

**З. И. Тюмасева
И. Л. Орехова
Е. Б. Быстрой**

**ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ
АСПЕКТЫ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ
УЧИТЕЛЕЙ К ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ
С ДЕТЬМИ В ЛЕТНИХ ЛАГЕРЯХ**

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)
Южно-Уральский научный центр Российской академии образования

З. И. Тюмасева
И. Л. Орехова
Е. Б. Быстрой

ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ
АСПЕКТЫ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ
УЧИТЕЛЕЙ К ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ
С ДЕТЬМИ В ЛЕТНИХ ЛАГЕРЯХ

Монография

Челябинск

2021

УДК 373.04 : 613.4 : 378
ББК 74.200.555 : 51.204 : 74.480.26
Т 98

Т-98 Тюмасева, З. И. Теоретико-практические аспекты готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях : монография / З. И. Тюмасева, И. Л. Орехова, Е. Б. Быстрой ; Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет. – [Челябинск] : Южно-Уральский научный центр РАО, 2021. – 237 с. – 500 экз. – ISBN 978-5-907284-93-7. – Текст : непосредственный + изображение (неподвижное).

ISBN 978-5-907284-93-7

Данная монография явилась результатом многолетней работы по формированию готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в загородном летнем лагере, который является самым массовым типом внешкольных организаций в нашей стране. Дни, проведенные ребенком в лагере, могут стать интересными и полезными, если студенты будут готовы вести профессионально грамотно оздоровительную и экологическую работу с детьми.

Предназначена для преподавателей, студентов, аспирантов, а также учителей общеобразовательных организаций, которые заинтересованы в проведении здоровьесберегающей работы с обучающимися, приобщая их к разумному взаимодействию с природой.

Рецензенты:

Л. И. Пономарева, доктор педагогических наук, профессор ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет»

Ю. Г. Ламехов, доктор биологических наук, профессор ФГБОУ ВО «Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет»

ISBN 978-5-907284-93-7

© Тюмасева З. И., Орехова И. Л., Быстрой Е. Б., 2021

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	6
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ К ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ В ЛЕТНИХ ЛАГЕРЯХ	11
1.1. Состояние проблемы формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях	11
1.2. Модель формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях	16
1.3. Педагогические условия эффективной реализации модели формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях	36
Выводы по первой главе	56
ГЛАВА 2. ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ Тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях	59
2.1. Общая характеристика педагогического исследова- ния проблемы тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях	59
2.2. Педагогическая эффективность модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях	63
Выводы по второй главе	74
ГЛАВА 3. СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ В ГЕРМАНИИ И ДРУГИХ СТРАНАХ ЕВРОПЫ	76
3.1. Ретроспективный анализ проблем организации досуга, каникулярного отдыха и его различных моделей в Германии и других странах западной Европы в XVIII–XX вв.	76

3.2.	Каникулярные лагеря и подготовка супервайзеров в Германии на современном этапе развития общества	96
ГЛАВА 4	ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ К ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ В ЛЕТНИХ ЛАГЕРЯХ	103
4.1.	Подготовка студентов к прохождению практики в летних оздоровительных лагерях	103
4.2.	Организация и проведение практики по формированию экологической культуры и любви к природе у обучающихся в летних оздоровительных лагерях	106
4.2.1.	Организационные моменты перед практикой в летних оздоровительных лагерях	107
4.2.2.	Прогулки на природу	113
4.2.3.	Если ты оказался Робинзоном. Помоги себе сам	154
4.2.4.	Эколого-валеологические занятия с детьми, когда за окном дождь	170
	ЗАКЛЮЧЕНИЕ	220
	БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	225

ВВЕДЕНИЕ

Проблема сбережения и укрепления здоровья подрастающего поколения является в современной России стратегическим ориентиром обновления образования на всех уровнях. В государственных документах за последние десять лет: Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 02.03.2016 № 46 – ФЗ); Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от (02.12.2019 № 399-ФЗ) и др. отмечается, что возрастает потребность в компетентных специалистах, которые смогут овладеть системами и средствами ведения оздоровительной работы на всех уровнях образования, а также осознавать, что здоровье является наивысшей ценностью и благополучием любого общества.

Оздоровительная работа в любой образовательной организации должна быть систематической, грамотно и научно выстроенной. Для ее осуществления можно использовать летние оздоровительные лагеря, где природные средства будут наиболее эффективными для оздоровления детей, подростков, а также взрослых.

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что проблема формирования готовности педагогов к оздоровительной работе многими учеными осознается как приоритетная и педагогическая.

В последние двадцать лет появляются интересные исследования, направленные на поиски методов, средств сохранения, укрепления здоровья обучающихся в условиях образовательного процесса (Н.П. Абаскалова, В.Ф. Базарный, Н.С. Гаркуша, В.Н. Ирхин, Н.Н. Малярчук, Т.Ф. Орехова, И.Л. Орехова, Н.В. Третьякова, З.И. Тюмасева и др.). Многие исследователи решение данной проблемы видят в том, чтобы создать в образовательных организациях валеологические кабинеты, в которых будет осуществляться релаксация, фитотерапия, массаж, лечебная физкультура и т.д. Однако, Э.Н. Вайнер, С.Д. Деря-

бо, Ф.Л. Доленко, А.И. Федоров и др. отмечают, что сбережение, укрепление здоровья детей, это прерогатива систематического физического воспитания, поэтому необходима модернизация образования, а также ее оптимизация. Таким образом, анализ имеющихся научных исследований в области здоровьесбережения, здоровьесберегающего и здоровьесберегающего образования показал, что бесспорно они полезны и играют важнейшую роль в сохранении и укреплении физического здоровья обучающихся. К сожалению, существенных изменений положения дел со здоровьем подрастающего поколения, как показывает практика, не удастся достичь и до настоящего времени. Возникает вопрос, почему?

На наш взгляд это объясняется тем, что само понятие «здоровье» является сложным, интегрированным, которое включает три составляющие: физическую, психическую (духовную) и социальную. Именно поэтому в последнее время появляются работы, в которых находим попытки авторов исследовать здоровье человека с позиции психологии (В.А. Ананьев, И.Н. Гурвич, Г.В. Валеева, Г.С. Никифоров, З.И. Тюмасева и др.), а также с позиции эколого-валеологии, где акцент делается на здоровье человека и здоровье окружающей среды (И.И. Брехман, И.Л. Орехова, Л.И. Пономарева, Д.В. Натарева, З.И. Тюмасева, Н.Н. Щелчкова и др.).

Окружающая природная среда в этой ситуации выступает мощным фактором оздоровительной работы с детьми в загородных летних лагерях. Загородные оздоровительные лагеря являются самым массовым типом внешкольных организаций в нашей стране, в которых будущие учителя, как практиканты, могут осуществлять работу по сохранению, укреплению здоровья детей, а также проводить полезную деятельность по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни у подрастающего поколения. К сожалению,

данная проблема в гуманитарно-педагогических вузах видится как не основная, ей уделяется мало внимания, а в оздоровительных лагерях вопросами сохранения и укрепления здоровья обучающихся занимаются медицинские работники и инструкторы по физической культуре.

В связи с инклюзивным образованием и присутствием детей в летних лагерях с ограниченными возможностями здоровья, необходимо их тьюторское сопровождение. Тьюторское сопровождение как педагогическая деятельность будет направлена на выявление и развитие мотивации детей к здоровому и безопасному образу жизни, поиску средств, способов для создания индивидуальной оздоровительной программы. Все вышеизложенное подтверждает актуальность данного исследования, в котором будет представлена модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях и позволяет выделить **противоречия** между: – между социальным заказом современного общества на формирование здоровой личности и существующей системой профессиональной подготовки учителей;

– необходимостью выстроенной системы подготовки будущих учителей к здоровьесберегающему образованию, с целью проведения ими оздоровительной работы в условиях летних лагерей и традиционной оздоровительной деятельности в этих лагерях; – востребованностью тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми и отсутствием разработанных научных основ тьюторства в системе профессионального педагогического образования.

Анализ актуальности и противоречий позволил определить проблему монографического исследования, которая заключается в поиске и выборе психолого-педагогических возможностей тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Цель проведенного исследования состояла в разработке, теоретическом обосновании и экспериментальной проверке модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе в летних лагерях.

В соответствии с целью исследования были решены следующие **задачи**.

1. Проанализирована психолого-педагогическая, экологовалеологическая литература по проблеме исследования с целью уточнения и конкретизации ключевого понятия «тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях».

2. Разработана и опытно-экспериментально проверена структурная модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

3. Выявлены необходимые педагогические условия, способствующие реализации структурной модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Теоретико-методологическим обоснование нашего монографического исследования явились работы, позволяющие рассмотреть ведущие идеи системного подхода (В.Г. Афанасьев, В.И. Блауберг, А.И. Субетто, З.И. Тюмасева и др.); личностно-деятельностного подхода (Ш.А. Амонашвили, Е.В. Бондаревская, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Н.Н. Тулькибаева, Л.В. Трубайчук и др.); теории о сущности человека и его взаимоотношениях с природой, обществом и самим собой (В.П. Казначеев, И. Кант, Я.А. Коменский, К.Д. Ушинский, А.И. Субетто и др.); принципы валеологизации, экологизации, природосообразности, культуротворчества, идеи педагогики здоровья (И.И. Брехман,

Б.Ф. Кваша, С.Г. Руденко, Л.Г. Татарникова, И.Л. Орехова, А.Т. Тутатчиков, З.И. Тюмасева, В.А. Ясвин и др.).

Для решения поставленных задач применялся комплекс **методов педагогического исследования**: анализ эколого-валеологический, психолого-педагогической литературы, законодательные и нормативные документы об охране и укреплении здоровья, об образовании; анализ учебных материалов; систематизация, сравнение, моделирование, изучение педагогического опыта преподавателей университета, наблюдение, тестирование, анкетирование, беседа, устный опрос; количественный и качественный анализ полученных данных, построение индивидуального образовательного маршрута.

ГЛАВА 1

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ К ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ В ЛЕТНИХ ЛАГЕРЯХ

1.1. Состояние проблемы формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

Личная безопасность, здоровье, оздоровление, сбережение и укрепление здоровья на протяжении десятилетий являются самими важными вопросами жизнедеятельности человека.

Многие ученые в своих работах отмечают, что около 90% обучающихся в общеобразовательных организациях имеют серьезные проблемы с физическим и психическим здоровьем [1; 4; 11; 16; 26; 45]. Многолетние исследования Института здоровья и экологии человека с 1998 по 2018 годы показывают, что только 2,9% студентов Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета (ранее ЧГПУ) можно отнести к категории практически здоровых, 23% находятся в третьем состоянии (не болезнь и не здоровье) и 74,1% студентов имеют разного рода заболевания. Однако, состояние здоровья подрастающего поколения, студенческой молодежи является важнейшим фактором безопасности государства и благополучия общества. В этой связи, для студентов гуманитарно-педагогических вузов овладение навыками и умениями к оздоровительной работе с детьми имеет приоритетную значимость.

В настоящее время принят ряд законодательных актов по части охраны здоровья обучающихся, воспитанников. В них сказано, что современное образование должно выполнять функции сохранения и укрепления обучающихся [62; 73]. Поэтому у будущих учителей необхо-

димом сформировать компетенции по овладению здоровьесберегающими технологиями, умению оздоравливать не только себя, но своих учеников.

Ряд понятий, которые рассматриваются в работе трактуются учеными неоднозначно. Анализ психолого-педагогической, эколого-валеологической литературы позволяет идентифицировать понятия, необходимые для проведения нашего исследования. Ключевым понятием является «*тьюторское сопровождение*». Для российского образования это новое понятие, поэтому оно еще неустоявшееся и интерпретируется учеными по-разному. За основу берем определение, которое дает Т.М. Ковалева. Тьюторство ею понимается как особый тип педагогического сопровождения ребенка, то есть сопровождение процесса индивидуализации в ситуации открытого образования [34; 35].

Таким образом, анализ понятий «тьюторство», «тьютор» и «сопровождение» позволил нам уточнить сущность и содержание понятия *тьюторское сопровождение как педагогическая деятельность, направленная на усвоение социального опыта по здоровьесбережению, личной безопасности, сохранению и укреплению как собственного здоровья, так и здоровья обучающихся, а также на рациональное использование природных ресурсов и их сбережение.*

Понятие «готовность будущих учителей» является составляющей профессиональной подготовки студентов. Поэтому, данные понятия следует рассматривать в тесной взаимосвязи между собой. В педагогической литературе широко используют соподчиненные понятия «*подготовка*», «*подготовленность*», «*готовность*». В словаре русского языка С.И. Ожегова «готовность» трактуется как законченность, окончательный результат, либо как состояние от прилагательных «готовый», желание делать что-либо.

В психологии профессиональная готовность понимается как сложное и динамическое образование, которое в процессе формирования рассматривается как личностное качество или как психическое состояние [43, с. 124].

Т.Ф. Акбашева в содержание понятия «готовность» включает такие составляющие как потребность, способность и решимость. Исходя из понимания готовности психологами, будем понимать готовность как динамическое качество личности, которое обеспечивает ей возможность изменяться и осуществляет переход образа «Я» с одного качественного уровня на другой.

В нашем исследовании, когда речь идет о формировании готовности студентов к оздоровительной работе с детьми, приоритетной задачей является развитие у будущих учителей истинной потребности быть здоровыми, овладеть знаниями, умениями и навыками в оздоровлении не только себя, но и других.

Термином «формирование» мы отмечаем процесс воздействия на человека совокупность факторов разной природы (природные, антропогенные, социальные и др.), под влиянием которых он приобретает свойства личности. Однако в этом случае роль тьютора необходима, так как он сопровождает студента (тьюторанта), оказывает помощь в построении особого, индивидуального образовательного пути, мотивирует на оздоровительную деятельность [19; 23; 35]. Следовательно, под *формированием* (от глагола «формировать» в значении создавать, организовывать) будем понимать процесс становления какого-либо качества в человеке, в нашем случае это ценностное отношение к здоровью человека и здоровью окружающей среды.

Анализ эколого-валеологической, медико-биологической и педагогической литературы показал, что накоплено огромное количество знаний о здоровье и здоровом образе жизни (Н.М. Амосов, И.И. Брех-

ман, Г.К. Зайцев, В.В. Колбанов, И.Л. Орехова, Т.Ф. Орехова, Н.Н. Малярчук, Н.В. Третьякова, З.И. Тюмасева, Л.Г. Татарникова, Е.А. Югова и др.). Здоровье, как неустановившееся понятие, определяется учеными с позиции направления своего исследования: санитарно-гигиенического, философского, социологического, физиологического, валеологического и т.д. Какое бы определение здоровью не давали исследователи, оно будет относительным и исторически обусловленным социально-культурными нормами и стереотипами. Сделаем небольшой экскурс в историю.

В Древней Руси, когда шла речь о здоровье, понимали, что, если человек здоров, значит крепкий «как дерево» (В.В. Колесова). Деревья во все времена считали носителями жизненной субстанции, которая при передаче человеку, транслируется в его жизненную силу и здоровье [48; 49].

В античные времена (Гиппократ, Цицерон, Платон) понятию «здоровье» уделяется особое внимание и рассматривается как правильное соотношение различных душевных состояний или как гармония телесного и душевного. Римские и греческие философы подчеркивали главную мысль о том, чтобы быть здоровым значит непременно нужно следовать собственной природе и общей природе вещей. Этот тезис так созвучен с главным принципом в педагогике – природосообразностью.

В настоящее время существует 300 определений здоровья. В 1948г. Всемирная организация здравоохранения впервые дает определение понятия «здоровье», которое имеет несколько переводов с различными интерпретациями. Н.Ф. Реймерс уточняет понятие «здоровье» человека и выделяет три составляющие: физическое, психическое и социальное, подчеркивая при этом объективное и субъективное чувство, что является очень важным для человека.

При всем многообразии, мы в своем исследовании опираемся на определение здоровья, которое дала З.И. Тюмасева с точки зрения устойчивости, адаптации, подчеркивая экологическую сущность здоровья [63; 69; 70].

Человек рассматривается не только как биологическое существо, но еще и как экологическая система. Устойчивость экологической системы характеризуется следующими комплексными факторами: динамическим равновесием ее внутренней среды, динамическим равновесием ее внешней среды и динамическим равновесием внутренней (эндосреды) и внешней (экзосреды). Такое понимание вскрывает экологическую сущность здоровья и выводит на подходы оздоровления самого человека.

Понятие «оздоровление» может быть приложимо к образовательной среде, образовательному процессу, человеку и любой динамической системе.

В нашем исследовании это понятие понимается как прибавление здоровья разными способами, средствами, при этом происходит расширение адаптационных возможностей человека. Поэтому *оздоровительная работа* с детьми рассматривается нами как вид деятельности, который лично и социально значим, так как положительно влияет на формирование потребности быть здоровым. Таким образом, родовидовой анализ комплекса понятий, который необходим для нашего педагогического эксперимента, а именно: «тьюторское сопровождение», «формирование», «готовность», «здоровье», «оздоровление», позволил выявить сущность и содержание основного понятия нашего исследования «тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми, которое рассматриваем как *целенаправленную, систематическую, педагогическую деятельность, направленную на овладение здоровьесбе-*

регающими технологиями, системами, средствами оздоровительной работы, способствующей личной безопасности, сохранению и укреплению здоровья, а также рациональному использованию природных факторов в расширении адаптивных возможностей организма.

1.2. Модель формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

Содержательное, научно-методическое обеспечение подготовки студентов к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, в рамках производственной практики, на протяжении многих лет разрабатывается коллективом кафедры безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин ЮУрГГПУ под руководством профессора З.И. Тюмасевой. Наше исследование включено в эту систему с 2001 года.

Для решения поставленных задач исследования, нами осуществлялся поиск наиболее оптимальных путей формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми.

В трудах В.И. Загвязинского, В.А. Сластенина, Е.Ю. Никитиной, Н.М. Яковлевой и других отмечается, что для решения любой педагогической задачи и получения положительного результата, необходимо определиться с выбором методологических подходов [45].

В качестве основных подходов в нашей работе мы использовали *системный, аксиологический, информационный, контекстный, лично-деятельностный подходы.*

Системный подход, как общенаучная методологическая основа нашего исследования, позволяет воспринимать подготовку студентов педагогического вуза к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, как целостный объект; ориентирует на выявление систе-

мообразующих связей и отношений, определение того, что в системе является устойчивым, а что – переменным (А.Н. Аверьянов, И.В. Блауберг, М.А. Данилов, Ю.А. Конаржевский, Н.В. Кузьмина, Г.А. Сериков, А.И. Субетто, З.И. Тюмасева и др.).

Чтобы лучше понять, каким образом наше исследование базируется на системном подходе, выделим его основные положения.

Первое положение системного подхода заключается в том, что всякий предмет, явление следует рассматривать как некую систему. Поэтому при изучении явлений необходимо ориентироваться на все существенные признаки систем. Процесс формирования у будущих педагогов готовности к оздоровительной деятельности является сложной педагогической системой, имеющей свои принципы функционирования.

Второе положение системного подхода состоит в том, что всякая система рассматривается под углом зрения элемента по отношению к более общей системе, называемой метасистемой. Это означает, что наряду с внутренними связями, обуславливающими те или иные системные свойства, большое значение следует придавать внешним ее связям. В соответствии с этим положением системного подхода каждая система, с одной стороны, является структурой, состоящей из других более частных по отношению к ней систем, каковыми являются ее элементы взаимосвязи. С другой же стороны, система представляется вложенной в другую, более крупную систему (метасистему), являясь одним из ее элементов. Тем самым, системный подход базируется на целесообразности всесторонности (всеохватности) отражения явлений через системы. Процесс формирования готовности студентов педагогического вуза к оздоровительной работе в летних лагерях, с одной стороны, является системой, а, с другой, подсистемой, входящей в состав метасистемы образования, что дает нам основание рассматривать

вышеназванный процесс в рамках системы всей профессиональной педагогической подготовки будущих учителей.

Третье положение системного подхода заключается в том, что на систему не следует возлагать больше надежд, чем она в состоянии обеспечить. То есть каждая система объективно имеет некие максимальные возможности в реализации того процесса, в котором она используется. Необходимо концентрировать усилия не на том, чтобы выжимать из системы то, что она не может «хорошо» делать, а компетентно и квалифицированно применять ее там, где она может способствовать получению наилучших результатов. Применительно к профессиональной подготовке будущих учителей и формированию у них готовности к оздоровительной деятельности мы используем вышеназванное положение в ракурсе содействия проявлению всего того, что наша система может проявить сама с учетом ее нераскрытого внутреннего потенциала.

