответствующей направленности учителей позволит сформировать у ребенка ценностное отношение к здоровью и свой путь к здоровому образу жизни.

**Махранова Е.В.,  
учитель начальных классов  
МОУ «СОШ №12 ЗАТО Шиханы»**

# Научить учиться

Ведущей тенденцией современного образования является ориентация на личностное развитие ребёнка. Это означает, что процесс обучения должен быть направлен на формирование у младших школьников умения учиться, а сознание ученика – на собственную учебную деятельность. При таком подходе развитие ребёнка характеризуется появлением у него рефлексивных навыков. Как же организовать урок, чтобы стимулировать рефлексию учащихся?

Мой класс состоит из учеников с неодинаковым развитием и степенью подготовленности, разным отношением к учению, разными интересами, поэтому обучение необходимо сделать вариативным с учётом индивидуальных особенностей детей. Важно, чтобы каждый ученик работал в полной мере своих сил, чувствовал уверенность в себе, ощущал радость учебного труда, сознательно и прочно усваивал материал, продвигался в личностном развитии.

Деятельностный подход, используемый мною на уроках, помогает ученикам осознавать не *что* они делают, а *как* они делают, ведь правильные действия приводят к качественному результату. В начале урока перед изучением нового материала дети определяют границы своего знания-незнания (с помощью информационного теста), используя обозначения:

+	- знаю
?	- сомневаюсь
!	- интересно узнать, новое для меня
-	- не знаю

После чего каждый ставит перед собой цель на уроке, выбирает способы её достижения, уже исходя из собственных возможностей. Дифференцированную работу на уроках провожу в «зонах». Каждый ребёнок выбирает для себя, в какой зоне он будет сегодня работать, в «зоне сомнений» или «зоне достижений». В конце урока ученик соотносит свой результат с поставленной целью, достиг ли он цели, и почему, по каким причинам не смог этого сделать.

Такую работу провожу с 1 класса. В 3-4 классах использую памятки, которые помогаю формировать рефлексивные навыки. Например:

*Моя цель на уроке:*

1. Закрепить теоретические сведения на уроке.

2. Правильно писать окончания прилагательных.

3. Учиться определять род, падеж, число прилагательных.

4. Узнать для себя что-то новое, расширить свои знания.

5. Успешно справиться со всеми заданиями.

6. Выявить трудности по данной теме.

7. Правильно оценить свою работу и работу одноклассников

При подведении итога урока:

1. Научился... (мне больше всего удалось, не удалось, за что можешь себя похвалить, что было важным)

2. Было интересно ...

3. Было трудно ...

4. Какая форма работы понравилась: самостоятельная, в паре, в группе?

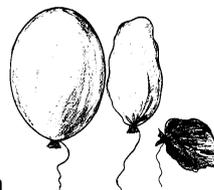
5. Моё настроение в конце урока (изменилось, не изменилось, какое, почему, доволен ли я своей работой...)

В 1 классе, кроме «волшебных линейчек» использую и другие методы рисуночной рефлексии. Дети оценивают себя в начале и в конце урока.

1. Дети рисуют облако. Если весь урок чувствовал себя уверенно, нарисовать солнце, если нет, дождь.

2. На дереве дорисовать листики в соответствии со своими ощущениями (цвет, количество, размер)

3. Нарисованы три воздушных



шарика . Раскрасить тот, с которым можешь себя сравнить.

4. Выбрать картинку с соответствующим лицом человека (мимика передаёт внутреннее состояние).

5. Нарисуй, кем ты себя ощущал – кошкой или мышкой.

6. Если ученик не понял материал, рисует себя на земле, если понял не всё или были проблемы – в ракете, если хорошо понял – в космосе.



7. Отметить то зонт, по которым себя ощущал.

Такая работа позволяет подводить ученика к предстоящей деятельности с учётом достигнутых успехов, ученику самостоятельно определять содержание очередного этапа работы, активизировать внутренний потенциал ученика, формировать навыки самоконтроля и самооценки.