Четвертое положение системного подхода заключается в том, что для достижения каких-либо целей необходимо подбирать или конструировать систему с учетом оснований, по которым она создается. Важным основанием построения системы является определенный целевой заказ, который формулируется, вообще говоря, вне рамок самой системы. Это положение системного подхода предполагает целесообразность учета по возможности всех сторон, относящихся к свойствам самой системы и к специфике всех условий ее функционирования, с тем, чтобы найти наиболее выгодный вариант использования системы, то есть такой, который приводил бы к наилучшим результатам с наименьшими издержками. Разрабатывая модель формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, мы учитывали современные социальные и педагогические реалии, которые сделали очевидной необходимость ее соз-

дания, а также положительные тенденции гуманизации и демократизации, имеющие место быть в современной системе российского образования.

Пятое положение системного подхода состоит в том, что в процессе функционирования соответствующая система, вообще говоря, не остается неизменной. Она может обновляться, менять свои свойства, чтобы не перестать соответствовать целевому заказу государства в меняющихся условиях. Это обусловлено тем, что изменение состояний, в которых функционирует модель, могут стать настолько существенными, что прежний удовлетворительный состав, структура и свойства перестают соответствовать новым ситуациям. По отношению к процессу формирования готовности будущих педагогов к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях это положение системного подхода обязывает нас использовать опыт отечественных и зарубежных ученых и практиков в области реализации вышеназванного процесса.

Шестое положение системного подхода указывает на ведущую роль личности как сознательно действующего субъекта. Любая система может быть использована во благо человечеству. Действия человека оказывают существенное влияние на систему, на характер реализации ее свойств, функций, даже на существование самой системы. Экстраполируя данное положение в плоскость формирования готовности будущих педагогов к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, мы смогли определить роль и место преподавателя высшей школы в процессе формирования у первых названной готовности, а также степень участия самих студентов в нем.

Седьмое положение системного подхода заключается в опоре на индукцию и синтез как на основополагающие методы деятельности (научное познание, управление, проектирование и др.). В соответствии с этим положением каждый субъект деятельности, опираясь на

предшествующий опыт (не обязательно свой), призван спрогнозировать (по индукции) следующее действие (систему действий) как логическое продолжение реализованной предыстории. При этом он не отбрасывает все то, что уже сделано (может быть и не лучшим способом), а свои дальнейшие действия осуществляет с опорой на реализованное, как бы соединяя в целое (синтезируя) проделанное ранее и делающееся в настоящий момент. Применительно к теме нашего исследования данное положение системного подхода позволяет рассматривать деятельность будущих учителей в процессе формирования их готовности к оздоровительной работе в ситуативно-обусловленном и вариативном ракурсах. Следовательно, в методологическом плане системный подход базируется на постепенном и последовательном продвижении в реализации субъектами своей деятельности при построении, пользовании систем.

Изучение педагогического процесса формирования готовности будущих педагогов к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях: определить цели и задачи профессиональной подготовки будущих учителей в соответствии с социальным заказом и потребностями общества; отобрать содержание образования для эффективного формирования названной выше готовности; выбрать образовательные средства в соответствии с целями и задачами данного процесса; выявить составные элементы, входящие в систему формирования готовности будущих педагогов к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях; определить уровень развития данных элементов; установить связи данных элементов между собой, а также с другими системами; выявить функции как самих элементов, так и системы в целом; определить дидактические условия эффективного функционирования разработанной нами системы.

Аксиологический подход (А.П. Балицкая, Б.М. Бим-Бад, Б.С. Брушлинский, Б.И. Додонова, Б.Т. Лихачев, Н.Д. Никандров, С.И. Маслов, Т.И. Пороховская, В.А. Сластенин, Е.И. Шиянов и др.) присущ гуманистической педагогике, раскрывает направленность готовности будущих педагогов к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях на формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к жизни и здоровью. С позиции аксиологического подхода здоровье выступает универсальной человеческой ценностью, соотносится с основными ценностными ориентациями личности и занимает определенное положение в ценностной иерархии.

Аксиологический подход был предложен еще Платоном, который в своем диалоге «Законы» поместил понятие «здоровое состояние души» (наряду с разумением, справедливостью и мужеством) в иерархию человеческих и божественных благ. Здоровье, в платоновском понимании, может быть соотнесено с многозначным понятием «калокагатия», которая является фундаментальной античной характеристикой «благородного», «прекрасного» и «совершенного» человека. В современных аксиологических исследованиях отечественных ученых ценность определяется через категорию «потребность» как идеал, норма, значимость для человека и общества.

Воспитание подрастающего поколения – это интерактивная социальная деятельность, которая обеспечивает передачу и присвоение ценностей как фактора устойчивости личностного существования. Аксиологический подход рассматривает человека как высшую ценность общества и самоцель общественного развития. Значимую ценность представляет собой идея здорового, гармонично развитого человека, который способен реально обеспечить каждому человеку и обществу условия, характеризующиеся как состояние комплексного благополучия.

Задачами аксиологического подхода в процессе формирования готовности будущих педагогов к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях являются:

- усиление мотивации здоровья и здорового образа жизни, что способствует возникновению интереса и потребности в познании систем, методов и средств оздоровления;
- содействие самовыражению личности через расширение кругозора и выработку умения находить адекватные решения для сохранения и укрепления здоровья;
- системообразующая составляющая процесса формирования готовности к оздоровительной деятельности, обеспечивающая связь всех элементов получаемых знаний о здоровье и здоровом образе жизни между собой;
- мировоззренческая функция, заключающаяся в приобретении знаний и навыков, формирующих эколого-валеологический подход к здоровью.

Информационный подход (В.С. Аранский, С.И. Архангельский, Б.Л. Ван-дер-Варден, В.И. Журавлев, Ю.В. Исаев, К.К. Колин, А.Н. Колмогоров, Г. Крамер, Г.А. Кручинина, С. Кульбак, Н.Ф. Реймерс, А.И. Субетто, А.П. Суханов, В.А. Якунин и др.). Особое значение в развитии и удовлетворении современных, собственно человеческих информационных потребностей и информационного обеспечения современного общества необходимо придавать социально-историческому развитию человечества. Это обстоятельство и нацеливает на рассмотрение и использование информационного подхода. В аспекте информационного подхода мозг человека представляет собой систему, которая осуществляет переработку информации и извлечение из нее конкретного «смысла». Полученная человеком информация претерпевает определенные изменения: кодирование, выделение

признаков, фильтрацию, распознавание, осмысление, выработку решения, формирование ответного действия. Под *педагогической информацией* понимается информация, циркулирующая в педагогических системах.

Обучение человека определенной деятельности при информационном подходе рассматривается как целенаправленный и систематически осуществляемый процесс создания, совершенствования и реализации программ действий, в частности профессиональных действий, направленных на оздоровление субъектов образования. Эти программы являются информационными системами сигналов, свидетельствующих, во-первых, о том, что происходит с «объектом» управления в динамике, во-вторых, об условиях внешней (например, образовательной) среды, в-третьих, о состоянии самой системы управления.

Информационный подход выполняет следующие функции в аспекте проведенного исследования:

- выделение и исследование информационного аспекта самых различных явлений, связанных с процессами формирования, сохранения и укрепления здоровья, формирования комплексного благополучия подрастающего поколения, сопряженного с благополучием окружающей среды;

- приращение нового знания в области оздоровления растущего человека, формировании культуры здоровья и природолюбия;

- систематизация имеющихся знаний о здоровье, как комплексном явлении, системах и средствах оздоровления, факторах здоровьесберегающей и безопасной среды.

В педагогических исследованиях идеи информационного подхода использовали и развивали и другие.

В нашем исследовании обращение к информационному подходу объясняется тем, что данный подход позволяет изучить информаци-

онно-содержательную основу процесса формирования готовности студентов педагогического вуза к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Контекстный подход (А.А. Вербицкий, Т.Д. Дубовицкая, Г.Л. Ильин, Г.Х. Валеев, И.Э. Смирнова и др.) позволяет рассматривать процесс в педагогическом вузе как собственно учебную, квази-профессиональную и учебно-профессиональную деятельность студента, ориентированную одновременно на учение и на овладение будущей профессией, что позитивным образом сказывается на его адаптации к новым условиям и формированию готовности к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях. В рамках контекстного обучения применяются как индивидуальные, так и коллективные формы организации учебного процесса.

Тем не менее, следует отметить, что специфика будущей профессиональной деятельности студентов педагогического вуза, которая в большей части проявляется во взаимодействии с другими людьми, а также следование принципам контекстного обучения, справедливо акцентирующим позитивную роль совместной деятельности обучающихся и важность положительной социальной оценки достигаемых результатов, будет являться фактором доминирования не индивидуальных, а коллективных форм (в зависимости от ситуации, материала и т.д.). Использование коллективной формы обучения необходимо для реализации контекстного подхода по типовым для профессиональной оздоровительной деятельности проблемным ситуациям. Как результат общих усилий в процессе диалогического общения и межличностного взаимодействия у каждого студента складывается новый теоретический и практический опыт оздоровительной работы. Работа в интерактивных группах как социальных моделях профессиональной среды приводит, как отмечает А.А. Вербицкий, к формированию не

только предметной, но и социальной компетентности будущего специалиста, в нашем случае – оздоровительной.

Становление личности будущего учителя, решающего проблему сохранения и укреплению здоровья детей и подростков, формирования у них представлений в области системного оздоровления, в контекстном обучении осуществляется за счет целостности, системной организованности и приобретения личностного смысла усваиваемых знаний, умений, навыков. Переживание значимости содержания и методов оздоровительной работы является важным фактором, обуславливающим принятие и эффективное усвоение изучаемого материала и выполняемых заданий в ракурсе будущей профессиональной оздоровительной деятельности.

Реализация контекстного подхода в процессе подготовки студентов педагогического вуза к оздоровительной работе с детьми в летнем лагере позволяет повышать устойчивую мотивацию здоровья, обучать формам и методам оздоровительной работы в контексте будущей профессии, давая знания, которые будут формировать способности к выполнению профессиональной оздоровительной деятельности. Следует помнить, что предметная и социальная стороны будущей профессиональной оздоровительной деятельности должны быть центральными факторами, влияющими на отбор и содержание материала, на основе которого и будет осуществляться формирование готовности будущих педагогов к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Контекстный подход будет использован нами:

– как необходимый методологический инструментарий в процессе профессиональной подготовки студентов педагогического вуза к оздоровительной деятельности;

– как теоретико-методологический принцип, обеспечивающий актуализацию профессионального контекста будущей оздоровительной деятельности в рамках различных форм подготовки;

– как методологическое условие достижения достаточного уровня индивидуального здоровья будущих учителей при их включении в контекстно обусловленные формы организации оздоровительной деятельности.

Личностно-деятельностный подход (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, В.В. Давыдов, С.Л. Рубинштейн, Л.В. Трубайчук, Н.Н. Тулькибаева, И.С. Якиманская и др.) [41; 42; 43; 55] в готовности будущего учителя к оздоровительной работе с детьми направлен на создание оптимальных условий для развития и адаптации личности через активизацию внутренних резервов, компетентной, самоорганизованной и саморазвивающейся личности. Личностно-деятельностный подход определяется через единство личностного и деятельностного компонентов. Личностный компонент предполагает, что в центре процесса взаимодействия обучаемого и обучающего находятся мотивы, цели, интересы обучаемого, его индивидуально-психологические особенности, особенности здоровья, устремления в введении здорового образа жизни. Именно это и определяет содержание и форму занятий, характер педагогического взаимодействия.

Личностный и деятельностный компоненты неразрывно связаны, так как личность выступает как субъект деятельности.

Личностно-деятельностный подход в контексте нашего исследования предполагает, с одной стороны, обеспечение безопасности личностного проявления обучающегося во всех ситуациях, создание условий личностной самоактуализации и самореализации, с другой стороны – формирует активность обучающегося, его готовность к познавательной деятельности в условиях субъект-субъектных отношений.

Тьюторское сопровождение в этом случае имеет огромное значение, так как разнообразные виды деятельности студента (учебная, научно-исследовательская, проектировочная, управленческая, творческая) являются важнейшими факторами становления субъектности студента его экологического сознания и культуры здоровья. Личностно-деятельностный подход предполагает создание условий для *индивидуализации*, которая теснейшим образом связана с процессом самообразования и позволяет студенту ориентироваться на собственные индивидуальные образовательные цели и приоритеты (Т.М. Ковалева, Е.С. Гладкая, З.И. Тюмасева, В.С. Цилицкий, Н.А. Костина, А.А. Попов, Н.В. Рыбалкина, С.А. Щенников, Е.А. Челнокова и др.).

Процесс формирования готовности студентов к осуществлению оздоровительной работы с детьми в природных условиях представлен нами в виде структурной модели (рисунок 1).

Структурная модель понимается нами как совокупность взаимосвязанных и взаимообусловленных блоков: целевого, содержательного, процессуального и оценочно-результативного.

Целевой блок является центральным звеном среди других блоков и включает цель, задачи, принципы деятельности тьюторов по сопровождению готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми. Целью деятельности тьютора является осознанная потребность помочь студентам преодолеть проблемы, связанные с собственным здоровьем, овладением компетенциями самооздоровления, самосохранительного поведения и мотивировать их на здоровый и безопасный образ жизни. Исходя из целеполагания, *задачами тьюторского сопровождения* являются:

- стартовая диагностика состояния здоровья студентов;
- понять их запросы по укреплению здоровья и потребности в тьюторском сопровождении;

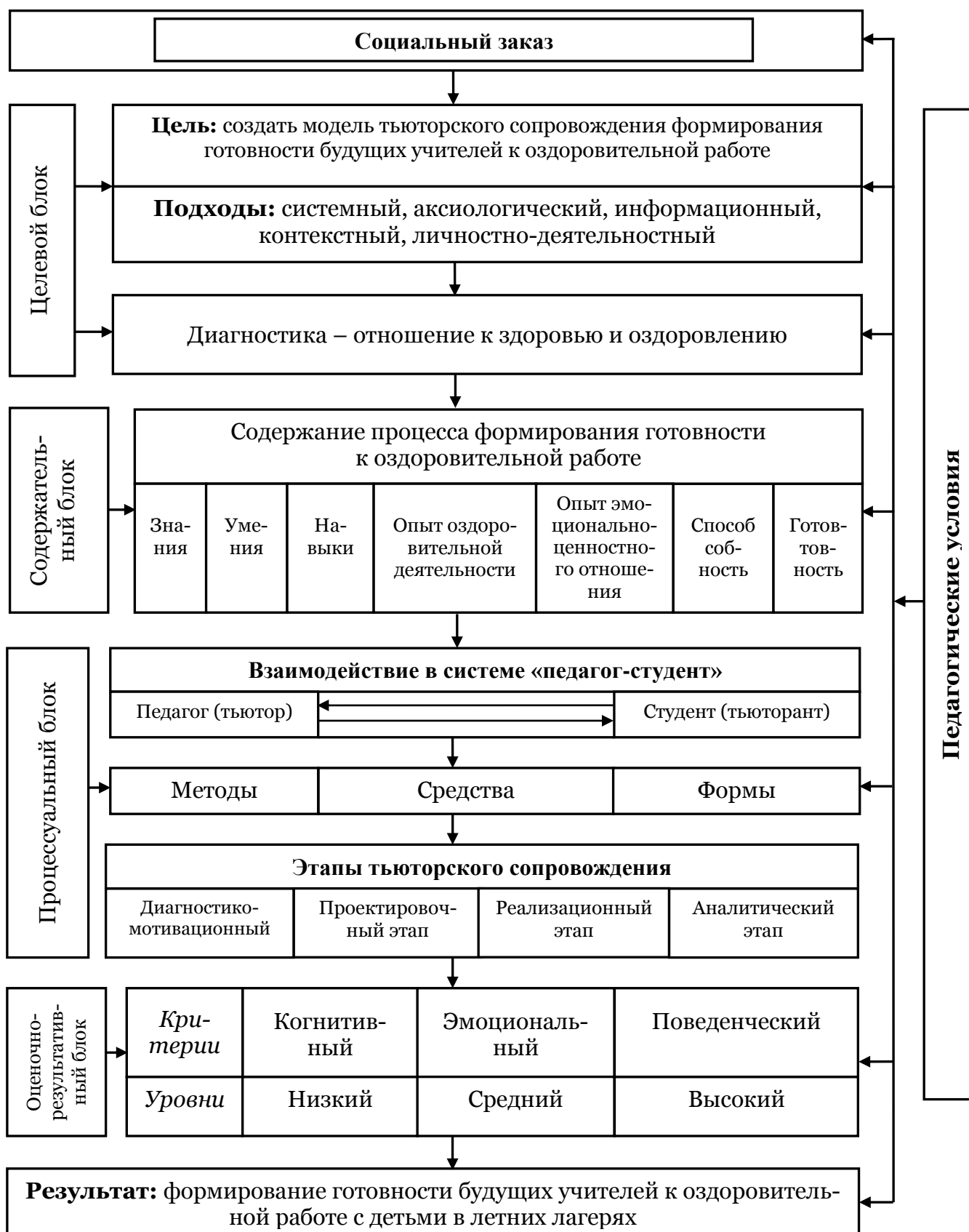


Рисунок 1 – Структурная модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

– создать условия для саморазвития студентов внутри открытой образовательной среды;

– смотивировать на систематическую самооздоровительную деятельность, построение индивидуальной образовательной программы, повышение успеваемости, изучаемых медико-биологических дисциплин, а также своевременно оказывать тьюторам необходимую информационную, эмоциональную помощь.

В целевом блоке регуляторную функцию выполняет система принципов: *индивидуализации, природосообразности, непрерывности, открытости, гибкости, валеологизации* (С.В. Дудчик, И.Л. Орехова, Т.М. Ковалева, Л.И. Пономарева, Л.Г. Татарникова, З.И. Тюмасева и др.). Этим принципам следует тьюторское сопровождение готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Когда речь идет о принципе оздоровительной направленности, это означает, что образование любого уровня должно способствовать прибавлению, укреплению и развитию здоровья.

Принцип индивидуализации (Т.М. Ковалева) подчеркивает, что студент является субъектом образования, он обладает индивидуальными психофизиологическими особенностями и предрасположенностью, поэтому он и выстраивает свою индивидуальную траекторию с учетом этих особенностей. В этой ситуации тьютор помогает студенту овладеть культурой выбора [34; 35].

Принцип природосообразности, то есть согласующийся с природой субъекта образования [65]. Все процессы образования должны быть приведены в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка, адекватно миру живой природы по Я.А. Коменскому, который отмечал, что под научением следует понимать способность живых организмов передавать и усваивать информацию [69].

Принцип непрерывности дает возможность обеспечить последовательность, цикличность, своевременность процесса тьюторского сопровождения.

Принцип открытости ведет к максимальному использованию информационно-образовательных ресурсов, окружающий мир обладает огромным образовательным потенциалом.

Принцип гибкости проявляется в самом процессе тьюторского сопровождения, направленного на расширение социальных контактов, в поддержке инициативы творчества, выборе способов деятельности в условиях оздоровительных летних лагерей.

Принцип валеологизации предполагает нацеленность образования на сохранение, укрепление и развитие физического, духовного (психического) и социального здоровья субъектов образования с учетом экологических, социокультурных, национальных особенностей региона.

Содержательный блок модели определяется компетенциями, необходимыми для осуществления оздоровительной работы с детьми.

Студентам необходимы как общепедагогические знания, так и медико-биологические, чтобы усвоить специальный понятийно-терминологический аппарат: «здоровье», «оздоровление», «окружающая природная среда» и т.д. Тьюторское сопровождение проявляется в трех направлениях «со-бытия»: со-знание, со-переживание и со-творчество, которые по содержанию ориентируются на одну из сторон практической деятельности по оказанию сопровождения: информационному, эмоциональному и организационно-деятельностному.

Информационное сопровождение направлено на формирование культуры здоровья, на овладение системами и средствами оздоровления.

Эмоциональное сопровождение, как условие, поддерживает позитивное эмоциональное самочувствие, устойчивое мотивационно-ценностное отношение к своему здоровью и здоровью окружающей природной среде.

Эмоциональное сопровождение необходимо для формирования коммуникативной компетенции.

Организационно-деятельностное сопровождение – это организация совместной деятельности, в процессе которой происходит у тьюторов способности оценивать и анализировать свое здоровье, проводить само-рефлексию, уметь прогнозировать деятельность, создавать маршрутную карту, овладеть навыками преодоления препятствия, связанные с оздоровлением себя и окружающих субъектов образования.

В созданной нами структурной модели тьюторского сопровождения готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях показан планомерный, целенаправленный процесс, где отражен ряд взаимосвязанных этапов:

1. *Диагностико-мотивационный этап* характеризуется фиксацией запроса со стороны тьюторантов (студентов); определяется методика диагностики с точки зрения значимости для самого студента. После чего, тьютор создает условия для осознания студентом сути преграды (проблемы). Затем идет поиск причин, почему возникла эта проблема. На данном этапе важным является принятие тьюторантом ответственности за решение проблем собственного здоровья и устойчивой мотивации к изучению систем, средств, а также здоровьесберегающих технологий, направленных на оздоровительную деятельность.

2. *Проектировочный этап* связан с проектированием предстоящих действий тьютора и студента, налаживанием договорных отношений, организацией сбора информации по оздоровлению. Студенты

начинают составлять карты своих познавательных интересов, выстраивают программы оздоровления, самообразования в вопросах сохранения и укрепления здоровья.

3. *На реализационном этапе* активность проявляет студент, а тьютор одобряет его действия, стимулирует его, обращает внимание на успешные действия, поощряет инициативу. Если требуются другие специалисты, то подключаются и они, оказывая ему помощь.

4. *Аналитический этап* – идет совместное обсуждение этапов и неудач предыдущих этапов деятельности, констатация факта достижения результата по оздоровлению, разрешимости проблемы или уточнение запроса.

Процессуальный блок определяет формы, методы, средства обучения, а также здоровьесберегающие технологии, направленные на формирование готовности у будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Проблема методов обучения до настоящего времени является дискуссионной в педагогике и методике (Н.М. Верзилин, В.М. Корсунская, И.Д. Зверев, Б.В. Всесвятский, В.А. Тетюрев и др.). В методике обучения чаще всего *методы* определяются как *способ* (Н.М. Верзилин, В.М. Корсунская). Однако И.Д. Зверев характеризует методы «как упорядоченные способы взаимосвязанной деятельности учителя и учащихся, направленные на достижение целей образования».

Основным методом тьюторского сопровождения является работа с вопросом студента.

Мы придерживаемся мнения великих методистов: Н.М. Верзилина, В.М. Корсунской, Н.А. Рыкова, Д.П. Гольневой, И.Н. Пономаревой и др., которые *форму организации обучения* рассматривали как организацию учебно-познавательной деятельности обучающихся, соответствующей различным условиям ее проведения: деловые игры,

экскурсия в природу, проблемные семинары, самостоятельная работа, творческая лаборатория, конференции, внеурочная работа и т.д. [53]. В настоящее время стала популярной дистанционная форма обучения. Для тьютора основной формой являются индивидуальные и групповые тьюторские консультации (тьюториалы).

Оценочно-результативный блок тьюторского сопровождения формирования готовности будущих педагогов к оздоровительной работе с детьми. В исследованиях Б.Г. Ананьева, Е.Ю. Никитиной, Т.А. Маталиной и др. доказано, что самооценка принимает непосредственное участие в регуляции поведения человека и деятельности. Поэтому *диагностический аспект* компонента играет важную роль, так как выбираются методики диагностики: проводится сначала стартовая, а затем повторная диагностика состояния здоровья студента, его потребности в здоровом образе жизни; определяется уровень полученных знаний по оздоровлению и самооздоровлению. *Результативный аспект* компонента связан с анализом и интерпретацией полученных результатов; оценивается деятельность тьютора на качественном и количественном уровнях.

Результатом эффективности структурной модели будет сформированная потребность быть здоровым, мотивация к деятельности по сохранению и укреплению здоровья, интерес к изучению природы, умение разрабатывать индивидуальную образовательную траекторию.

Будущие учителя должны обладать позитивной Я-концепцией, чтобы не испытывать трудности эмоционального и социального плана. Систематическая самооценка своей деятельности и сравнительный анализ с тем, что должно быть сформировано у студента, достигается через рефлекссию на практике.

Рефлексию многие исследователи определяют как осмысление затруднений и проблем по итогам тьюторского сопровождения, реф-

лексивную деятельность в начале, во время и по результатам работы по тьюторскому сопровождению формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Нами выявлены критерии эффективности тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми; *когнитивный, эмоциональный, поведенческий*, а также показатели и уровни.

Применялись методы исследования: *наблюдение, анкетирование, качественный и количественный анализ результатов*.

В настоящее время при проведении педагогического эксперимента используются накопленный опыт по разработке критериев оценки здоровья, мотивации на здоровый образ жизни, создания здоровьесберегающей среды, оздоровительной деятельности (В.Н. Ирхин, Н.П. Абаскалова, Л.Н. Волошина, О.Ю. Малоземов, И.Л. Орехова, З.И. Тюмасева, А.А. Цыганков и др.).

Критерий принимаем как признак на основе которого осуществляется оценка определения чего-либо. Критерии базируются на системе показателей. Мы охарактеризовали каждый показатель, отражая основные свойства, явления, признаки по проблеме исследования (таблица 1).

Таблица 1 – Характеристика показателей для выявления уровней тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

Показатель	Характеризующие показатель признаки	Диагностические методы
Когнитивный	Знание основных понятий: здоровье, здоровый образ жизни, оздоровление, тьюторское сопровождение, здоровьесберегающие технологии, адаптация. Овладение этапами оздоровительной работы. Умение выстраивать индивидуальную образовательную траекторию.	Тестирование, беседа, наблюдение, экспертные оценки

	Умение реализовать логику оздоровительной работы в условиях летних лагерей	
Эмоциональный	Потребность в проведении самооздоровления. Положительное отношение к природе. Осознание личной ответственности за использование методов оздоровления и самооздоровления. Общение с окружающей средой. Устойчивый интерес к явлениям окружающей природы. Умение рационально объединять оздоровительную и экологическую работу	Анкетирование, индивидуальные беседы, наблюдение
Поведенческий	Овладение разными системами и средствами оздоровительной работы как с самим собой, так и с детьми, отдыхающими в летних лагерях. Способность к самоконтролю, проведению профилактической работы. Готовность использовать здоровьесберегающие технологии. Умение осуществлять тьюторское сопровождение. Умение составлять личностно-ресурсную карту, в которой отражается совместная деятельность ребенка (тьюторанта) и студента (тьютора)	Анализ ответов на занятиях, экспертная оценка, наблюдение за проведением оздоровительной работы в летних лагерях

Для оценивания тьюторского сопровождения формирования готовности студентов к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях нами определены три уровня: *низкий, средний и высокий*.

Низкий уровень (репродуктивный уровень) отмечается у студентов, которые недостаточно еще усвоили основные понятия «здоровье», «здоровый образ жизни», «оздоровление». Здоровье воспринимается ими как отсутствие болезней. Недостаточно знаний в разработке индивидуальных образовательных траекторий. Преобладает потребительское отношение к природе; не совсем устойчивый интерес к явлениям окружающей природы. Не совсем готовы использовать здоровьесберегающие средства в оздоровительной работе с детьми.

Средний уровень (репродуктивно-творческий уровень) показывают будущие учителя, у которых понятие «здоровье» не является пока наивысшей ценностью, а здоровый образ жизни воспринимается ими как что-то абстрактное.

Проявляют интерес к оздоровительной работе; умеют использовать небольшой комплекс средств в оздоровлении себя и окружающих их людей; интересуются здоровьесберегающими технологиями, но не применяют их на практике; стремятся познать явления окружающей природной среды и пытаются понять, какие факторы природы можно использовать в оздоровительной работе с детьми в условиях летних лагерей.

Высокий уровень (творческий уровень): здоровье воспринимается как наивысшая ценность; оздоровительная работа с детьми осознается как профессиональная ценность; проявляют интерес к поиску наиболее эффективных средств оздоровления как самого себя, так и окружающих; располагают достаточными знаниями по тьюторскому сопровождению, умеют создавать индивидуальные образовательные карты, в которых будет отражаться совместная деятельность тьютора и тьюторанта. У студентов ярко выражена рефлексия. Они интересуются явлениями природы, стараются понять роль природы в оздоровлении человека.

Выявленные нами уровни и критерии тьюторского сопровождения сформированности готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях будут использоваться в педагогическом эксперименте для проверки эффективности созданной структурной модели.

1.3. Педагогические условия эффективной реализации модели формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

Проверка успешности функционирования модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздо-

ровительной работе с детьми в летних лагерях осуществляется благодаря введению комплекса педагогических условий.

Под условием в педагогике и методике обучения (Д.П. Гольнева, В.Г. Кисиль, Г.Е. Ковалева, И.Н. Пономарева и др.) понимают все то, от чего зависит другое или обстановку, среду, в которой пребывают и без которой не могут существовать явления, предметы [53]. Н.М. Яковлева в своих работах подчеркивает, что условие расширяет совокупность объектов, необходимых для возникновения или изменения определенной педагогической конструкции. Согласно такому мнению, из множества объектов, составляющих среду изучаемого педагогического явления, надо выбрать только те, которые будут оказывать позитивное влияние. Анализируя понятие «условие» многих исследователей, мы под *педагогическими условиями* будем понимать комплекс факторов (элементов, мер) в учебно-воспитательном процессе, которые могут обеспечить студентам необходимый уровень сформированности готовности к оздоровительной работе с детьми. Выявляли педагогические условия, опираясь на социальный заказ высшего образования в аспекте сохранения и укрепления здоровья обучающихся и здоровьесберегающего образования; на специфику тьюторского сопровождения формирования готовности к оздоровительной работе в лагерях; на необходимость апробации созданной структурной модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Первое педагогическое условие – модульная программа учебно-оздоровительной работы со студентами гуманитарно-педагогических профилей.

Модульная программа состоит из модулей: *определение типа психосоматической конституции; здоровьесберегающие технологии; мы у природы в гостях.*

Модуль «Определение типа психосоматической конституции» включает модифицированный опросник «Психосоматические типы» разработанный на основе материалов валеологического семинара В.П. Петленко. Ряд ученых (З.И. Тюмасаева, И.Л. Орехова, Г.В. Валеева и др.) создали программу комплексной диагностики субъективной составляющей здоровья, которая позволила нам оценить состояние здоровья студентов на начальном этапе. Благодаря этой программе, было исследовано психофизическое и психоэмоциональное состояние студентов в зависимости от типа их конституции, обменных и регуляторных процессов.

Определялись цветовые сигналы личности (цветодиагностика). Студенты из четырех цветов (желтого, красного, синего и зеленого) выбирают те, которые отражают их ощущения: самоуважение (зеленый), уверенность в своих силах (красный), удовлетворенность (синий), внутренняя свобода (желтый). Затем определяется цветовое поведение: цели, страхи, поведение. Учеными доказано, что цвет оказывает огромное влияние на жизнедеятельность человека, поэтому в нашем исследовании диагностике по определению хронотипа поведения уделяется особое внимание.

В модуле «Здоровьесберегающие технологии» студенты изучают основные средства и методы оздоровления, направленные на укрепление и развитие здоровья. Природе, как важнейшей экологической системе отводится системообразующая функция в оздоровлении субъектов образования. Нельзя переоценить роль в оздоровлении людей лекарственных растений, эфирных масел, животных, звуков, цвета, запахов и т.д. В этом модуле можно найти такие темы, как «Ароматоздоровление», «Фитооздоровление», «Анималотерапия» – оздоровление происходит средствами живой природы. Однако, средствам неживой природы отводится достойное место. Студенты узнают, что вода,

как самый распространенный минерал на земле, может оказывать огромную роль в оздоровлении человека, если ее грамотно использовать.

Издавна изучались минералы и их применение в оздоровительных целях. Поэтому в данном модуле студенты знакомятся с металлотерапией.

В жизни каждого человека звуки, краски, запахи, формы играют важнейшую роль. Они окружают нас повсюду, особенно ценны звуки природы, которые благоприятны для человека.

Таким образом, модульная программа направлена на формирование устойчивых системных навыков по сохранению, укреплению своего здоровья, своих учеников.

Третий модуль «Мы у природы в гостях» направлен на изучение окружающего природного мира. Загородный летний лагерь, как правило, располагается в лесной, лесостепной зонах, где сама природа является бесценным помощником в деле формирования культуры здоровья, общения, безопасного поведения. Будет здоров ребенок, если будет здорова окружающая его среда. Наша задача состоит в создании такой среды, чтобы ребенку было интересно, полезно, а студенты были бы готовы к проведению оздоровительной работы с детьми. Сам процесс оздоровительной работы с детьми должен обеспечиваться разнообразными методами, средствами. Очень важно, как будет осуществляться подготовка студентов к этой работе в рамках производственной практики.

В таблице 2 приведем содержание модуля «Мы у природы в гостях» направленное на подготовку студентов к проведению оздоровительной работы с детьми.

Таблица 2 – Содержание модуля «Мы у природы в гостях» в рамках производственной практики студентов

№ п/п	Название мероприятия	Основные задачи, цели и идеи
1	Собирай рюкзак – скоро в лагерь	<ul style="list-style-type: none"> • Составление плана работы. • Сбор материала о природе родного края, стихи, песни, загадки, викторины и т.д. • Снаряжение и оборудование, которые необходимы в полевых условиях. • Встреча с детьми уже в лагере. Заинтересовать и выстроить гармоничные взаимоотношения
2	Давайте знакомиться (формирование нового коллектива)	<ul style="list-style-type: none"> • Создание благоприятного климата. • Комплекс упражнений, направленный на психологический микроклимат
3	Природа вокруг нас	<ul style="list-style-type: none"> • Грамотная организация занятий, улучшающих настроение детей, помогающих освободиться от стресса, эмоциональной усталости, избавиться от недугов. • Основные средства природы: воздух, огонь, вода в оздоровлении человека. • Подбор экоигр, упражнений для укрепления и сохранения здоровья детей
4	Природа и мы	<ul style="list-style-type: none"> • Комплекс игр, направленных на формирование взаимоотношения ребенка с природой и активное оздоровление самого себя
5	Луга в нашей жизни	<ul style="list-style-type: none"> • Изучить лекарственные и ядовитые растения. • Роль растений в нашей жизни. • Знать экоигры с использованием растений луга. • Подбор загадок, пословиц и песен, отражающих знание о растениях луга
6	Водоем – колыбель жизни	<ul style="list-style-type: none"> • Изучить живой мир водоема. • Ознакомиться с животными и растениями, которые являются индикаторами водоема. • Уникальные свойства воды. • Загадки о водоеме и его обитателях
7	Биологические индикаторы (животные и растения)	<ul style="list-style-type: none"> • Изучить животных и растений, с помощью которых можно оценить состояние водоема. • Овладеть методикой биоиндикации. • Уметь заложить простые опыты с целью изучения водных обитателей. • Экоигры на воде
8	Береза как символ России	<ul style="list-style-type: none"> • Познакомиться с деревьями, где расположен летний лагерь. • Упоминание деревьев России в сказках, загадках и песнях.

		<ul style="list-style-type: none"> • Знать особенности наиболее распространенных деревьев и их использование в целебных целях. • Энтомологические кроссворды, направленные на изучение насекомых леса
9	Животные – враги и друзья	<ul style="list-style-type: none"> • Изучить жалящих насекомых, их использование в оздоровлении людей. • Ознакомиться с растениями, которые боятся кровососущие насекомые
10	Поход на природу	<ul style="list-style-type: none"> • Организация и проведение похода (экскурсии) в лес. • Предварительное изучение растений и животных, которых можно встретить в походе. • Изучить основные требования к поведению в лесу. • Изучить растения, которые можно использовать для приготовления полноценного обеда
11	Поведение в экстремальных условиях	<ul style="list-style-type: none"> • Изучить обстановку местности, где находится человек. • Ознакомиться с построением шалаша; как добыть питьевую воду; какие растения можно употреблять в сыром виде; как помыть руки; почистить зубы; развести костер в лесу
12	Помоги себе сам	<ul style="list-style-type: none"> • Изучить тайны целебных трав. • Ознакомиться с историческими данными по использованию растений против микроорганизмов. • Уметь заложить гербарий и собрать лекарственные растения
13	У природы нет плохой погоды	<ul style="list-style-type: none"> • Организовать ролевые игры, если за окнами дождь. • Организовать и провести экологические игры, упражнения, направленные на формирование экологической культуры и культуры здоровья. • Использовать ботанические кроссворды, расширяющие интерес к окружающему миру

Технология упорядочивает все этапы педагогического процесса, выделяет условия их реализации. В педагогике чаще всего употребляют понятие «педагогическая технология» по В.П. Беспалько [7]. В его понимании, педагогическая технология – это совокупность средств, методов воспроизведения теоретически обоснованных процессов обу-

чения и воспитания, позволяющих успешно реализовать основные цели образования.

В нашем исследовании мы придерживались такому мнению, что педагогическая технология представляет собой комплекс взаимосвязанных средств, методов и процессов, необходимых для оздоровительного учебно-воспитательного процесса, укрепления и сохранения здоровья. В науке идет дискуссия по поводу терминов «методика», «образовательная технология». По данным Т.Ф. Ореховой, В.В. Гузеева понятие «методика» шире понятия «технология». Однако с таким мнением не соглашается ряд ученых (Г.В. Валеева, И.Л. Орехова, Л.И. Пономарева, Т.И. Смаглий, З.И. Тюмасева и др.), которые в своих работах доказывают, что «технология» более широкое понятие, чем «методика». С этим следует согласиться, так как понятие «технология» складывается из таких понятий «наука, знание» и «искусство, мастерство».

***Второе педагогическое условие** – здоровьесберегающие технологии как системообразующий фактор тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.*

Вначале охарактеризуем понятие «здоровьесберегающие технологии». В педагогике как самостоятельное направление появляется педагогическая технология. Затем в федеральном государственном образовательном стандарте высшего образования включается дисциплина «Педагогические теории, системы, технологии», где технологии выделяют в самостоятельный раздел курса. Педагогические технологии как научная область встречаются в работах ряда ученых: Н.Б. Басовой, В.В. Гузеева, М.М. Левиной, Е.В. Коротаевой, И.Б. Котовой и др.

Понятие «технология» активно используется в науке и практике образования, но до сих пор не имеет однозначную интерпретацию.

Одни ученые (Г.К. Селевко, А.Г. Селевко) технологию рассматривают как процесс последовательного поэтапного осуществления, разработанного на научной основе, решения какой-либо проблемы (социальной или производственной). Важно отметить, что в этой характеристике делается акцент на взаимосвязь теории, методики обучения (воспитания, развития) со способами реализации образовательной цели. Следует отметить, что объединяют методику-науку и методику искусства не механически, а такой синтез приводит к феномену – к качественно новому знанию, имеющему свой предмет и методологию.

Методика-искусство обращает внимание на тьюторское сопровождение обучающегося со стороны тьютора и как творческий процесс со стороны тьюторанта.

Методика-наука обращается к обучению как к процессу индивидуализации на основе создания индивидуальной образовательной программы. Технология обучения изучает сам процесс обучения во всем многообразии его проявлений.

Таким образом, анализ психолого-педагогической литературы показал, что «технология обучения» – понятие более широкое, чем «методика обучения».

В 1980 годы с появлением валеологии, как науки и дисциплины, обратили внимание на влияние образования на здоровье обучающихся. Многочисленные исследования выявили, что наше образование является здоровьезатратным. Как специальное валеологическое знание рождается здоровьесберегающая педагогика или педагогика здоровья [61].

Педагогика здоровья рассматривает такие задачи: воспитание обучающихся на разумном приоритете ценности здоровья; формирование потребности быть здоровым и вести здоровый образ жизни; ва-

леологизация учебно-воспитательного процесса и учебных программ медико-биологических дисциплин.

Основой педагогики здоровья (здоровьесберегающей педагогики) является здоровьесберегающая технология. В настоящее время термин *«здоровьесберегающая технология»* широко используется в практике обучения; несмотря на то, что это понятие многими учеными трактуется неоднозначно.

Понятие *«здоровьесберегающая технология»* интегрированное и включает в себя оздоровление как прибавление здоровья, расширение адаптационных возможностей организма.