**Несмеянова И.А.,  
учитель начальных классов  
МОУ «СОШ №12 ЗАТО Шиханы»**

# Ребенок пошел в школу...

Поступление в школу – переломный момент в жизни каждого ребенка, который характеризуется возникновением новой социальной позиции: ребенок становится учеником, т.е. участником учебной деятельности, которая требует большого напряжения сил, воли, интеллекта. При этом родителям не стоит забывать, что первоклассники остаются очень эмоциональными, обладают повышенной возбудимостью, поэтому быстро утомляются, их внимание очень неустойчиво, а поведение во многом зависит от внешней ситуации. Новая, непривычная обстановка в школе не на всех действует одинаково: у кого-то возникает психологическое напряжение, кто-то реагирует физическим напряжением, что может сопровождаться нарушением сна, аппетита, ослаблением иммунитета. Если это не брать во внимание, тогда может ухудшиться работоспособность, пропасть интерес к обучению. Если же мы с вами учтем новое положение детей, их возрастные особенности, применим немного изобретательности, то наши дети очень спокойно преодолеют период адаптации к школе.

Нельзя забывать, что игровая деятельность у 6-7-летних детей еще не переросла в учебную и остается ведущей на протяжении всего периода адаптации. Больше всего на свете ребенку хочется отложить в сторону свои учебники и поиграть со своими любимыми игрушками. Так давайте не забывать о том, что игра – это не только забава, но проекция собственного социального опыта, приобретаемого в реальной жизни. Какую роль играет игра в жизни ребенка? Насколько она важна для интеллектуального и эмоционального становления ребенка? Может ли игрушка помочь ребенку преодолеть трудности общения со сверстниками и неудачи учебного плана?

**Игра формирует все, что необходимо для полноценного развития личности. В играх ребенок развивается как активный деятель: он определяет замысел и воплощает его в игровом сюжете.**

Самостоятельность, активность, саморегуляция – важнейшие черты свободной игровой деятельности. Игры ребенка – важный показатель его общего развития. Если ребенок пассивен, не проявляет интереса к играм, если они стереотипны и примитивны по содержанию – это серьезный сигнал неблагополучия в развитии ребенка и неутешительный прогноз для его школьного обучения.

Отставание в учебе нередко связано с низким уровнем развития произвольности поведения, неумением поддерживать внимание, осуществлять элементарный самоконтроль. Поэтому у первоклассников четвертый урок проходит в нетрадиционной форме: экскурсия, урок-путешествие, викторина, игра. И педагогам необходимо научить ребенка играм, вырабатывающим у него способность следовать

правилу, управлять своим вниманием, памятью и контролировать действия.



Хочу предложить своим читателям некоторые игры, которые я использую на своих уроках.

## 1.Игра «Хорошо-плохо»

В этой игре предмет нужно рассмотреть с разных точек зрения. Одна команда ищет его положительные стороны, другая – отрицательные.

Например, собака.

- |    |                              |
|----|------------------------------|
| I  | команда                      |
| II | команда                      |
| ☺  | верный друг                  |
| ☹  | надо кормить                 |
| ☺  | можно поиграть               |
| ☹  | необходимо выгуливать        |
| ☺  | можно положить с собой спать |
| ☹  | мыть лапы                    |

и т.д.

Побеждает та команда, чье высказывание будет последним.

## 2.Игра «Аукцион»

Показывается любой предмет, например, карандаш. Необходимо назвать его характеристики по назначению и по внешнему виду.

По назначению: рисовать, чертить, грозить, стучать, вертеть, писать, бросать и т.д. По внешнему виду: желтый, деревянный, длинный, острый, непрочный, ребристый и т.д.

## 3.Игра «Что я загадал?»

Загадывается предмет. Команды по очереди задают вопросы:

-Это предмет? Он живой? И т.д.

Выигрывает та команда, которая первой отгадает загаданный предмет.