Родово-видовой анализ терминов *«здоровье»*, *«оздоровление»*, *«здоровьесбережение»*, *«адаптация»* позволил нам определить ключевое понятие *«здоровьесберегающая технология»* как *целенаправленная, логически построенная последовательность операций, которая формирует компетенции по сохранению, укреплению здоровья, а также здорового, безопасного образа жизни и самосохранительного поведения.*

Здоровьесберегающие технологии, которые должны освоить студенты для осуществления оздоровительной работы с детьми в летних лагерях должны отвечать следующим требованиям: *доступности, научности, безопасности, эффективности и простоты применения.* Под простотой необходимо понимать легкость изучения и применения определенной технологии на практике с минимальными затратами сил и времени.

Доступность видится в том, что данную технологию может изучить любой студент и применить ее во время прохождения педагогической практики в общеобразовательных организациях.

Используя наработки коллектива кафедры безопасности жизнедеятельности и методико-биологических дисциплин (ранее Института

здоровья и экологии человека, на рисунке 2 представим систему здоровьесберегающих технологий.



Рисунок 2 – Здоровьесберегающие технологии как системообразующий фактор тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

Здоровьесберегающие образовательные технологии выполняют следующие **функции**:

- *Социализационная функция*, которая предполагает включение школьников в такую систему общественных отношений, в которой происходили бы наименьшие потери для их здоровья, осуществлялась бы их успешная адаптация к социальным условиям и возможность

максимальной реализации социального и биологического потенциала личности.

- *Культурологическая функция* – цель обучения, воспитания и развития подрастающего человека, формирование рациональных отношений с другим человеком, социальными группами, природно-социальной средой и самим собой переплетается с проблемой формирования культуры здоровья. Создание благоприятных условий для овладения обучаемым на научной основе опытом сохранения и укрепления своего здоровья, формирования позитивного, гуманистического сознания личности, Уровень культуры здоровья человека непосредственно связан с его личностной зрелостью, с той духовно-нравственной ориентацией, которая не только ведет к равновесию ума, эмоций и поступков человека, но и гармонизирует его с внешним миром.

- *Оздоровительно-профилактическая функция*, которая включает, во-первых, эколого-валеологическое, психогигиеническое обоснование учебно-воспитательного процесса по оптимизации режимов труда и отдыха; комфортного психологического климата; организация горячего питания; во-вторых, соблюдение санитарно-гигиенических норм при использовании здания образовательного учреждения, помещений, мебели, оборудования; обеспечение оптимальной двигательной нагрузки обучаемых; эколого-валеологическое просвещение субъектов образования; использование специфических способов оздоровления.

- *Коррекционно-реабилитационная функция* – она направлена на преодоление личностного, физиологического состояния обучаемого, которое не соответствует определенным психологическим, физиологическим, социальным нормам и предполагает гуманистический, мажорный настрой педагога по отношению к обучаемому; ориентацию на сильные стороны личности обучаемого; создание определен-

ной образовательной среды, которая способна содействовать реализации обучаемым своего потенциала.

- *Функция укрепления и развития физической составляющей здоровья учащихся, которая направлена на повышение оптимальных адаптационных резервов организма учащегося, наращивание физического компонента здоровья в результате осуществления программы двигательной активности обучаемых.*

Использование здоровьесберегающих образовательных технологий позволяет педагогам решать в условиях обновления и оздоровления образования следующие актуальные задачи:

- оздоровление и реализация субъект-субъектных отношений в учебно-воспитательном процессе, организация адекватного сотрудничества всех субъектов образования по вопросам здорового образа жизни подрастающего человека, оздоровления окружающей его природно-социальной среды и отношений в семье – в связи с укреплением и развитием благополучия, здоровья школьника;
- оздоровление среды образовательного учреждения как комплексного средства оздоровления учащихся;
- реализация природосообразного образовательного процесса, направленного на развитие, активизацию возможностей подрастающего человека – в соответствии с его личностно-возрастными особенностями, предрасположенностями, возможностями, склонностями, интересами;
- создание условий для оптимальной физической активности школьников, профилактики гиподинамии;
- своевременное снятие перегрузки школьников, приводящей к выраженному состоянию переутомления;
- восстановление функций организма, личности учащегося – при перенесении им возможных недугов, а также жизненных неурядиц;

- предупреждение вредных воздействий разного рода на здоровье школьника, сохранение и укрепление психологической составляющей здоровья;
- формирование и развитие культуры здоровья подрастающего человека – на основе развивающейся культуры здоровья педагогов и родителей учащихся;
- формирование, развитие и рационализация у учащихся ценностного отношения к жизни, здоровью, благополучию природы;
- организация и обеспечение постоянного эколого-валеологического просвещения родителей учащихся – в разных формах и видах его.

Здоровьесберегающие технологии разрабатываются на основе следующих **принципов**:

- *принцип культуротворчества*; данный принцип призван формировать культуру здоровья через овладение научными знаниями, опытом, традициями своего народа;
- *принцип интерактивности*; при этом под интерактивностью понимается межсубъектная активность: знание, добываемое в совместной деятельности через диалог, полилог субъектов образования, направлено на расширение адаптационных возможностей организма, повышение его устойчивости к воздействию многообразных факторов;
- *принцип природосообразности*; этот принцип призван развить присущие человеческой природе физические и духовные силы в соответствии со свойственным стремлением подрастающего человека к всесторонней деятельности;
- *принцип валеологизации*; он предполагает нацеленность обучающихся, воспитывающих и развивающих компонентов образовательной среды на сохранение, укрепление и развитие физического, духовного и социального благополучия подрастающего человека;

- *принцип экологизации*; данный принцип предполагает формирование образовательной среды в соответствии с принципами среды: искусственная социальная среда выстраивается по гомологии со средой природной;

По **характеру действия** здоровьесберегающие технологии подразделяются на группы:

Защитно-профилактические технологии, которые обеспечивают выполнение санитарно-гигиенических норм СанПиНа, проведение прививок, ограничение предельного уровня учебной нагрузки, исключение наступления состояния переутомления, предупреждение травматизма.

Компенсаторно-нейтрализующие здоровьесберегающие технологии: физкультминутки и физкультпаузы, позволяющие нейтрализовать неблагоприятное воздействие статичности уроков, обеспечение достаточной физической нагрузки; эмоциональные разрядки и «минутки покоя», валеологические паузы, различные виды релаксации; цветооздоровление, музыкаоздоровление и т.п.; это все нейтрализует стрессогенные воздействия, психоэмоциональное напряжение.

Необходимо отметить, что фактор сидения отнесен к базовым факторам риска в возникновении соматической патологии, в первую очередь у детей и подростков. Самое важное средство профилактики и оздоровления – это формирование привычного и устойчивого телесно-вертикального моторно-активного динамического стереотипа. Мебель должна способствовать правильной, удобной позе ученика, соответствовать его анатомо-физиологическим особенностям. В этом случае необходимо использование специальной школьной мебели – конторок, особенно в начальной школе, и введение в учебный процесс режима динамических поз: стоя – сидя – лежа.

Экологические факторы, к которым относится, например, цветовая гамма помещений, являются важными факторами оздоровления компенсаторно-нейтрализующего действия. При оформлении учебных и рекреационных помещений рекомендуется выбирать следующие цвета – от желтовато-зеленого через желтый до оранжевого, синий и зеленый. Эти цвета благоприятно влияют на эмоциональное состояние человека, его самочувствие и работоспособность. При этом необходимо помнить, что учащиеся младших классов предпочитают теплые тона (желтый, оранжевый, персиковый), средних – оттенки зеленого, старших – холодные тона (голубой).

Стимулирующие здоровьесберегающие технологии: температурное закаливание и физические нагрузки; самомассаж биологически активных точек и рефлексогенных зон; динамическая релаксация; аромооздоровление; фитооздоровление; музыкаоздоровление; звукооздоровление; дыхательная гимнастика; аутотренинг.

Информационно-обучающие здоровьесберегающие технологии: образовательные, просветительские и воспитательные программы, адресованные детям и подросткам.

По **организационным особенностям** выделяют следующие здоровьесберегающие образовательные технологии:

Обеспечивающие – создают необходимые условия проведения образовательного процесса, регламентированные нормативными документами.

Реконструирующие – нацелены на привнесение новых элементов, условий, не предусмотренных нормативными документами (фитобар, кабинет физиотерапии, цветовая подсветка в кабинетах, оздоровительно-психологические тренинги и т.п.).

Выделены **подходы** в выборе здоровьесберегающих образовательных технологий, к которым обращаются педагогические коллективы образовательных учреждений:

Дидактический подход – на первый план выступают «уроки здоровья».

Организационный подход – в этом случае организуются и проводятся мероприятия на тему здоровья: «Дни здоровья», конкурсы, соревнования, наглядная агитация и т.п.

Проблемный подход – все усилия направляются на решение какой-то конкретной задачи в области формирования комплексного благополучия подрастающего человека, сопряженного с благополучием окружающей социально-природной среды.

«Физкультурный» подход – приводит к подмене заботы о комплексном благополучии школьника заботой только о его физическом развитии.

При организации здоровьесберегающего учебно-воспитательного процесса важно обратить внимание на *валеологически целесообразную регламентацию учебного занятия*, которая включает в себя следующие моменты:

- *Валеологически целесообразное включение учащихся в учебное занятие*: создание доминанты, завершение которой, как правило, сочетается с положительной эмоцией, чувством глубокого удовлетворения; введение ритуала начала занятия, что подразумевает позитивный настрой на урок, снижение двигательной активности и концентрацию внимания.
- *Выбор адекватных возрасту форм и методов ведения занятия*, которые обеспечивают удовлетворение базовых потребностей учащихся: социальные потребности в самосовершенствовании, самоутверждении, самовыражении и самоопределении, а также вспомога-

тельные – в саморегуляции деятельности и творческой активности; потребности в безопасности, любви и признании, которые всегда для всех значимы и должны удовлетворяться в ходе образовательной деятельности.

- *Привлечение возможно большего числа органов чувств учащихся:* зрение, слух, обоняние, осязание. Необходимо учитывать, что школьники имеют свои индивидуальные доминирующие каналы восприятия: визуальный (чаще), аудиальный (реже), кинестетический.

- *Соотношение образной и логической подачи и обработки учебного материала.* На физиологическом уровне это соотносится с доминированием левого и правого полушария головного мозга. Правое полушарие «схватывает» материал целостно, левое же способно к ступенчатому, поэтапному познанию (аналитическая деятельность). Левополушарная стратегия организует материал так, что создается однозначный контекст, понимаемый всеми одинаково, правополушарная – многозначный контекст, не поддающийся исчерпывающему объяснению в традиционной системе общения. В общем же мозг функционирует как единое целое, объединяя оба способа организации контекста как взаимодополняющие компоненты мышления, но при доминировании одного из них.

- *Включение в процесс познания эмоционально-чувственной сферы.* Яркость, эмоциональность учебного материала, взволнованность самого преподавателя с огромной силой воздействуют на школьника, его отношение к предмету. Информация, эмоционально окрашенная приобретает личностный смысл. Но при этом необходимо помнить, что высокая эмоциональность вредна на трудных и насыщенных занятиях математики и полезна при высокой трудности и низкой насыщенности занятий по русскому языку.

Есть еще один важный момент – это учет особенностей высшей нервной деятельности учащихся. Приведем конкретные примеры.

Особенности обучения учащихся со слабой нервной системой:

- не ставить ученика в ситуацию неожиданного вопроса, требующего быстрого ответа;
- предоставлять достаточное время на обдумывание и подготовку;
- желательно, чтобы ответы давались в письменной форме;
- давать время для проверки и исправления написанного;
- спрашивать в начале урока и в начале дня;
- не требовать ответов по только что усвоенному материалу;
- формировать уверенность в своих силах, поощрять за старательность;
- осторожно оценивать неудачи;
- в минимальной степени отвлекать от работы;
- учить умению переживать неудачи;
- вовлекать в широкий круг занятий.

Особенности обучения учащихся с инертной нервной системой:

- не требовать от них немедленного включения в деятельность;
- помнить, что они не могут активно работать с постоянно меняющимися заданиями;
- не требовать быстрого изменения неудачных формулировок при устных ответах;
- не спрашивать в начале урока;
- избегать ситуаций, когда нужно получить быстрый устный ответ на неожиданный вопрос;
- в момент выполнения заданий не надо их отвлекать;
- не следует требовать ответов по новому материалу.

Таким образом, здоровье мы рассматриваем как объективное состояние и субъективное чувство полного физического, психического и социального комфорта (по Н.Ф. Реймерсу).

В нашем исследовании акцент больше всего был сделан на субъективное чувство.

Третье педагогическое условие – открытая образовательная здоровьесберегающая среда.

Характеризуя третье педагогическое условие, необходимо обратиться к родовому понятию «среда». Экологическое понятие «среда» означает совокупность элементов, явлений (природных, антропогенных), которые прямо или косвенно влияют на группу организмов или организм.

Экстраполируя такое определение на образование, то образовательная среда (по данным З.И. Тюмасевой) будет совокупность образовательных факторов, которые воздействуют на субъекты образования прямо или косвенно в процессе обучения, воспитания и развития. Анализ работ З.И. Тюмасевой, И.Л. Ореховой, Л.И. Пономаревой, Е.Г. Кушниковой, Т.М. Стариковой, Н.Н. Щелчковой, Д.В. Натаровой, Э.А. Мулявиной и др. показал, что образовательная здоровьесберегающая среда – это совокупность условий, созданных администрацией университета, коллективом преподавателей (тьюторов) с целью формирования у студентов (тьюторантов) потребности быть здоровым, вести здоровый и безопасный образ жизни, а также самосохранительное поведение. Однако, необходимо знать, что образовательная среда должна быть открытой.

Открытая образовательная среда предоставляет тьюторанту выбор образа себя и своего пути. При этом пространство работы тьютора надо рассматривать в трех аспектах: *социальном, культурно-предметном и антропологическом.*

В социальном контексте тьюторства означает укрепление позитивной социальной позиции в студенческом коллективе, расширение социальных связей, что предоставляет им большие возможности активно участвовать в общественно-культурной жизни студенческого коллектива. При этом ярко проявляются такие личностные качества, как толерантность, коммуникативность, умение слушать и слышать собеседника, строить диалог, воспринимать другую точку зрения при обсуждении проблемы здоровьесбережения. Такая деятельность безусловно является общественной, поэтому становится субъективно значимой для студентов (тьюторантов).

Наиболее эффективными образовательными методами, средствами работы тьютора являются метод проектов, «Дебаты», ролевые игры и др., которые позволяют воссоздать институты гражданского общества.

В культурно-предметном контексте работа тьютора проявляется в активной творческой позиции в проведении проектной деятельности студентами (тьюторантами).

Студенты начинают проявлять инициативу в сборе интересной информации о природе, системах, средствах оздоровления. Им необходимо тьюторское сопровождение самообразования с учетом навыков работы студентов в Интернете. Студенты принимают участие в воспитательно-оздоровительных мероприятиях: «Дары осени – нашему здоровью», «Экологический марафон «Здоровье человека – здоровье Земли» с целью овладения знаниями и навыками в организации и проведении оздоровительной работы с детьми в летних лагерях.

В антропологическом контексте открытость образовательной среды рассматривается нами как пространство всех возможных ресурсов для собственного образовательного движения будущих учителей. При этом цель тьютора заключается в том, чтобы научить студента

максимально использовать различные доступные средства для построения своей индивидуальной образовательной траектории. Студент в этой ситуации является заказчиком на собственное образование, он сам реализует свой творческий потенциал. В ходе выполнения проекта, связанного со здоровьесбережением, у тьютора формируются основы потребности ведения здорового и безопасного образа жизни, ценностного отношения к природе; развивается мотивация к саморазвитию и реализации личностного потенциала. Главными образовательными технологиями в антропологическом контексте являются методы ситуативного анализа, проектирования, метод портфолио.

Выводы по первой главе

1. Актуальность исследования определяется противоречиями между социальным заказом современного общества на формирование здоровой личности; необходимостью выстроенной системы подготовки будущих учителей к осуществлению оздоровительной работы с детьми в летних лагерях; востребованностью тьюторского сопровождения формирования готовности студентов к оздоровительной работе с детьми.

2. Родовидовой анализ понятий «здоровье», «оздоровление», «тьюторское сопровождение», «готовность», «формирование» позволил уточнить и конкретизировать ключевое понятие нашего исследования «тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях», которое мы определили как целенаправленную, систематическую, педагогическую деятельность, направленную на овладение здоровьесберегающими технологиями, системами, средствами оздоровительной работы, способствующей личной безопасности, сохранению и укреп-

лению здоровья, а также рациональному использованию природных факторов в расширении адаптивных возможностей организма.

3. Анализ зарубежного и отечественного опыта показал, что тьюторская система вуза должна быть гибкой, сочетать разнообразные формы и виды деятельности тьюторов, чтобы быть адекватным запросам студентов и прямо влиять на повышение качества их образования.

4. Методологической основой исследования проблемы тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях являются подходы системный (В.Г. Афанасьев, В.И. Блауберг, А.И. Субетто, З.И. Тюмасева и др.); аксиологический (А.П. Балицкая, Б.М. Бим-Бад, Б.С. Брушлинский, Б.Т. Лихачев, Н.Д. Никандров, С.И. Маслов, Т.И. Пороховская, В.А. Сластенин, Е.И. Шиянов и др.), информационный (В.С. Аранский, Б.Л. Ван-дер-Варден, В.И. Журавлев, Ю.В. Исаев, А.Н. Колмогоров, Г. Крамер, Г.А. Кручинина, С. Кульбак, Н.Ф. Реймерс, А.П. Суханов, В.А. Якунин и др.), контекстный (А.А. Вербицкий, Т.Д. Дубовицкая, Г.Л. Ильин, Г.Х. Валеев, И.Э. Смирнова и др.), личностно-деятельностный (Ш.А. Амонашвили, Е.В. Бондаревская, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Н.Н. Тулькибаева, Л.В. Трубайчук и др.); теории о сущности человека и его взаимоотношениях с природой, обществом и самим собой (В.П. Казначеев, И. Кант, Я.А. Коменский, К.Д. Ушинский, А.И. Субетто и др.). Отмеченные подходы и принципы (валеологизации, экологизации, природосообразности, культуротворчества, идеи педагогики здоровья) позволили изучить предмет исследования, выделить в качестве цели и результата образовательного процесса позитивный уровень тьюторского сопровождения, что выражается в качестве медико-биологических, эколого-валеологических знаний, умений, позитивной динамики состояния здоровья тьюторантов, повышении мотивации к ведению здорового и безопасного образа

жизни, потребности быть здоровым и активном участии в воспитательно-оздоровительных мероприятиях социальной значимости.

5. Обоснование методологических подходов, принципов, уточнение и конкретизация ключевого понятия исследования позволили нам создать структурную модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, состоящую из блоков: целевого, содержательного, процессуального, оценочно-результативного.

6. Эффективность апробации структурной модели тьюторского сопровождения готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях зависит от выявленных педагогических условий: модульная программа учебно-оздоровительной работы со студентами гуманитарно-педагогических профилей; здоровьесберегающие технологии как системообразующий фактор тьюторского сопровождения готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях; открытая образовательная здоровьесберегающая среда.

ГЛАВА 2

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ Тьюторского сопровождения формирования го- товности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

2.1. Общая характеристика педагогического исследования проблемы тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

Экспериментальная работа является целостным процессом и включает разные методы исследования, обеспечивает научную и доказательную проверку выдвинутой гипотезы.

Цель педагогического эксперимента – проверка выдвинутой нами гипотезы: тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях будет эффективной если:

– реализуется структурная модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, включающая целевой, содержательный, процессуальный и оценочно-результативный блоки; – реализуется последовательность тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях;

– апробированы формы, методы, средства тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях;

– выявлены педагогические условия;

- реализация модульной программы учебно-оздоровительной работы со студентами гуманитарно-педагогических профилей;
- освоение и использование здоровьесберегающих технологий;
- открытая образовательная здоровьесберегающая среда.

На основе выдвинутой гипотезы нами сформулированы *следующие задачи экспериментальной работы*:

1. Проанализировать исходные данные определения субъективной составляющей здоровья студентов; уровень мотивации к оздоровительной деятельности; начальный уровень представления о здоровье, здоровом образе жизни и оздоровлении.

2. Апробировать структурную модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, направленную на сохранение и укрепление здоровья, а также на самосохранительное поведение.

3. Зафиксировать изменения показателей готовности студентов к оздоровительной работе с детьми, а также уровень их мотивации в вопросах самооздоровления.

4. Анализировать и обобщать полученные результаты. Обработать полученные экспериментальные данные на качественном и количественном уровнях.

Опытно-экспериментальная работа проводилась в три этапа с 2012 по 2020 годы на базе Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета, который обеспечивает медико-биологическую подготовку студентов исторического и филологического факультетов. В эксперименте участвовало 268 студентов.

На первом – поисковом – этапе (2012–2013 гг.) анализировалась научная и научно-методическая литература по проблеме исследования. Изучался практический опыт подготовки студентов, как будущих учителей, к оздоровительной работе в общеобразовательных

организациях и организациях дополнительного образования. Полученная информация систематизировалась, создавался банк данных, на основе этого была сформулирована гипотеза и план исследования.

На втором – опытно-экспериментальном – этапе (2013–2015 гг.) осуществлялась разработка структурной модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе в летних лагерях. С этой целью анализировались учебные планы для студентов гуманитарно-педагогических профилей, чтобы прояснить ситуацию о готовности студентов к получению умений и навыков по использованию здоровьесберегающих технологий и природных средств для оздоровления детей в условиях лагерей. Проводилось наблюдение, тестирование в рамках педагогического эксперимента.

На третьем – аналитико-обобщающем – этапе (2016–2020 гг.) обрабатывались полученные материалы, в процессе опытно-экспериментальной работы; проверялась, выдвинутая нами гипотеза; определили критерии, уровни сформированности готовности будущих учителей к проведению оздоровительной деятельности с детьми в условиях природы. Проходила проверка результатов исследования.

Этапы эксперимента, цели и задачи этих этапов, методы работы представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Задачи и методы педагогического эксперимента на каждом этапе

Этапы	Цели и задачи	Методы
1	2	3
1. Констатирующий (2018 г.)	Изучить состояние проблемы тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях. Сформулировать цель, задачи, гипотезу исследования. Спроектировать модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной ра-	– нормативно-правовая база; – анализ медико-биологической и эколого-валеологической литературы; моделирование; – наблюдения;

	<p>боте с детьми в летних лагерях. Определить место тьюторского сопровождения в системе профессиональной подготовки студентов. Выявить педагогические условия. Спланировать опытно-экспериментальную работу. Изучить запросы студентов в тьюторском сопровождении. Выбор тьюторантов</p>	<p>– устный опрос; тестирование; – беседа</p>
<p>2. Формирующий (2018–2019 гг.)</p>	<p>Апробация модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях. Провести диагностику субъективной составляющей здоровья и здорового образа жизни. Анализ результатов поставленной цели. Проверка и апробация педагогических условий в экспериментальной работе.</p>	<p>– педагогический эксперимент; – наблюдение; – тестирование; – опрос; – оценка результатов проделанной работы; – статистическая обработка данных</p>
<p>3. Контрольный (2020–2021 гг.)</p>	<p>Обработка полученных результатов. Обобщение данных эксперимента. Определение эффективности эксперимента по тьюторскому сопровождению формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях. Внедрение модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях</p>	<p>– оценивание; – обобщение; – систематизация; – математическая обработка полученных данных</p>

На констатирующем этапе мы провели статистические измерения уровней сформированности готовности студентов к оздоровительной деятельности в контрольной и экспериментальной группах по критериям: когнитивному, эмоциональному и поведенческому.

По когнитивному критерию студенты показали относительно одинаковые результаты как в контрольной, так и в экспериментальной группах: низкий уровень имеют 86–92%; средний уровень у 8–14%, высокий уровень не проявился ни у кого.

Аналогичные результаты были получены нами по эмоциональному и поведенческому критериям. Студенты были не готовы к осуществлению оздоровительной работы с детьми в летних лагерях. По-

сколькo основным критерием эффективности, созданной нами модели, является сформированность готовности студентов к оздоровительной работе с детьми, возникла необходимость создать условия для продвижения студентов на более высокий уровень готовности к оздоровлению и самооздоровлению, а также овладению здоровьесберегающими технологиями.

Студенты экспериментальной группы прошли компьютерное тестирование с помощью программы «Гармония» разработанной З.И. Тюмасевой, И.Л. Ореховой, Г.В. Валеевой и др. [69]. Эта программа позволила нам определить субъективную составляющую здоровья; определить психосоматический тип; оценить физическое состояние; выяснить самооценку студентов, их ценностные ориентации (по Роккичу); узнать отношение студентов к оздоровлению, а также есть ли у них представление об оздоровительной деятельности.

Анализ диагностических данных показал, что студенты нуждаются в тьюторском сопровождении, чтобы быть готовыми сохранять, укреплять как свое здоровье, так и детей, с которыми они будут работать. Запрос от студентов поступил, и они готовы были к педагогическому эксперименту.

2.2. Педагогическая эффективность реализации модели формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

В ходе педагогического эксперимента с 2012 по 2020 годы были проведены комплексные срезы. Нулевой срез, как было отмечено ранее, проводился в сентябре каждого года на первом курсе. В первом семестре студенты изучали теоретические и практические медико-биологические дисциплины: «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»,

«Безопасность жизнедеятельности», «Основы экологической культуры и др.

Среди дисциплин медико-биологического цикла «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» является системообразующим курсом, так как он нацелен на формирование у студентов комплекса знаний об организме как экологической самовоспроизводящейся системе, о его анатомо-физиологических особенностях и этапах развития.

Следующие срезы были проведены целенаправленно с учетом созданной нами модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе в летних лагерях, которая предполагает освоение студентами модульной программы и здоровьесберегающих технологий.

Для оценивания эффективности тьюторского сопровождения формирования готовности студентов к оздоровительной работе с детьми использованы три критерия: когнитивный, эмоциональный и поведенческий. Качественная характеристика описана в первой главе.

Для определения уровня тьюторского сопровождения сформированности готовности студентов к оздоровительной работе использовали трехуровневую шкалу: 1 балл – низкий уровень; 2 балла – средний уровень; 3 балла – высокий уровень. За каждый показатель студент может получить от 1 до 3 баллов.

Анализ полученных данных педагогического эксперимента показал, что максимальное количество баллов по критериям в экспериментальной группе тьюторантов (10 человек) составило:

- когнитивный – 13 баллов;
- эмоциональный – 12 баллов;
- поведенческий – 10 баллов.

На основе полученных баллов выделено три основных уровня сформированности готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми (таблица 4).

Таблица 4 – Уровни сформированности готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми

Уровень	Сумма баллов
Высокий уровень	26–38 баллов
Средний уровень	16–25 баллов
Низкий уровень	8–12 баллов

Тьюторское сопровождение тьюторантов стало осуществляться с ноября 2018 по февраль 2020 года и представляло собой целенаправленную последовательность взаимообусловленных этапов: диагностико-мотивационного, проектировочного, реализационного и аналитического.

Выбор тьюторантов был добровольным, студенты пожелали развиваться и быть компетентными в вопросах здоровья и оздоровления.

На диагностико-мотивационном этапе с тьюторантами проводилась беседа (тьюторская консультация), где они рассказывали о себе, о своих проблемах, почему им захотелось прибегнуть к помощи тьютора. В результате собеседования стало понятно, чего ожидают студенты от тьюторского сопровождения.

Тьютору необходимо было создать атмосферу доверия, чтобы студенты поделились своими интересами, рассказали о склонностях, мотивах и потребностях в здоровом образе жизни. Затем, определялся объем знаний у студентов по теме их запроса: о здоровье, системах и средствах оздоровления, укреплении здоровья и т.д. Вопросы сформулированы были таким образом, чтобы они соответствовали выбранным нами критериям: когнитивному, эмоциональному и поведенческому. У тьюторантов имеются проблемы со здоровьем, питанием,

трудности во взаимоотношениях со сверстниками. Однако все десять студентов не имели вредных привычек.

По результатам тестирования ярко проявилась у студентов психоэмоциональная составляющая здоровья, так как показатели «фрустрация» и «тревожность» оказались выше нормы.

У тьюторантов возрос интерес после тестирования и появилось желание заниматься самообследованием своего здоровья. Но оставались вопросы, так как не известны были причины их нездоровья. После тьюторской консультации студенты должны были сформулировать «что именно хотелось бы выяснить о своем здоровье» и «как овладеть знаниями по оздоровлению себя и окружающих людей».

Проходила большая работа по освоению понятийного аппарата по проблеме исследования с использованием метода развития критического мышления через чтение и письмо (контент – анализ интернет среды). Для изучения составляющих здоровья как интегрированного понятия использовался метод картирования. Эти методы были освоены студентами в ходе беседы с тьютором на простом примере.

Таким образом, результаты первого этапа эксперимента показали низкий уровень сформированности готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми.

Таблица 5 – Начальный уровень сформированности готовности тьюторантов к оздоровительной работе

№ п/п	Критерии	Сумма баллов	%
1	Когнитивный	6	43
2	Эмоциональный	4	36
3	Поведенческий	3	21
	Всего	13	100

Формирующий этап педагогического эксперимента показал, что существует необходимость в реализации структурной модели тью-

торского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Анализируя полученные данные, мы перешли к собственно экспериментальному этапу (контрольному) работы, то есть к реализации структурной модели.

Процесс индивидуализации тьюторантов в открытом здоровьесберегающем пространстве начался на поисковом этапе работы с выявления образовательного заказа и продолжился на экспериментальном этапе.

Принцип индивидуализации учитывает индивидуальные особенности каждого студента и дает им право выстраивать собственное содержание образования оздоровительной деятельности. При этом тьютор формирует у тьюторанта культуру осмысленной деятельности, осознанного выбора, ответственности, а также построение своего открытого образовательного пространства для самореализации, самообразования в области здоровьесбережения и экологовалеологического образования. *Диагностико-мотивационный этап* работы тьютора завершается вторым собеседованием со студентами, где обсуждаются различные определения здоровья, здорового образа жизни, оздоровления, здоровьесберегающие технологии. В результате данной беседы прояснилась новая *актуальная потребность студентов* – овладеть методиками оздоровления, уметь выстраивать индивидуальную образовательную траекторию по теме оздоровления, а также понять логику оздоровительной работы в условиях летних лагерей. Мы, после обсуждения, включаем эту потребность в индивидуальный образовательный маршрут. Появляется у каждого студента «Паспорт здоровья» и «Дневник здоровья студента» как необходимость в решении данной проблемы. Каждый тьюторант от тьютора получает задание – начать оформлять «*Портфолио*».

Проектировочный этап тьюторского сопровождения заключается в сборе информации, которая необходима каждому студенту для пополнения портфолио «Мое здоровье». Портфолио «Мое здоровье» состоит из материалов генезиса понятия «здоровье»; историографии под данному вопросу; авторских заметок по предмету; фотографий, иллюстраций; графиков, схем, интересных эссе своего участия в оздоровительно-воспитательных мероприятиях «Дары осени – нашему здоровью», экологического марафона «Здоровье человека – здоровье Земли»; карты своего здоровья; списков оборудования, материалов для выполнения проектов, научного исследования; разнообразных материалов, которые необходимы студенту для самообразования.

Перед тьютором стоит важная задача, найти вопросы в представленном (студентом) материале, чтобы принять решение о сужении или расширении темы; провести анализ «портфолио», а затем дать консультацию по нему; посоветовать, если в этом есть необходимость, использовать образовательное пространство вуза, обратиться к другим специалистам-профессионалам.

Главным результатом проектировочного этапа является совместная работа тьютора и тьюторанта, направленная на построение индивидуального образовательного маршрута с учетом запроса студента, его интересов, предположенности и познавательных возможностей. Выявленные нами педагогические условия способствуют решению выявленной проблемы. При проектировании индивидуального образовательного маршрута тьютор способствовал адаптации студентов в открытой образовательной здоровьесберегающей среде вуза; помогал им раскрыть свои возможности; изучить модульную программу по здоровьесбережению; содействовал выбору, обучал самостоятельному поиску возможных ресурсов и навигации в мире образовательных возможностей.

В работах С.В. Воробьева, Н.А. Лабунской, А.П. Тряпициной, Т.М. Ковалевой, Ю.Ф. Тимофеевой и др. дается трактовка *индивидуального образовательного маршрута* как целенаправленно проектируемая дифференцированная образовательная программа, которая обеспечивает обучающимся позиции выбора, разработки и реализации образовательной программы при осуществлении тьюторского сопровождения его самоопределения и самореализации. В нашем исследовании мы придерживались такому пониманию индивидуального образовательного маршрута, который включает *целевой компонент* (основная цель образования в соответствии с требованиями ФГОС); *содержательный компонент* (отбор содержания медико-биологических и экологовалеологических дисциплин, установления межпредметных и внутрипредметных связей); *технологический компонент* (использование педагогических и здоровьесберегающих технологий, методов, систем и средств обучения, воспитания).

На реализационном этапе идет самообразовательная деятельность студентов, согласно ранее составленному маршруту. Тьютор может подключать других специалистов (психологов, медиков) для обучения студентов здоровьесберегающим технологиям, способам самооздоровления, то есть осуществляет корректировку маршрута.

Психолог кафедры безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин Г.В. Валеева помогла студентам решить психологическую проблему методом фрактального рисунка. При реализации индивидуального маршрута каждому студенту *содействовало второе педагогическое условие – здоровьесберегающие технологии* как системообразующий фактор тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях. Студенты изучили данные технологии на лабораторных и практических занятиях медико-биологических

дисциплин, активно участвовали в научно-практических конференциях молодых ученых, аспирантов и студентов «Экологическая безопасность, здоровье и образование», в заседаниях «Клуба тьюторов». Все это мотивировало их на систематическое пополнение своего портфолио, дневника здоровья. Тьютор проводил групповые и индивидуальные консультации, устраивал дебаты, дискуссии. Конечным результатом студентов на этом этапе явился завершённый портфолио по оздоровительной работе и здоровью, а также презентация портфолио, с которой каждый студент выступил на практических занятиях.

На аналитическом этапе подведены итоги совместной работы тьютора и студентов-будущих учителей. Каждый студент продемонстрировал портфолио своих достижений: проекты на заданную тему по оздоровлению; отзывы преподавателей, психолога, одноклассников; чек-листы, отражающие успеваемость по медико-биологическим дисциплинам, а также по психологии и педагогике; краткое описание наиболее удачных результатов, достигнутых в оздоровительно-воспитательных мероприятиях «Дары осени – нашему здоровью», экологического марафона «Здоровье человека – здоровье Земли», а также в эколого-валеологической олимпиаде.

Данный этап завершился повторным (итоговым) тестированием субъективной составляющей здоровья по компьютерной программе «Гармония», которая показала лучшие результаты по сравнению первоначального тестирования студентов. Наблюдались изменения самооценки своего состояния студентов (понижился уровень тревожности, фрустрации, стрессонапряженности); удовлетворенность самочувствия повысилась; значительно вырос уровень сформированности готовности к оздоровительной работе с детьми. Тьюторанты уже по-другому оценивают здоровье и больше смотивированы на здоровый образ жизни и безопасное поведение в социоприродной среде. Прин-

ципы непрерывности, доступности реализовались в систематических занятиях физической культурой. Некоторые студенты (их 5 человек) записались на фитнес, стали заниматься научной работой, причем тематика связана с проблемой здоровья и оздоровления.

Апробация созданной нами структурной модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях в выявленных педагогических условиях в значительной мере повлияла на результаты опытно-экспериментальной работы. Для решения поставленных задач, формирующий этап педагогического эксперимента был направлен на анализ и обобщение полученных результатов при апробации структурной модели, а также уточнение теоретических положений исследования, формулирования выводов.

Целью и задачами формирующего этапа являлись:

- обработка полученных данных;
- анализ и обобщение материалов по результатам исследования;
- оформление результатов обработки педагогического эксперимента;
- определение эффективности эксперимента по тьюторскому сопровождению формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях;
- апробация модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

На контрольном этапе провели проверку уровня сформированности готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми. Для того, чтобы дать объективную оценку, проведенному исследованию, была проведена итоговая диагностическая работа по методикам, которые были описаны ранее.

После обработки данных, выявили высокий уровень сформированности готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Таблица 6 – Итоговый уровень сформированности готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

№ п/п	Критерии	Сумма баллов	%
1	Когнитивный	14 баллов	39
2	Эмоциональный	12 баллов	33
3	Поведенческий	10 баллов	28
	Всего	36 баллов	100

Сравнительный анализ уровней сформированности готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми представлена на рисунке 3.

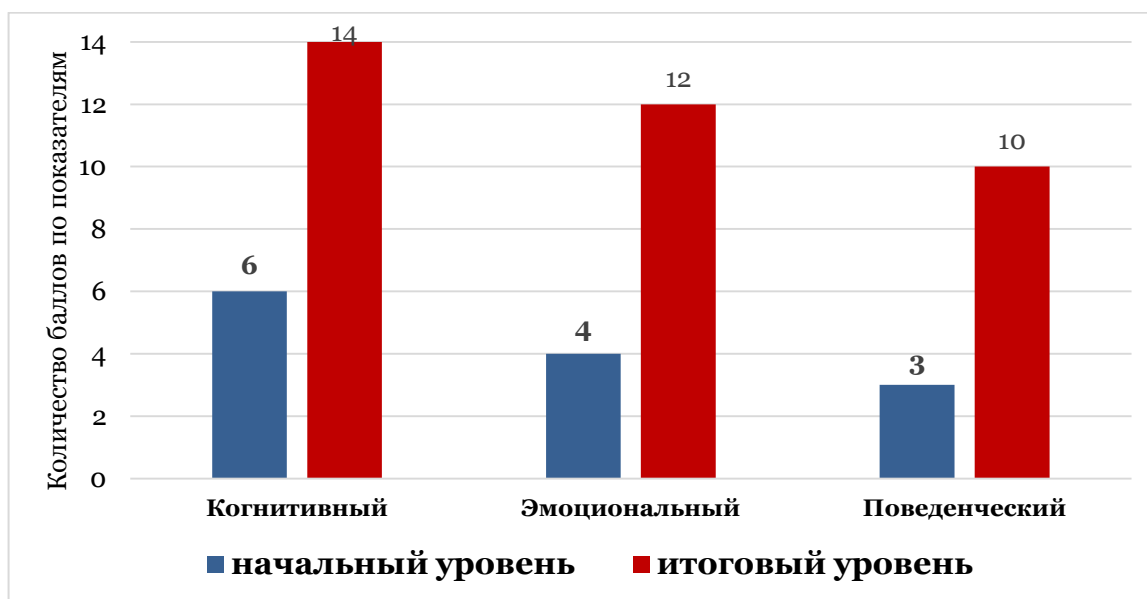


Рисунок 3 – Сравнительный анализ тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

Из диаграммы видим прирост показателей по трем критериям: когнитивному, эмоциональному и поведенческому.

В том, что тьюторское сопровождение сыграло важную роль в позитивных результатах эксперимента, отметили сами тьюторанты. Они стали разбираться в вопросах здоровья, оздоровления, освоили комплекс оздоровительных методик и средств с целью использования их на практике. Заметно изменились ценности и мотивы действий студентов относительно их здоровья и здорового образа жизни. На начальном этапе они считали, что все зависит от наследственности и ничего с этим нельзя поделать. Сейчас же они осознанно могут предпринимать определенные действия по сохранению, укреплению своего здоровья, понимая, что оно на 50% зависит от образа жизни. Кроме того, студенты овладели некоторыми методиками диагностики субъективной составляющей здоровья, которые они могут успешно применять, работая с детьми в летних лагерях. Доминируют также методики, как ароматерапия, точечный массаж, фрактальный рисунок и сказкотерапия.

Полезными оказались лекции и семинары с использованием дискуссий и case-метода, подготовка, демонстрация и обсуждение презентаций, выполненных ими проектов на здоровьесберегающую тематику. Большой опыт получили тьюторанты от участия в оздоровительно-воспитательных мероприятиях «Дары осени – нашему здоровью», экологического марафона «Здоровье человека – здоровье Земли», которые ежегодно проводятся на кафедре безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин ВШ ФК и С. У некоторых студентов проявились «скрытые» таланты по написанию эссе о природе, социальных проектов, сценарий внеклассных мероприятий по здоровью и т.д.

Позитивная динамика состояния здоровья наблюдалась у студентов в конце нашего исследования, а именно: снизился уровень тревожности, фрустрации, стрессонапряженности (самооценка состояния); повысилась удовлетворенность самочувствием; сформировались представления об оздоровительной работе с детьми и появилось желание заниматься этой деятельностью.