## 4.Игра «Да» и «Нет» не говори»

Необходимо ответить на вопрос развернутым ответом:

-Вы ходите в детский сад? Вы живете в Африке? Вы ели черное мороженое? Вы умеете летать? Ночью солнце светит? Волк боится зайца? Вы любите ходить к врачу? И др.

## 5.Игра «Кого не стало»

Высаживаются игрушки ( до 10 предметов). Ребенок внимательно смотрит на них. Затем одна игрушка убирается. Ребенок должен назвать, какой игрушки не хватает.

## 6. Игра «Потерянные вещи»

Педагог: В большом городе живут рассеянные люди. Они часто теряют разные вещи и забывают их названия. Но в городе есть Бюро Находок. Человек может обратиться туда, но ему нужно точно рассказать о том, какая это вещь. Например: У меня потерялся голубой, в горошек,

с черной ручкой, длинный, под которым можно спрятаться от дождя».

Рассмотренные игры позволяют в увлекательной форме развивать у детей ценные для школьного обучения качества: внимание, самоконтроль, наблюдательность, сообразительность, речь. Не надо превращать игры в подобие занятия, главное здесь – искреннее, живое, эмоциональное общение родителей и детей.

#### **7.Игра «Повтори быстро»**

Ведущий договаривается с играющими, что они повторяют за ним любые слова только тогда, когда он произносит слово «повторите». Далее идет быстрый диалог: Повторите – «стол». Играющие говорят: «стол». Повторите – «окно». Играющие говорят: «окно». Скажите - «улица», быстро- «кошка», вслух- «дым» и т.д. Тот, кто ошибся, выходит из игры.

#### **8.Игра «Вспомни, не глядя»**

### *Психологическая служба*

# Психологическая диагностика готовности детей к школе

В сентябре месяце 2009 года закончилась диагностика психологической готовности детей к школе учащихся 1-а и 1-б классов в количестве 54 человек.

В нашей школе данная диагностика проводится в условиях индивидуального обследования, чтобы минимизировать наличие отвлекающих факторов.

Такая форма проведения позволяет более точно и объективно оценить работу ребенка.

Медлительность при выполнении задания, неуверенность в ответах не может повлиять на оценку его возможностей. Однако, можно отметить сразу в процессе выполнения заданий поведенческие особенности и уровень произвольной регуляции ребенка.

Такой подход к ребенку в ходе обследования помогает выявлять тот потенциал возможностей первоклассника, который не всегда сразу проявится у него в учебной деятельности по ряду причин: неуверенность, страх, медлительность, отвлекаемость, расторможенность...

Результаты обследования показывают, что наибольшую трудность у детей вызывают задания на определение причинно-следственных логических связей и субтесты, где предполагается умение ребят построить связный последовательный рассказ или объяснить, доказать сделанный выбор. Т.е. дети легче справляются с тестами на невербальное

Внезапно, никого не предупреждая, проведите с ребенком соревнование, кто точнее скажет, сколько картин на стене, какие занавески на окне в классе, какой рисунок на обоях, кто выше – Коля или Витя и т.д.

Закончить свою статью мне хочется словами А.Эйнштейна: «Теоретическая физика – это детские игрушки по сравнению с игрой». Поэтому учитесь играть сами и учите играть своего ребенка и играйте на здоровье!

**Беляевская Т.Я.,  
учитель начальных классов  
МОУ «СОШ №12 ЗАТО Шиханы»**

мышление, а объяснять *правильно* выполненное логическое задание (вербальное мышление) – затрудняются.

При изучении интеллектуального компонента психологической готовности к школе акцент делается не на сумму усвоенных ребенком знаний, а на уровень развития интеллектуальных процессов. То есть ребенок должен уметь не только выделять существенное в явлениях окружающей действительности, уметь сравнивать их, видеть сходное и отличное, но он должен научиться рассуждать, находить причины явлений, делать выводы.

В основу заданий на определение невербального мышления положена одна из основных мыслительных операций — операция обобщения, и классификация занимает большое место в мыслительной деятельности дошкольника, поскольку именно в этот период ребенок получает основные знания о предметах и явлениях окружающей жизни. И наши первоклассники в школе справились с этим видом работы.