Студенты, которые выбрали для себя занятия фитнесом, стали считать, что лишний вес – это не проблема, ее можно легко решить, а если не получается, то надо относиться к себе позитивно. Однако, они стали стройнее, подвижнее и улучшили осанку.

Таким образом, студенты-тьюторы отмечают эффективность проделанной работы, результатом они довольны. Приобрели опыт работы по оздоровлению благодаря целенаправленной систематической практикоориентированной совместной деятельности (студент-тьютор). Тьютор, как наставник, выполнил роль навигатора в открытом образовательном пространстве, способствовал их социализации в культурно-оздоровительной среде вуза. Результаты исследования говорят о том, что сформулированную гипотезу можно считать достоверной.

Выводы по второй главе

1. Осуществлена проверка выдвинутой гипотезы исследования, которая заключается в том, что тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях будет эффективной если: сформирована готовность будущих учителей к оздоровительной работе с детьми на основе системного, аксиологического, информационного, контекстного и личностно-деятельностного подходов; уточнен и конкретизирован понятийный аппарат; апробируется структурная модель тьюторского

сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, включающая целевой, содержательный, процессуальный и оценочно-результативный блоки.

2. Показана роль педагогических условий в проверке эффективности структурной модели.

3. Экспериментальная работа продолжалась с 2018 по 2020 годы и включала три этапа: констатирующий, формирующий и контрольный. На начальном, констатирующем этапе с помощью диагностической работы был выявлен исходный уровень здоровья представление студентов о оздоровительной работе с детьми и сделан вывод о необходимости реализации структурной модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

4. В ходе формирующего этапа педагогического эксперимента нами осуществлялось тьюторское сопровождение студентов: составление индивидуальных карт здоровья, индивидуальных образовательных маршрутов с учетом потребностей в здоровом образе жизни, интереса к оздоровительной деятельности и познания природы родного края.

Реализация индивидуальных образовательных маршрутов тьюторов показала позитивные изменения субъективной составляющей здоровья и потребности в оздоровлении себя и детей, с которыми им предстоит работать.

5. На итоговом этапе исследования нами были выявлены значительные изменения по всем критериям и показателям, что подтверждает правильность выдвинутой гипотезы.

ГЛАВА 3

СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ В ГЕРМАНИИ И ДРУГИХ СТРАНАХ ЕВРОПЫ

3.1. Ретроспективный анализ проблем организации досуга, каникулярного отдыха и его различных моделей в Германии и других странах Западной Европы в XVIII–XX вв.

Для обеспечения отдыха детей в каникулярный период в настоящее время организуются стационарные детские оздоровительные лагеря, оздоровительные лагеря с дневным пребыванием детей, палаточные туристские лагеря, профильные лагеря различной направленности по интересам детей (спортивные, краеведческие, экологические и т.п.). Продолжают функционировать учреждения дополнительного образования. Полноценный отдых детей, укрепление их здоровья и развитие творческого потенциала может осуществляться также в иных формах работы (экскурсии, туристские походы, экспедиции и т.д.).

С тем, чтобы совершенствовать различные формы работы с детьми в каникулярное время, расширять диапазон образовательных услуг, организовывать эффективную подготовку педагогов для работы с детьми и молодежью в каникулярное время, необходимо произвести ретроспективный анализ проблем становления организации досуга, каникулярного отдыха и различных моделей его реализации в Германии и других странах Западной Европы.

Организация каникулярного отдыха в оздоровительно-медицинском аспекте существовала в Европе еще в конце XVIII века. Английские врачи смогли доказать, что морской воздух положительно влияет на течение различных заболеваний кожи у детей во время длительного пребывания в море. Исходя из этих соображений, в 1796 году в Англии был открыт первый детский морской хоспис. Примерно 50

лет спустя аналогичные санатории появились и в континентальной Европе [84].

Достаточно вспомнить идеи Жана Жака Руссо, который еще в 1762 году в своей работе «Эмиль» писал: «Пошлите своих детей в деревню, чтобы они могли там, так сказать, обновиться и обрести среди полей силу, которую они теряют в нездоровом городском воздухе», чтобы понять необходимость создания оздоровительных каникулярных лагерей в Европе.

Во второй половине XIX века в Германии начали посылать городских детей в сельские семьи, чтобы они могли получать адекватное и сбалансированное питание в течение некоторого времени (особенно во время летних каникул), абстрагируясь от их обычных привычек. Кроме того, дети могли познакомиться в каникулярное время с другими условиями жизни и работы в сельской местности. В Берлине была создана «Ассоциация благотворительных школ», которая в 1872 году начала вывозить во время каникул в деревню городских детей.

В том же году швейцарский пастор Герман Вальтер Бион организовал первое каникулярное поселение для детей из города Цюрих.

В возрасте 26 лет, всего через два года после завершения учебы в области богословия в Тюбингене, Г.В. Бион занял пасторскую должность в Трогене кантона Аппенцелль. Там он основал «Добровольную ассоциацию для бедных», стал членом кантонального консультативного совета по вопросам образования и президентом «Аппенцелльского некоммерческого общества». В его компетенцию входила деятельность по организации медицинского сопровождения детей, их социальная защита и сбор средств на поддержание здоровья детей из бедных семей.

В 1872 году он занял должность пастора крупнейшего и беднейшего района в Цюрихе. Он переехал с женой и пятью детьми из Троге-

на в Цюрих, так как хотел продолжить медицинские исследования в области здоровьесбережения городских детей. Переехав в город, Герман Вальтер Бион заметил негативные изменения в здоровье собственных детей и пришел к выводу о том, насколько полезен свежий сельский воздух для подрастающего поколения, в первую очередь, для детей из бедных кварталов. Он писал о том, что несмотря на условия проживания его семьи в городской квартире в Цюрихе, в самом красивом доме священника в Швейцарии, его дети вскоре начали терять физическую и душевную свежесть. После того, как Г.В. Бион отвез своих детей в свой бывший дом в Трогене на каникулы, он заметил, что они вернулись заметно отдохнувшими. Данное обстоятельство инициировало возникновение мысли о том, что уж если для здоровых детей с относительно хорошими жилищными условиями и питанием так необходим отдых в деревне, насколько больше он необходим больным детям, которые живут в плохих жилищных условиях и имеют плохое питание. Посещая дома бедных детей, он наблюдал, что во время каникул дети из бедных семей в основном сидели в маленьких, унылых квартирах либо слонялись по улицам без должного присмотра, поскольку их родители были заняты профессиональной деятельностью. Они возвращались после каникул в школу физически и морально ослабленными. Он испытывал глубокое сострадание к этим детям, и из этого сострадания родилась идея организация каникулярных поселений (Ferienkolonie) [84].

Г.В. Биону удалось собрать достаточно пожертвований, чтобы летом 1876 года отправить 68 детей в сопровождении 10 учителей в свое первое каникулярное поселение. Число желающих отдохнуть было гораздо больше, чем имеющиеся финансовые средства. В этой связи были разработаны следующие критерии отбора. Во-первых, возрастной диапазон был ограничен от 9 до 12 лет. Во-вторых, учитывалось

количество пропущенных занятий по болезни. Третий критерий – финансовое положение семьи. К отдыху в каникулярных поселениях допускались только дети, родители которых не могли сами оплатить пребывание в нем. Четвертым критерием было «хорошее поведение». Информацию о поведении детей получали от учителей школ. Позднее Г.В. Бион пришел к мысли о том, что такой критерий как «поведение обучающихся» должен быть исключен из числа критериев, так как доминирующим критерием должно оставаться состояние здоровья ребенка.

Во время двухнедельного пребывания за городом дети были размещены в семьях друзей протестантского пастора в его бывших приходах Рехетобель и Троген. Жилье было простым, в основном спали на соломенных кроватях. Дети получали до пяти приемов пищи в день, в течение дня они занимались спортом, ходили пешком или плавали. Учителя также помогали детям заниматься рукоделием.

Со временем образовательные и воспитательные аспекты играли все большую роль. В группе дети должны были научиться манерам поведения, которые были приняты в современном обществе. Г.В. Бион хотел, чтобы во время отдыха в *каникулярных поселениях* были предприняты попытки оказать благоприятное моральное и воспитательное влияние на детей, которые в силу реалий их бытия проявляли образцы поведения, не корреспондирующие с принятыми в социуме.

После того, как врачи и учителя, работающие в каникулярных поселениях, сделали достоянием общественности успешность и результативность функционирования последних, возросло количество людей, желающих сделать добровольные пожертвования на развитие данных поселений. Таким образом, в последующие годы все больше и больше детей могли ездить в каникулярные поселения. Г.В. Бион ог-

раничил количество участников в каждом поселении до 25 детей, чтобы подчеркнуть семейный характер проживания в нем [84].

Г.В. Бион изменил также процедуру отбора детей для отдыха и оздоровления в каникулярных поселениях. Если раньше данный отбор входил в круг обязанностей медперсонала поликлиник, куда детей посылали школьные врачи, то теперь к процедуре отбора были привлечены учителя школ, которые в начале нового учебного года наряду с врачами также оценивали успешность пребывания детей в каникулярных поселениях.

Следуя Цюрихской модели, с 1878 года каникулярные поселения создавались в других городах Швейцарии и других странах Европы. В Германии доктор Георг Варрентрапп, занимающийся проблемами гигиены, в том же году основал «Комитет каникулярных лагерей» [6].

Во время так называемой культурной революции правительство Пруссии пыталось построить конфессионально нейтральное государство. Ранее надзор за школой и социальные работы были в компетенции церкви. Между государством и церковью вспыхнула борьба за власть. Быстро развивающаяся индустриализация и современное либеральное государство были камнем преткновения для церкви, потому что, как считала церковь, все это вело к потере ценностей. Чтобы снова расширить свое влияние, католическая церковь заявила о непогрешимости Папы. Католики также хотели получить политическое влияние, основав «Центристскую партию». С другой стороны, прусское правительство во главе с Бисмарком выводило из церкви все больше и больше областей влияния. Школьный надзор был передан в руки государства в соответствии с «Законом о школьном надзоре» 1872 года. В этой связи возросло количество частных благотворительных ассоциаций. От этого выиграли *ассоциации каникулярных поселений*.

С 1914 года в общей сложности в Германии было создано 418 каникулярных поселений (далее лагерей) в более чем 200 городах [82].

Другой причиной быстрого увеличения каникулярных лагерей были достижения в области здравоохранения, особенно школьной гигиены. Необходимость введения должности школьного врача была проакцентирована еще в 1880-х годах. Основным поводом для дискуссий по этому поводу было слабое здоровье детей. Государство отреагировало на этот вызов времени введением социального и медицинского страхования и обязательного образования. Многие родители придерживались мнения, что государство, заставляющее их детей ходить принудительно в школу, также должно было обеспечить, чтобы она (школа) не навредила их здоровью и сделала что-то для защиты здоровья детей. В этой связи в школах стали уделять особое внимание школьной гигиене. Школьная гигиена включала гигиену школьного здания, гигиену обучения и гигиену школьников. Позже каникулярные лагеря также контролировали с позиций соблюдения требований школьной гигиены. Более строгий контроль за здоровьем школьников, введение мер школьной гигиены, статуса школьных врачей и государственное финансирование школьного питания, предпринятые в данный период развития немецкого государства, были, в конечном итоге, успешными [79].

При реализации мер по оздоровлению подрастающего поколения государство имело «собственный» интерес. Было признано, что только здоровые люди могут обеспечить военный потенциал и поддерживать экономику страны.

Здоровье многих детей и подростков было настолько повреждено ранним трудоустройством, что процент молодых людей, признанных годными к военной службе, заметно снизился. Таким образом, Германия, политика которой имела явную милитаристскую направленность,

была экзистенциально заинтересована в улучшении общего здоровья подрастающего поколения.

Таким образом, каникулярные лагеря выиграли, с одной стороны, от совершенно нового отношения государства к здоровьесбережению, с другой стороны, они явились инициаторами стимулирования дискуссий в этой области. Г.В. Бион рассматривал каникулярные лагеря как первый шаг на пути к развитию детской гигиены.

В 1914 году 69% каникулярных лагерей были частными, 21% принадлежали муниципалитетам и только 10% организаций были профессиональными ассоциациями. К началу века каждые два года отправляли около 100 000 детей в каникулярные лагеря [79].

В данное время можно различать 3 вида каникулярных лагерей или так называемых поселений. В рамках первого вида, а именно в городских каникулярных лагерях дети совершали дневные походы, а также походы продолжительностью несколько дней. В данных лагерях дети проходили медицинское обследование. Позднее такой тип каникулярных лагерей часто использовался для детей мигрантов.

Вторая форма каникулярных лагерей предусматривала коллективную отправку группы детей в сельскую местность, но их отдельное размещение в приемных семьях. Такой тип каникулярного отдыха был недорогим и часто включал только транспортные расходы. Данная форма реализовывалась в основном на севере Германии. Дети очень редко встречались друг с другом и совершали какие-либо совместные акции. Следует отметить, что для данной формы каникулярного отдыха был характерен отход от модели Г.В. Бриона, так как детей часто использовали для работы по дому или в полевых условиях в принимающих семьях, что часто ставило под сомнение рекреационные возможности этих мест.

Закрытое поселение по типу швейцарской модели было наиболее распространенным в то время. Около 15-20 детей были размещены вместе в одном лагере. Различные пансионаты или школьные здания, в которых не было необходимости во время каникул, в основном использовались в качестве жилья во время каникул. Позже многие ассоциации стремились покупать или строить собственные дома. Пребывание в лагере длилось от двух до четырех недель. К закрытым лагерям относились поселения, которые создавались для особо больных детей в детских больницах, озерных хосписах или соляных ваннах. Около 62% всех форм лагерей были закрытыми [81].

Руководители каникулярных лагерей в основном были из числа учителей местной начальной школы. Это подчеркивает образовательно-воспитательный характер каникулярных лагерей, поскольку они сохраняли связь между лагерем и школой. В то время приветствовалось, когда учеников сопровождали учителя из той же школы, поскольку ожидалось, что в школе позднее будет царить положительная эмоциональная атмосфера, которая царила в лагере. Умения эффективной коммуникации, приобретенные в каникулярных лагерях, будут позднее перенесены и в школу, что будет способствовать созданию комфортного климата в школьном коллективе. Учителя не должны быть слишком строгими, а должны действовать как «отцовские друзья». Георг Вейт, ректор Франкфуртской школы Гумбольдта, акцентировал в 1888 году, какими качествами должен обладать учитель-воспитатель, а именно, он не должен быть педантом, должен быть доброжелателен к ребенку, должен уметь пробуждать и поддерживать в детях чувство радости, а также дать достаточную свободу действий индивидуальным особенностям каждого подопечного. В этом отношении лучше всего справлялись учителя со зрелым опытом, которые сами являлись отцами семейства. Им, вероятно, легче всего было конфрон-

тировать с маленькими и большими проблемами «приемных детей» и создавать семейный характер сосуществования. Как правило, роль учителя-воспитателя выполняли в те времена только мужчины [79].

Руководители каникулярных лагерей получали низкую заработную плату за свою работу в зависимости от финансового положения ассоциаций. Но, тем не менее, помимо предоставления бесплатного питания и проживания, педагоги многих каникулярных лагерей могли бесплатно брать с собой собственных детей.

С середины 80-х годов 19 века стали создавать «пробные лагеря» с совместным обучением, а с 90-х годов правилом стали однополюе лагеря. Кроме того, детям от 8 до 14 лет были предоставлены льготные места в этих оздоровительных лагерях. При этом организаторы каникулярных лагерей стремились к тому, чтобы дети в них были разного возраста. Дети постарше могли помогать младшим и помогать педагогам, выполняя простые задачи по уходу. Как отмечалось ранее, ассоциации-организаторы стремились также к тому, чтобы отправлять на каникулярный отдых детей из одной школы вместе со своими педагогами, чтобы затем привнести в школу то позитивное (межличностные отношения, дух команды, чувство коллективизма и взаимопомощи и др.), что было сформировано во время каникулярного отдыха.

Во время отдыха активизируется двигательный режим детей, они также активно участвуют в походах, что является оздоровительным и образовательным фактором. Приведем пример.

Герман Хоффманн, будучи школьником, в 1890 году, вдохновленный своим учителем, активно принимал участие в походах с братом и товарищами. С 1896 года он, уже став учителем, самостоятельно организовывал походы. С 1897 года его ученик Карл Фишер также принимал участие в походах, а в январе 1900 года Г. Хоффманн, переведенный на дипломатическую службу в Константинополь, поручил

ему продвигать школьные походы по всей стране. Уже почти два года спустя, 4 ноября 1901 года, К. Фишер вместе с девятью другими единомышленниками, включая писателей и врача, основал ассоциацию «*Wandervogel*» (*перелетные птицы*). Целью ассоциации было показать молодым людям радость пеших прогулок, приблизить их к природе и обогатить знаниями о своей стране. Кроме того, молодые люди должны были благодаря этому социализироваться в обществе. Один из соучредителей ассоциации охарактеризовал в отчете Министерству культуры Германии в 1903 году цель ассоциации словами: «Воспитывать у молодежи желание участвовать в походах, заполнять часы досуга совместными экскурсиями, а также полезным и увлекательным способом пробуждать чувство природы. Необходимо путешествовать, чтобы получать знания о нашей родине, укреплять волю и независимость путешественников, развивать дух товарищества, противодействовать любому вреду для тела и души, который угрожает молодежи в наших больших городах и вокруг них, особенно когда она сидит и бездельничает, подвергая себя опасности алкоголя и никотина, не говоря уже о худшем» [85].

Движение «*Wandervogel*» (перелетные птицы) вышло из рядов буржуазной молодежи, которая хотела развить в себе свою собственную идентичность, не возникающую исключительно только через идентификацию с родительскими ценностями. «Там, где отцы и сыновья жили полностью как одно целое, отец мог передать беспрепятственно свой характер сыну, а сын гордился наследием отца» [80].

Но ситуация полностью изменилась, так как молодежь не просто принимала и понимала социальные нормы и ценности или отвергала их, а скорее подвергала сомнению, пересматривая и изменяя принципы, доминирующие в обществе. Молодежь начала обретать независимость и хотела освободиться от институтов, установленных взрослыми

ми. К таким убеждениям молодежь пришла, встречаясь с единомышленниками в молодежных группах в свободное время, вдали от школы и дома. Для этого требовалось «свободное» от взрослых пространство, которое можно было найти, участвуя в походах.

Подобные походы были организованы следующим образом. Старшеклассник или студент разрабатывал план поездки, отправлял его в районную ассоциацию, которая отклоняла или одобряла поездку, и в последнем случае финансировала ее.

Начиная с 1907 года, помимо «Wandervogel» (перелетные птицы), были созданы другие группы и ассоциации, которые также поддерживали идею пеших прогулок и походов. Период перед Первой мировой войной характеризовался тем, что было очень много подобных небольших молодежных групп, которые не были объединены в ассоциации. Причина заключалась в том, что молодежь хотела оставаться независимой. Высказывались опасения, что в рамках крупных альянсов можно потерять эту независимость, придерживаясь общих уставов и пренебрегая собственными идеалами, которые вполне могут отличаться от других. Но, тем не менее, в 1913 году на Мейснерском фестивале был создан Союз свободной немецкой молодежи, который пропагандировал ее свободу и желание строить жизнь по собственной инициативе и под свою ответственность, защищая свою свободу при любых обстоятельствах [80].

Молодежь, до сих пор являвшаяся лишь придатком старшего поколения, исключенная из общественной жизни и выполняющая отведенную ей пассивную роль, начала размышлять о своей роли в обществе. Она начинает пытаться строить свою жизнь независимо от прежних предписаний, согласно которым этап юности еще не рассматривался как самостоятельный этап жизни. Вплоть до начала 20 века молодые люди в Германии были «еще не взрослыми». Заслуга Мейсне-

ровского фестиваля состояла в том, что эта встреча молодых людей одного возраста и попытка высказаться по поводу своей социализации вне ранее известных образовательных учреждений (родительский дом и школа) впервые привели к признанию «молодежи» как социальной группы. С этого времени период юности теперь понимался и принимался как самостоятельный этап жизни.

Помимо организации «Wandervogel» в Германии были созданы и другие ассоциации молодежи. В частности, бойскауты также начали основывать многочисленные группы, начиная с 1909 года, после того как Баден Пауэлл организовал в Англии первый каникулярный лагерь для 20 мальчиков в 1907 году. Группы бойскаутов в Германии организовывали палаточные лагеря и различные походы.

В это же время в Германии существовали также различные молодежные клубы и молодежные ассоциации при католической и евангелистской церквях, где роль педагогов и наставников молодежи выполняли пасторы и другие служители церкви.

В рабочей среде в это время возникло пролетарское молодежное движение, которое боролось за улучшение условий обучения, работы и отдыха молодежи. В отличие от молодежных организаций буржуазной направленности в рамках пролетарского молодежного движения не так часто организовывали походы в силу отсутствия свободного времени и отпусков у молодых рабочих.

Еще одно отличие от буржуазных молодежных движений, таких как «Wandervogel», состояло в том, что упомянутые группы молодежи находились под более сильным влиянием взрослых [2; 15].

Молодежное движение в Германии возникло из стремления молодых людей к эмансипации. Это была своего рода попытка независимой от взрослых социализации, организованная молодыми людьми. Но параллельно с молодежным движением и молодежными органи-

зациями существовали и государственные структуры, занимающиеся молодежной политикой. В Центральном управлении по делам народного благосостояния существовала комиссия по работе с молодежью. В сотрудничестве с этой комиссией были разработаны первые указы правительства Пруссии о работе с молодежью. Самый полный указ был издан в 1911 году, в рамках которого акцентировалась озабоченность государства по поводу тревожных цифр, свидетельствующих об увеличении преступности среди несовершеннолетних и ее происхождении. В указе подчеркивались необходимые мероприятия, противодействующие данным негативным тенденциям и заслуживающие поддержки. В данном указе подчеркивалась роль физических упражнений, которые должны способствовать укреплению здоровья, а также роль каникулярных лагерей, походов, знаний о родной стране, народных песен. В документе, кроме того, акцентировалась значимость посещения под руководством педагогов исторических, географических и других памятников; подчеркивалась необходимость подбора и оборудования помещений для различных занятий молодежи, например, рукоделием, а также подбор детских и крытых площадок для физических упражнений [80].

В 1914 году разразилась Первая мировая война, и многие группы, существовавшие в рамках молодежных движений, распались, поскольку их старшие члены были вынуждены пойти на войну. В годы войны практически не было встреч между группами молодежи, не говоря уже о каникулярных лагерях, походах и поездках. С началом Первой мировой войны почти все каникулярные лагеря были насильственно конфискованы или переданы ассоциациями «добровольно». Многие руководители этих лагерей были призваны в армию. Постановлениями Федерального совета было регламентировано, что вся социальная работа должна была быть переориентирована на

военную помощь. Из-за нехватки продовольствия во время войны многие ассоциации бывших каникулярных лагерей в основном занимались проблемами питания. Задача заключалась в том, чтобы всех городских детей отправить в сельские районы на два-три месяца, поскольку там было хотя бы обеспечено достойное питание. Для того, чтобы организовать отправку такого количества детей, по инициативе государства была создана ассоциация *«Сельская местность для детей города»* [80].

После Первой мировой войны многие каникулярные лагеря остались в муниципальных или государственных руках. Но из-за инфляции в 20-е годы большинство из них потеряло свои активы и не могло продолжать свою работу.

В 1918 году война была проиграна и принесла парламентскую демократию. Многие молодые люди вернулись с войны разочарованными. С одной стороны, с демократией отношение к реалиям социума стало гораздо более либеральным, в отличие от эпохи Вильгельма до войны, и все политические группы в принципе были разрешены. С другой стороны, не было единого мнения о том, что является демократическим. Это привело к политизации общества. Все партии, более чем когда-либо, пытались привлечь новых членов. Конечно, особенно интересны для партий были молодые люди, которых они могли бы обучить «своим» идеям. Таким образом, на молодежные группы теперь сильно влияли партии, а значит, и взрослые. В этот период самоорганизованная автономия буржуазного молодежного движения закончилась. Пешие походы, которые до войны выполнялись в основном представителями буржуазного молодежного движения, в послевоенный период совершались всеми молодежными группами. Внешне их было трудно отличить друг от друга. Встретив молодежную группу

во время похода, с первого взгляда было трудно сказать, к какой ассоциации или к какому направлению она могла принадлежать [7].

Таким образом, в количественном отношении все больше молодых людей было охвачено молодежной работой. Это привело к организационным проблемам. Было необходимо организовать отдых тысячи молодых людей, а также определить места для палаток и помещения для проживания в каникулярное время. Движение «Wandervogel» распалось из-за того, что молодежные группы вскоре возглавили взрослые, что вызвало протест у молодежи. К тому времени осталось лишь несколько групп, функционирующих автономно.

В то время как буржуазная молодежь до войны росла в стабильном в социальном отношении обществе, экономический кризис и связанная с ним инфляция теперь вызвали неопределенность в отношении жизненных перспектив и многих ценностей, допускаемых демократией. Неуверенность в собственных идеях, неопределенность статуса молодежи и плюрализм ценностей привели к социальной дезорганизации. Эту неуверенность можно было хотя бы частично устранить посредством организации различных молодежных объединений [80].

После войны многие *скаутские группы принадлежали к организованной ассоциации*. Они оказывали большое влияние на другие молодежные группы. Еще до войны бойскаутами руководили взрослые, а сами бойскауты были хорошо организованы в военном отношении. Они носили униформу и следовали строгим правилам. Наличие униформы имело социальное преимущество: в отличие от буржуазного молодежного движения «Wandervogel» скауты не были элитарными, были открыты для всех, и в униформе не было видно классовых различий, по крайней мере, внешне. Еще одно важное влияние, которое скауты оказали на молодежную работу в Веймарской республике, было разделение участников данного движения на разные возрастные

группы. Таким образом, дети также могли быть интегрированы в молодежное движение в соответствии с возрастом, не подчиняя свои интересы интересам взрослых людей. Это возрастное распределение было принято большинством молодежных рабочих групп. Всего через два года после Первой мировой войны в Лондоне состоялось всемирное собрание скаутов. Более 8000 молодых людей из более, чем 30 стран, приняли участие в первом всемирном собрании скаутов в 1920 году. Эти встречи и по сей день проходят каждые четыре года. Их можно считать предшественниками международных молодежных обменов [83].

В ноябре 1923 года была основана организация «Reichsarbeitsgemeinschaft der deutschen Kinderfreunde» (Общество друзей немецкой молодежи). Целевой группой были дети рабочих социалистической ориентации. Целью деятельности данного общества было увеличение числа государственных и муниципальных учреждений, занимающихся проблемами воспитания детей и организацией их отдыха, а также выделение для этого финансовых средств. Это было особенно актуально для детей из рабочих семей, так как они ежедневно испытывали недостаток еды и одежды, у них были плохие жилищные условия по сравнению с детьми из среднего класса, что вызывало у первых чувство неполноценности, которое инициировало развитие различных комплексов.

Выходом из создавшейся ситуации была организация каникулярных лагерей. Руководство Общества друзей немецкой молодежи начинает организовывать каникулярные лагеря, включая крупные (до 2000 детей). В этих лагерях практиковались демократические модели общения и поведения. Мальчики и девочки из рабочих семей имели равные права в этих каникулярных лагерях, а их идеология была скорее интернациональной, чем национальной. В данных каникулярных

лагерях у молодежи формировалось чувство коллективизма, так как перед ней ставились различные задачи, от сознательного выполнения которых зависело благополучие всей группы. Это воспитывало также чувство ответственности. Первый большой каникулярный лагерь такого типа был построен недалеко от Киля в 1927 году, а в 1932 году - под Парижем, в котором отдыхали 900 детей из Франции, Бельгии, Германии и Швейцарии.

Идея детских каникулярных лагерей теперь была подхвачена и другими организациями, такими, как католическая церковь, которая, правда, критиковала каникулярные лагеря, организованные представителями рабочего движения, по идеологическим причинам.

Коммунистические рабочие молодежные ассоциации хотели воспитать у детей из рабочих семей и молодых людей самосознание, которое бы нивелировало их чувство неполноценности. Но, вместе с тем, следует отметить, что работа коммунистического рабочего движения была сосредоточена исключительно на политической борьбе, а не на образовательных задачах.

Организаторами походов и образовательных поездок в это время занимались молодые люди в возрасте 17-18 лет. В отчете 1932 года одного молодого гида выражается удивление: «Я был в поездке по Голландии с десятью мальчиками. Мы плыли на буксире по Рейну. Когда я думаю об этом сегодня: там было двое мальчиков в возрасте 12 лет. Как мне, 17-летнему, доверили двоих 12-летних (...)! В любом случае это была отличная поездка!» [81].

В Меморандуме прусского министерства по делам молодежи о государственном финансировании молодежных движений отмечается, что отдых в каникулярных лагерях и молодежные походы должны способствовать укреплению чувства неразрывной близости с родным

краем, вносить вклад в развитие чувства общности и дружбы со сверстниками.

Помимо укрепления любви к Отечеству, укрепления здоровья и пробуждения чувства любви к природе важной задачей молодежных походов являлось обучение, формирование у молодежи исследовательских навыков на основе наблюдения. Для этого было необходимо, чтобы молодые люди были тщательно проинформированы экспертами о географических, исторических, экономических и культурных особенностях местности, которую предстояло посетить, до начала поездки. По завершении поездки или похода было необходимо представить отчет, который должен содержать следующую информацию: имена гидов и количество молодых людей, маршрут и продолжительность поездки, вид транспорта и средние дневные расходы на питание, полученные впечатления и особо важные наблюдения. Та же информация требуется и сегодня в отчетах организаторов молодежных походов и поездок [85].

В конце 20-х годов 20 века к власти пришли национал-социалисты, которые воспользовались безрадостной ситуацией, вызванной мировым экономическим кризисом 1929/1930 годов, чтобы завоевать сторонников и сочувствующих. Они нашли то, что искали, именно среди молодежи и молодежных групп. Молодежная организация партии «Гитлерюгенд» (НД) была основана в 1926 году. Независимо от Гитлерюгенда возникали и другие молодежные группы, но которые с самого начала присоединились к гитлеровскому движению. Ведущая партия использовала сочувствие молодежи в своих целях. Ее основной целью был захват власти [83].

В деятельности молодежной организации «Гитлерюгенд» также имели место походы, групповые собрания и палаточные лагеря, которые играли важную роль в воспитании молодежи в духе национал-

социализма. В данное время были введены обязательные медицинские осмотры и инициированы такие меры, как реабилитационные поездки для больных городских детей.

С 1933 года властями предпринимались попытки распустить все другие молодежные организации, кроме «Гитлерюгенд», что вызвало присоединение многих молодежных групп из чувства самосохранения к «Гитлерюгенд». Законом от 21 декабря 1936 года данная организация была объявлена официальной государственной организацией молодежи, что означало, что никакая другая молодежная организация не была разрешена, а с 1939 года каждый молодой человек был обязан вступить в ряды этой организации. Оставшиеся к тому времени молодежные организации больше не могли заниматься своей работой «безнаказанно». Единственная, признанная властью организация «Гитлерюгенд», в рамках работы которой дети в возрасте 10-18 лет были использованы для прохождения военной службы, могла вести свою деятельность беспрепятственно [81].

Но, вместе с тем, стоит отметить, что в это время, тем не менее, продолжала реализовываться программа оздоровления населения. Так, в 1937 году около 77 000 матерей и 460 000 детей были отправлены на отдых по программе оздоровления. Кроме того, начиная с 1940 года, по приказу фюрера дети из районов, которые могут подвергнуться налетам, в первую очередь из Гамбурга и Берлина, были отправлены в другие районы Рейха для отдыха и оздоровления. Это трудно назвать аналогом каникулярного отдыха, но дети получали пристанище в основном в сельской местности, где имели регулярное питание и возможность пребывать на свежем воздухе.

Этот проект быстро распространился в стране, но был встречен с тревогой населением Германии. В обществе распространились опасения, что Вермахт больше не может гарантировать безопасность горо-

дов. Чтобы предотвратить возникновение паники, было разъяснено, что в первую очередь в депортации должны принять участие дети из более бедных семей, поскольку учитывался тот факт, что у этих семей не было или было недостаточно возможностей укрыться от бомбежек. Смысл приказа фюрера заключался в том, чтобы помочь родителям, которые не имели возможности укрыть своих детей от бомбежки, а были вынуждены вытаскивать их ночью из постели в мороз и доставлять их в удаленные общественные, иногда даже неотопливаемые бомбоубежища [83].

Регистрация детей на выезд в сельскую местность проходила в школах. При регистрации проводилось различие между двумя возрастными группами. В первую группу входили дети от шести до десяти лет, во вторую – от десяти до четырнадцати лет. Всех детей из первой группы помещали в приемные семьи. Детям предоставлялась одежда, оплачивались транспортные расходы и выдавались дополнительные талоны на питание в приемных семьях.

Молодежь второй группы размещалась в общественных лагерях, жизнь в которых была идентична жизни в каникулярных лагерях. Транспортировка осуществлялась в специальных поездах Рейхсбана. Каждый спецпоезд вмещал до 1000 детей. К началу 1943 года с пунктов сбора было отправлено около 1700 спецпоездов. Поезда сопровождали молодые диспетчеры Гитлерюгенда и транспортные врачи. Перед тем, как отослать детей, они должны были пройти медицинский осмотр, чтобы предотвратить распространение болезней. Дети с острыми заболеваниями, с ночным недержанием мочи, эпилептики, дети с трудностями в обучении были исключены из списка. Все эти ограничения служили для создания «здорового национального тела и духа» в каждом отдельном лагере [83].

После второй мировой войны во всей Германии велись восстановительные работы. В данный период времени не приходилось вести речь о работе каникулярных лагерей и об организации досуга детей и молодежи в полном объеме.

3.2. Каникулярные лагеря и подготовка супервайзеров в Германии на современном этапе развития общества

Каникулярные лагеря в ГДР имели самое широкое распространение. Они были созданы в помощь родителям, как правило, работающим, и имели своей целью организацию для детей 8-ми недельных каникул, наполненных интересным содержанием. Примерно 2,4 миллиона детей и школьников в ГДР каждое лето проводили в каникулярных лагерях.

Возможность провести совместный отпуск вместе с детьми была для большинства семей ГДР несбыточной мечтой. Лишь немногие семьи могли позволить себе отпуск за границей. Путевки на побережье Прибалтики распределялись профсоюзными организациями централизованно. Самим семьям спланировать свой отдых самостоятельно не представлялось возможным. Работающие родители с благодарностью встречали усилия государства по организации летнего отдыха их детей.

80% всех учеников 1–4 классов проводили свое каникулярное время в рамках школьных каникулярных лагерей. Утром дети встречались в школьном дворе. Затем они совместно посещали бассейн, кинотеатры, музеи, совершали пешие прогулки. Как правило, данными каникулярными лагерями руководили учителя или воспитатели из школы продленного дня.

Загородные каникулярные лагеря часто были организованы крупными предприятиями. В них отдыхали дети работающих на

предприятию родителей. Роль воспитателей в таких лагерях выполняли учителя, домохозяйки, рабочие, студенты, ученики старших классов гимназий, а также врачи и медсестры. Данные специалисты не проходили специальную педагогическую подготовку перед работой в лагере.

Обычными занятиями в загородных каникулярных лагерях были: спорт, купание, рукоделие, пешие прогулки, игры на свежем воздухе, ночные костры, поездки к культурно-историческим местам. Все лагеря были оснащены необходимыми материалами для рукоделия, спортивным инвентарем.

Неотъемлемым атрибутом любого загородного каникулярного лагеря являлась библиотека с литературой для молодежи, приключенческими книгами, с игротеккой для детей разного возраста и др.

В настоящее время каникулярным отдыхом в Германии занимаются некоммерческие ассоциации. Как правило, членами таких ассоциаций являются подающие надежду учителя. Данные летние каникулярные лагеря предназначены для того, чтобы дать возможность детям открыть себя в себе в совершенно новой среде.

При подготовке к пребыванию в загородном каникулярном лагере детей принято делить на группы в соответствии с их возрастом и желаниями, каждая из которых занимается под руководством обученного *супервайзера*. Количество детей в группе варьируется от 6 до 10 человек.

Неотъемлемыми компонентами отдыха в летнем каникулярном лагере в Германии являются следующие:

- тематический день с широким выбором различных поделок;
- экскурсионный день;
- шоу под открытым небом, в рамках которого дети демонстрируют свои групповые выступления;

- тематическая игра на местности со всем лагерем;
- групповые вечера с играми и развлечениями;
- различные игровые шоу;
- вечер у костра с легкими закусками;
- летний кинотеатр;
- купание в близлежащем озере (в зависимости от погоды);
- ночной поход;
- дискотека [82].

По желанию можно заранее забронировать курсы: курс верховой езды, курс рисования, курс по строительству плота и др.

Осенний каникулярный лагерь отдыха проводится обычно во вторую неделю осенних каникул и посвящен Хэллоуину.

Как правило, во время осеннего отдыха проводятся следующие тематические мероприятия:

- поезд-призрак;
- резьба по тыкве;
- праздничный макияж;
- изготовление праздничных костюмов;
- шоу ужасов в темноте с групповыми выступлениями детей;
- вечер у костра с легкими закусками и страшными историями;
- ночной поход с сюрпризами;
- тематический день ведьм и призраков;
- изготовление лесных духов, волшебных палочек и др.;
- волшебный костер;
- страшилки;
- вкусный буфет на Хэллоуин;
- дискотека ведьм и призраков с конкурсами костюмов.

В Германии существуют краткосрочные лагеря отдыха на Троицу либо на Вознесение. Пребывание в таких лагерях наполнено различ-

ными развлечениями и играми. В них не жалеют ни средств, ни усилий, чтобы наполнить каждый день неожиданными сюрпризами, нелепостями и самой творческой ерундой.

Обязательными компонентами данной программы являются:

- игровые шоу разных типов;
- «сумасшедшая» игра на местности со всем лагерем;
- заключительная дискотека;
- много чепухи и хаоса.

Большая роль в организации каникулярного отдыха в Германии отводится руководителю (супервайзеру) группы, в компетенцию которого входят:

- общий контроль и наблюдение за группой;
- подъем детей и процедура укладывания спать;
- наблюдение за процедурой приема пищи;
- наблюдение за плаванием;
- планирование и организация мероприятий;
- сопровождение на экскурсиях;
- участие в вечернем собрании кураторов групп [4].

Достаточно ознакомиться с мнением супервайзеров, которые работали в каникулярных лагерях различного типа в Германии, чтобы понять, что приоритетом в данной деятельности является любовь к детям, желание креативной самореализации.

Манфред, 25 лет. «Я изучал биологию, паразитологию. Собираюсь работать в лагере из-за удачного сочетания хаоса, удачи и неожиданности».

Ганс, 26 лет. «Я – специалист по управлению системами вентиляции, отопления и кондиционирования воздуха. Работаю в летнем лагере, потому что с детьми всегда невероятно весело, и ты снова становишься собой».

Тони, 20 лет. «Для меня летний каникулярный лагерь означает: поздно ложиться, воплощать «глупые» идеи в жизнь и танцевать на детской дискотеке».

Инес, 18 лет. «Мне нравятся дети, потому что они открыты для множества «глупостей», и сами имеют очень креативные идеи».

Паула, 23 года. «Работаю супервайзером группы 2 года. Студентка. Надеюсь стать учителем. У детей есть способность использовать свой творческий потенциал, чтобы погрузиться в совершенно другой мир и пережить фантастические приключения. Мы, взрослые, потеряли этот дар, поэтому тем важнее задуматься о таких вещах в жизни, чтобы вернуться к своим детским корням» [79].

Чтобы быть квалифицированным супервайзером в каникулярных лагерях и в детских групповых поездках, в первую очередь требуется много знаний. В этой связи будущие супервайзеры проходят подготовку в рамках курсов. В течение 5–7 дней семинара обучающихся (будущих супервайзеров) сопровождают опытные руководители, которые делятся своим опытом. Тематика семинаров включает в себя такие вопросы, как:

- задачи и функции каникулярного лидера (супервайзера);
- правовые и организационные вопросы в работе с молодежью;
- психолого-педагогические принципы работы с детьми и молодыми людьми;
- анимация игры и др.