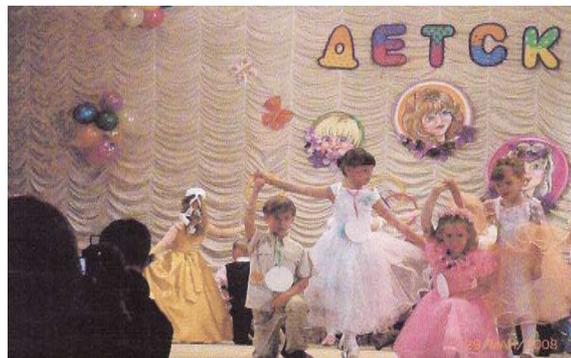
В целом, к обучению в школе готовы:

Класс	Готовность
1а	100 %
1б	96%

**Богатикова Л.А.,  
педагог-психолог  
МОУ «СОШ №12 ЗАТО Шиханы»**



# Влияние музыки на психику ребёнка



Музыка обладает сильным психологическим воздействием на человека. Она влияет на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет или, наоборот, будоражит, возбуждает), вызывает различные эмоциональные состояния (от умиротворённости, покоя, гармонии до беспокойства, подавленности или агрессии).

В связи с этим важно обратить внимание на то, какую музыку слушаете вы и ваши дети. Возбуждающая, громкая музыка, выражающая агрессивный настрой, лишает человека (и взрослого, и ребёнка) состояния уравновешенности, спокойствия, а при определённых условиях (например, на рок-концертах) побуждает к разрушительным действиям. Особенно противопоказана такая музыка гиперактивным, расторможенным детям со слабым контролем, т.к. она усиливает проявления отрицательных свойств в поведении ребёнка. Спокойная музыка, вызывающая ощущения радости, покоя, любви, способна гармонизировать эмоциональное состояние как большого, так и маленького слушателя, а также развивать концентрацию внимания.

Музыку можно использовать перед сном, чтобы помочь с трудом засыпающему ребёнку успокоиться и расслабиться. Когда ребёнок ляжет в постель, включите спокойную, тихую, мелодичную, мягкую музыку и попросите его закрыть глаза и представить себя в лесу, на берегу моря, в саду или любом другом месте, которое вызывает у него положительные эмоции. Обратите внимание ребёнка на то, как расслабляется и отдыхает каждая часть его тела.

Ещё с древних времён люди заметили, что человеческий голос и звук вообще обладают сильным воздействием. Так, звук восточного духового инструмента панги вводит змею в состояние, подобное гипнозу. Вибрации человеческого голоса в одном случае имеют лечебное действие (что издавна использовалось народными целителями), а в другом – причиняют человеку вред.

Речь человека является сильнейшим фактором воздействия, как на окружающих, так и на самого говорящего. Наше внутренне состояние, наши мысли, отношение к миру проявляются в содержании речи и в её интонационной окраске. А то, что мы говорим и как это произносим, в свою очередь, откладывает отпечаток на психологическом состоянии слушающего, влияет на наши отношения с ним. Например, грубый, резкий голос взрослого может вызвать у ребёнка, сильный испуг и состояние

оцепенения. Постоянно раздражённый, недовольный голос говорящего порождает у слушателя ощущение, что его любят и не принимают как личность. А отказ в чём-либо, произнесённый спокойным, мягким, сочувствующим голосом помогает ребёнку легче примириться с неудовлетворённостью его желания.

**Кузнецова Н.Г.,  
музыкальный руководитель  
детского сада №1 ЗАТО Шиханы**

*В записную книжку учителя*

## Подвижные перемены

Вот и лето прошло! Школьный звонок прозвенел, и детвора вновь садится за парты. Перестроиться с летнего режима на напряжённый ритм учебного дня для большинства ребят совсем не просто. А у некоторых детей период адаптации к школе после летних каникул может затянуться до двух месяцев. На этом сложном для детского организма этапе необходимо правильно выстраивать режим учебного дня, чередовать учебные нагрузки с отдыхом, проводить физкультурные паузы во время занятий, организовывать подвижные перемены.

Правильная организация и проведение динамических подвижных перемен содействуют лучшему восприятию учебного материала, улучшают физическое развитие учащихся, воспитывают волевые качества.

Цель подвижной перемены – повысить или удержать умственную

активность детей, обеспечить отдых, когда значительную нагрузку испытывают органы зрения и слуха, мышцы туловища и кисти работающей руки.

В комплекс подвижной перемены включаю малоподвижные игры и развлечения.

Приведу примеры игр, используемых мною на переменах. Они, конечно, знакомы нам с детства и очень нравятся моим ученикам.

### 1. Мяч по кругу

Играющие стоят по кругу лицом к центру на расстоянии одного шага друг от друга и передают мяч вправо или влево. Но обязательно соседу. Входящий, находится за кругом, старается коснуться мяча, не задевая играющих. Тот, у кого он коснётся мяча, становится водящим. А водящий занимает его место.

### 2. Птицы и клетка

Играющие образуют два круга: внутренний круг- это клетка. Внешний птицы. Клетка движется указанным способом влево, а птицы летят вправо. По сигналу клетка останавливается и все, образующие её, поднимают сцепленные руки вверх. Птицы пролетают в клетку и вылетают из неё. По второму сигналу клетка захлопывается; игроки внутреннего круга приседают и опускают руки вниз. Птицы, оказавшиеся в клетке, присоединяются к игрокам внутреннего круга и помогают им ловить оставшихся птиц при повторении игры.



### 3. Удочка

Играющие стоят по кругу. Водящий, стоит в середине круга, крутит верёвочку с мешком на конце так, чтобы мешочек поднимался на 10-15 см от пола. По команде все начинают прыгать через верёвочку. Задев её получает штрафное очко. Выигрывают те дети, которые получили меньшее число очков за 8-10 кругов.

### 4. Не ошибись

Учитель стоит с детьми в круге и предлагает выполнить за ним различные движения, кроме заранее запрещённых. Тот, кто ошибается, получает штрафное очко. Выигрывают дети, не сделавшие ошибок.

### 5. Музыкальная палочка

Дети стоят по кругу. В центре круга – водящий. Под музыку дети передают за спиной палочку так, чтобы водящий не видел её. Как только музыка остановится, водящий должен узнать, у кого палочка. Если он узнал, дети меняются местами.

### 6. Совушка-сова – большая голова

Водящий – совушка сидит в гнезде (небольшой круг, начерченный в углу площадки). После слов учителя «День наступает – всё оживает» дети начинают ходить и бегать по площадке, изображая бабочек, птичек. Жуков. После слов «Ночь наступает – всё замирает» играющие останавливаются и замирают. Вышедшая из гнезда совушка уводит тех, кто шевельнётся. Когда останутся два-три играющих, игра заканчивается. Назначают новую совушку, и игра повторяется.

### 7. Пустое место

Играющие стоят по кругу. Водящий идёт за кругом, дотрагивается до плеча одного из играющих и бежит по кругу. Тот, до кого водящий дотронулся, бежит по кругу в обратную сторону. Стремясь быстрее водящего занять своё место. Оставшийся без места водит.

### 8. Городки

Несколько играющих встают по кругу и берутся за руки. В круге стоят 3 городка. Продвигаясь по кругу влево или вправо, играющие стараются заставить своих соседей задеть ногой хотя бы один из городков. Играющие прыгают через городки, стараются их обойти. Задевший выбывает из игры. Побеждают трое оставшихся.

*Ильясова Г.В.,  
учитель начальных классов  
МОУ «СОШ №12 ЗАТО Шиханы»*

# 11 сентября в СОШ №12 проходил День Здоровья



Тираж: 50 экземпляров

**Ответственные за номер:  
Махранова Е.В., Несмеянова И.А.**