Чтобы стать супервайзером молодежной группы уровня «G», необходимо пройти базовую подготовку. Обучение проходит в соответствии с общенациональными правилами обучения «Juleica», а также «Правилами использования карты молодежного лидера (Juleica)». Данная карта действительна в течение трех лет. При желании продлить действие данной карты необходимо в течение первых шести ме-

сяцев после истечения ее срока пройти курсы повышения квалификации [79].

Содержание обучения на курсах подготовки к работе с детьми в каникулярных лагерях и во внеурочное время включает в себя следующие модули:

- модуль «Педагогика»;
- правовой модуль;
- финансовый / организационный модуль;
- модуль «Оказание первой помощи детям»;
- модуль «Защита ребенка»;
- модуль «Демократическое образование».

В то же время обучающиеся на курсах получают начальные методические знания и знания о структуре лагеря, а также полезные советы от опытных супервайзеров. Обучение на данных курсах позволяет:

- подтвердить квалификацию для работы с детьми и молодежью;
- подготовиться к освоению педагогической профессии;
- подготовиться к работе в социальной сфере;
- приобрести большой опыт общения с детьми и молодежью.

Некоммерческие ассоциации, занимающиеся организацией каникулярного отдыха, обеспечивают:

- обучение на супервайзера молодежной группы в соответствии с общенациональными критериями обучения;
- бесплатное проживание, питание и страховку во время работы в каникулярном лагере;
- возмещение командировочных расходов;
- содержательную подготовку и последующие встречи с другими руководителями детских и молодежных групп с целью обмена практическим опытом.

В настоящее время в Германии существуют различные виды каникулярных лагерей и форм отдыха детей и молодежи: пиратский лагерь, экшн, лагерь веселья и приключений, детский лагерь «Adventure», спортивный лагерь, приключенческий спортивный лагерь, летний юношеский лагерь (только с 18 лет), молодежный лагерь (только с 21 года), лагерь «Осеннее волшебство», Неделя приключений (только с 18 лет), Пасхальный лагерь для активного отдыха, лыжный лагерь во время зимних каникул [79].

Следует отметить, что работа в качестве супервайзера – это не работа, направленная на получение прибыли, а добровольная деятельность, осуществляемая по собственному желанию и интересу, абстрагируясь от материальных мотивов. Супервайзер или помощник супервайзера получает пособие в размере 15–25 евро в день. Кроме того, супервайзерам бесплатно предоставляется: проживание, питание, участие в программе и проезд от посадки на автобус до каникулярного лагеря и обратно.

Супервайзерами молодежных групп в Германии являются в основном молодые люди, которые добровольно руководят организацией досуга детей и молодежи. Им также предоставляется возможность попробовать себя в социальной сфере и получить опыт от работы в ней.

Занятия на курсах супервайзеров обеспечивают идеальную подготовку к освоению в будущем педагогической профессии, а также к освоению профессии социального педагога (воспитателя).

ГЛАВА 4

ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ К ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ В ЛЕТНИХ ЛАГЕРЯХ

4.1. Подготовка студентов к прохождению практики в летних лагерях

Любая работа будет выполнена хорошо, если все тщательно продумать и подготовить необходимые материалы и оборудование. Перед поездкой в летний лагерь отдыха и оздоровления следует хорошо подумать над тем, что нужно с собой взять.

Перспективный план работы. Оздоровительная составляющая и работа по эколого-валеологическому воспитанию должны органично войти в комплексный план летней производственной практики. Заранее запланируйте и определите формы этой работы, так вам будет легче подготовить необходимые материалы и оборудование.

1. *Энциклопедия в кармане.* В течение года материалы (портал «Молодому учителю») о природе родного края, а также публикации об истории края, растительном и животном мире и его охране, о достопримечательностях и памятниках природы. Если материал будет иллюстрирован фотографиями, рисунками или картами – это послужит вам наглядностью во время бесед или подготовки к тематическим прогулкам. Отдельно соберите папку с загадками, стихами, песнями, баснями, вопросами о природе, которые пригодятся вам при подготовке и проведении праздников или викторин.

2. *Снаряжение и оборудование.* В соответствии с характером работы нужно наметить и подготовить соответствующий материал. Об этом необходимо позаботиться еще в городе, поскольку в условиях ла-

гера бывает трудно приобрести, например, канцелярские принадлежности, различные виды клея, ниток, проволоки и другое.

3. *Первая встреча.* Во время первой встречи с детьми составьте для них перечень вопросов, ответы на которые помогут ребятам и вам выстроить гармоничные взаимоотношения в отряде и в организации различных мероприятий. Вопросы могут быть на такие темы: твое общественное поручение в классе; где и в каких кружках (секции) занимался; летнее задание по биологии и др. Не забудьте узнать, есть ли у ребенка прививка против клещевого энцефалита и имеются ли аллергические реакции на что-то.

Помните, что ... согласно данным ученых в течение дня вожатый и дети находятся вместе 15–16 часов. За неделю общение с педагогом составляет 105–112, за смену – 350–440 часов. Классный руководитель за неделю общается с детьми 10–12 часов, за учебный год – 350–420 часов. Таким образом, по интенсивности воспитательный процесс одной лагерной смены равен учебному году.

Смена начинается.

Давайте знакомиться

Во время первой встречи разбираются некоторые приемы общения, позволяющие устанавливать благоприятную атмосферу при знакомстве детей со сверстниками и со взрослыми в начале лагерной смены. Необходимо знать, что основа отношений закладывается в первые 15 секунд общения (и вербального, и невербального). Эти 15 секунд называются «минным полем». Для того чтобы его пройти, надо знать и использовать правила «трех плюсов»: в качестве «плюсов» психологи рекомендуют использовать имя, улыбку, комплимент.

Чтобы ребята хотели с вами общаться – улыбайтесь, но делайте это искренне. Имя человека – это самый сладостный, самый важный

для него звук на любом языке. Само звучание имени оказывает на человека большое воздействие. Важно это воздействие сделать положительным, т.е. произнести имя с доброй интонацией и улыбкой.

Приведем для примера некоторые упражнения.

Снежный ком. Играющие становятся в круг, по очереди называют свои имена и каждый делает какое-либо движение (жест). Во время игры каждый называет свое имя, затем имя предыдущего соседа и повторяет его движение.

«Интервью». Участники разбиваются на пары; один в своей паре играет роль корреспондента и должен узнать о другом как можно больше интересного. Затем эти двое меняются ролями, теперь интервью берет другой. Когда работа в парах завершена, корреспонденты по очереди должны как можно ярче и привлекательнее представить своего партнера. Лучший корреспондент получает приз.

Первое впечатление. Игрокам дается установка: первое впечатление о человеке очень стойкое и впоследствии нужно немало потрудиться, чтобы его изменить. Из чего складывается впечатление? Мелочей здесь нет, важно все: внешний облик, выражение лица, осанка, одежда, поза... Если мы вступаем с человеком в разговор, информация добавляется. При оценке человека большое значение для нас имеет правильность его речи, ее содержание и логичность. Очень богатую информацию дает нам интонация. В ней выражается и эмоциональность человека, и настроение в данный момент, и отношение к собеседнику. Что же требуется от нас как от партнеров по общению? Внимательность и наблюдательность. В игре всем желающим предлагается в этом потренироваться. Все участники делятся на две команды, в одной ребята выполняют роли актеров, в другой – роли зрителей. Задача каждого актера – показать некий образ, некую личность. На демонстрацию образа дается не больше минуты. Показывать жела-

тельно с помощью мимики, жестов, манер. Можно воспользоваться простейшим реквизитом. Задача команды зрителей – проявлять внимательность и наблюдательность и по первому впечатлению описать возраст, возможные увлечения, интересы и так далее. Если позволяют условия игры, команда актеров выходит из помещения, а команда зрителей остается на месте. Каждый актер выходит на импровизированную сцену по очереди. Каждый зритель может задать любому актеру один косвенный вопрос для выяснения личности, хобби, возраста. После того как все роли сыграны, командам можно поменяться ролями: команда актеров станет командой зрителей и наоборот.

Поводырь. Все участники разделяются на пары. Один завязывает глаза другому, и тот, у кого глаза не завязаны, водит «слепого» несколько минут. Ведущий игры внимательно следит за тем, чтобы «поводырь» не злоупотреблял своими полномочиями, так как главная цель игры – вызывать доверие. «Поводырь» предоставляет «слепому» партнеру как можно больше возможностей, дает пощупать предметы пальцами, ведет, направляя голосом, называя препятствия и помогая их преодолевать.

4.2. Организация и проведение практики по формированию экологической культуры и любви к природе у обучающихся в летних оздоровительных лагерях

Проведение занятий на природе потребует от студентов и самих ребят особого настроения, при грамотной организации занятий улучшится настроение, что поможет освободиться от эмоциональной усталости и даже избавиться от недомогания. Прежде чем приступить к этим занятиям, нужна подготовка. Во-первых, вы должны сами попробовать их выполнить. Главное условие – работа собственного воображения.

Именно на это надо настроить своих ребят, ведь мысленно выстраивая яркие образы, мы учим ребят и учимся сами управлять своим состоянием. Во-вторых, нужно правильно настроить ребят на выполнение такого специфического занятия.

4.2.1. Организационные моменты перед практикой в летних оздоровительных лагерях

Порой за городским шумом трудно бывает расслышать звуки Земли: журчание воды, пение птиц, шум ветра в ветвях деревьев. А жаль, ведь все эти оракулы могут легко ответить на многие вопросы, которые нас волнуют.

Обычные леса, луга, поляны – это богатейшие источники энергии. Таинственные обряды с деревьями, травами и цветами древние маги практиковали еще в те далекие, давние времена, когда не было крупных городов. Но и сегодня нам ничего не мешает, выбравшись на природу, использовать тайны ее силы. Набраться сил, энергии, попросить у природных стихий, которые правят миром об исполнении желаний, заглянуть в свое будущее и узнать ответы на интересующие нас вопросы.

Воздух поможет осуществить все мечты, связанные с личной жизнью, дружбой, а также получением знаний. Чтобы воздух стал союзником, необходимо сфокусировать на себе его энергию. Для этого поднимитесь на любую возвышенность лицом к ветру, закройте глаза и раскиньте руки. Сформулируйте свою цель. Обратитесь к ней всей душой. Отбросьте всякие сомнения. И тогда мощь ветра поможет исполнить ваше желание, причем в кратчайшие сроки. Кстати, еще один посредник со стихией – это мыльные пузыри. Недаром этих радужных посланников воздуха так радостно пускать.

Огонь зарядит энергией, бодростью, защитит от темных сил, придаст уверенности в себе. Поймайте отражение солнечного лучика зеркальцем, дайте огню отразиться в ваших глазах. Теперь несите солнечный зайчик к дому. Пусть он порезвится на его стенах, обойдите здание по часовой стрелке. Таким образом, вы построите магический огненный круг, который подпитает вас энергией и защитит вас и ваш дом от дурных сил.

Вода способна повернуть время вспять, сохранить молодость и помочь забыть то, что вы уже и сами давно мечтаете стереть из памяти. Наберите в сосуд воды (желательно природной), вынесите его на ночь в дни растущей луны. Эту воду можно использовать для умывания. И вы почувствуете, что кожа будет выглядеть наиболее свежей.

Экоигра

Итак, вы познакомились с четырьмя стихиями, теперь предложите ребятам выполнить следующие упражнения.

Солнечные лучики. Встаньте так, чтобы солнце было впереди и над вами. Лучше стоять босыми ногами на песке или на земле. Успокойтесь, расслабьтесь. Разведите руки в стороны или вытяните вперед ладонями вверх. Представьте, что кончики ваших пальцев лучиками или солнечными ниточками соединяются с солнцем.

По этим ниточкам в кончики пальцев бегут солнечное тепло и сила и разливаются по всему телу, наполняя его. Когда почувствуете, что тепла и силы достаточно, поблагодарите солнце и опустите руки. Если ощутите избыток энергии, попросите солнце забрать ее. Для этого пошлите мысленно энергию по тем же лучикам вверх к солнцу.

Будем здоровы. Встаньте босыми ногами на землю, вдохните через рот несколько раз воздух и пожелайте мысленно себе и всем людям здоровья. Лучше, если это будет перед или после купания в водоеме.

Здравствуй, вода! Подойдите к воде и про себя поздоровайтесь с озером или рекой. Можно коснуться воды ладонью. Главное – будьте доброжелательны и искренни.

Семь волн. Вы хотите обратиться к озеру (реке) с просьбой? Выберите место, где будете чувствовать себя комфортно. Вслушайтесь в шум воды. Почувствуйте ритм, представив, как на вас накатывает волна за волной. С набегающей волной обратите свою просьбу к воде. Представьте, что эта набегающая волна проходит сквозь ваше тело и голову и принимает вашу просьбу. С каждой новой волной повторяйте все заново.

Полет птицы. Станьте так, чтобы чувствовать себя свободно и устойчиво, расслабьтесь. Можете закрыть глаза. Дышите равномерно, спокойно. Попробуйте «отпустить» руки – они начнут медленно подниматься вверх. Вам будет проще, если вы попытаетесь представить себя птицей, которая медленно и плавно машет крыльями. Можно подключить счет: на «1, 2, 3» поднять руки до уровня плеч, на «4, 5, 6» опустить. Второй вариант: на «1–6» поднять руки вверх, сомкнуть ладони над головой, на следующие «1–6» – опустить.

Вдох жизни. Правильно дышать – значит уметь поглощать содержащуюся в воздухе жизненную энергию. В те времена, когда еще никто не изобрел микстур и пилюль, люди хорошо знали, что дыхание – мощное оружие, которое можно и нужно использовать во благо здоровья.

Для тех, кто устал. Встаньте прямо, ноги на ширине плеч, позвоночник прямой. Закройте глаза и на медленном вдохе плавно разведите руки, а затем, продолжая вдыхать, сделайте руками загребающее движение, словно вы собираете вокруг себя невидимое облако силы. «Подтащите» это облако к груди и, задержав дыхание, задержите и руки. Представьте, что в районе легких у вас концентрируются мил-

лионы сияющих пузырьков, которые наполняют вас силой и радостью. Через 5 секунд медленно «опустите» это облако и «сложите» его на 10 сантиметров ниже пупка. Повторите это 3 раза. Открыв глаза, вы почувствуете себя так, как будто крепко поспали. Можно снова за дела!

Но учтите, что если кто-то неподалеку от вас выполняет такое же упражнение, обходите его стороной. В процессе этого тренинга идет мощный энергозабор в пользу исполнителя за счет окружающей среды, в том числе и людей.

Вот упражнение, которое поможет избавиться от острой боли.

Уже не болит. Дышим на счет раз, два, три: первые «раз, два, три» – на вдохе, вторые – на задержке дыхания, третьи – на выдохе. На вдохе представляем, как легкие наполняются сияющими частицами энергии. В паузу видим, как энергия собирается в легких. Когда выдыхаем, мысленно отправляем этот запас в больное место.

Еще один способ быстро избавиться от боли. Потяните воздух с высоты, сверху, через гортань, с мыслью, что он падает на вас. Затем как бы проглотите его, задержите дыхание. После этого «выбросьте» воздух через рот с мыслью, что «выбрасываете» болезнь из себя. Прodelайте это упражнение три раза.

Это надо знать!

Лето – это, прежде всего, солнце. А в нем заключена и польза и опасность. При прямом солнечном свете на кожу попадают ультрафиолетовые лучи, от которых в организме начинает вырабатываться витамин D. Однако тот же самый свет может вызвать ожоги, солнечный удар. И солнечный, и тепловой удар проявляются одинаково. Наступает обморочное состояние, слабость, тошнота, рвота, повышение температуры тела. Может начаться носовое кровотечение. Что же делать? Ребенка следует поместить в тени на свежем воздухе, раздеть его или расстегнуть воротник, напоить прохладной (не холодной!) водой, поло-

жить на голову холодный компресс, обтереть тело водой или обернуть влажной простыней. Если ребенку не становится лучше, следует немедленно обратиться за помощью к врачу.

К природе тянется душа

В условиях оздоровительного лагеря необходимо использовать возможности южноуральской природы, которые помогут ребенку лучше видеть, слышать и ощущать окружающий его мир, а также окажут целебный эффект.

Каждый ребенок знает, как надо вести себя в школе. Но как следует вести себя в походе или на экскурсии, видимо, никто из ребят не представляет. Но прежде чем приступить к знакомству с природой стоит усвоить несколько простых, но очень важных правил поведения человека в природе. Соблюдать их необходимо всем, независимо от возраста. Проведите с ребятами беседу, используя данную информацию.

Это надо знать!

❖ Нужно помнить – ничего живого в природе трогать нельзя. В лесу, роще, парке, у водоема лучше передвигаться по существующим тропинкам, обозначенным дорожкам, чтобы под ногами экскурсантов, туристов не вытаптывалась и не погибала трава.

❖ Если желаешь услышать или увидеть в природе животных, веди себя тихо, не кричи, громко не разговаривай. При появлении шумной, громкоголосой ватаги ребят все живое в лесу замирает – не поют птицы, не квакают в воде лягушки, даже сверчки в поле прекращают свою трескотню. Потревоженные приближающимися неестественными звуками звери и птицы в страхе покидают свои гнездовья, оставляют насиживаемые яйца, а развивающиеся в них птенцы могут замерзнуть и погибнуть от переохлаждения.

❖ Не срывай без надобности цветы. Рассмотреть и полюбоваться их необыкновенной расцветкой можно, не срывая цветков. Растения,

лишившись цветков, не дадут семян. На следующий год этих растений уже не будет. Для гербария можно выкопать небольшое число наиболее распространенных растений. В лесу категорически запрещается повреждать кустарники, кору деревьев режущими инструментами.

❖ При сборе грибов срезай только плодовые тела, торчащие на поверхности земли и не разрушайте в почве грибницу. Иначе на этом месте не вырастут новые грибы. Ягоды и плоды собирают зрелыми. Не бери в рот и тем более не ешь незнакомые ягоды, грибы. Среди них могут оказаться ядовитые.

❖ Не выбирай для прогулок некошенные луга, посевы зерновых культур. Вытоптанное растение может не подняться и сгниет у земли. Понижшую траву трудно косить, а это зимний корм домашних животных. Пшеница, рожь, овес, ячмень, смятые вашими ногами, не дадут зерна, из которого выпекут хлеб.

❖ Осторожно понаблюдай за поведением животных. На различных цветущих растениях снуют, сидят жуки, пчелы, бабочки. На цветах они отыскивают нектар, которым питаются. Перелетая с цветка на цветок, они опыляют растения. Не пытайся отловить красивых насекомых для коллекции. Среди них могут оказаться редкие и даже охраняемые, занесенные в Красную книгу. Отлов таких насекомых сократит их численность в природе. Уменьшение количества насекомых приведет к сокращению и оскудению опыляемых растений. Наблюдая за работой муравьев в муравьиной куче, помни – это санитары леса. Не разрушай и не бросай посторонние предметы в муравейники.

❖ Каждый человек должен бережно относиться к природе. Глупо и бессмысленно уничтожать животных, издеваться над ними. Ради забавы у пойманных стрекоз, пауков, жуков не отрывай конечности и крылья. При встрече с прыгающими лягушками у водоема, ящерицами в лесу не кидайся на них с палками. При обнаружении яиц в гнез-

дах птиц не пытайся их взять. Если десятки людей, встретив гнездо, будут брать яйца птиц для школьной или домашней коллекции, то это повлечет за собой их разорение и уничтожение.

❖ Не подбирай в лесу и не уноси с собой маленьких птенцов, лисят, зайчат, ежей, считая их потерявшимися. В домашних условиях они просто погибнут.

❖ Во время похода или экскурсии не загрязняй природу. Не-нужную бумажку, обертку из-под завтрака, полиэтиленовые мешки, консервные банки носи обратно в лагерь или выбрасывай в специаль-ные урны. При кратковременном отдыхе костров не разводи.

4.2.2. Прогулки на природу

Разноцветье луга

В зависимости от месторасположения оздоровительного лагеря может быть проведена прогулка (экскурсия) на пойменный луг.

Пойменный луг (залив-ной) находится в долинах рек. Весной он заливается водой, приносящий ил повышает пло-дородие, поэтому луг характе-ризуется пышным травостоем. На пойменных лугах произра-стают растения, которые пере-носят весеннее затопление.



Пойменный луг

В прирусловой части поймы растут *ивы, паслен сладко-горький, пырей ползучий, костер безостый, тысячелистник обыкновенный, клевер луговой, клевер ползучий, люцерна серповидная, подмаренник обыкновенный, лапчатка серебристая, лапчатка гусиная* и др.

Опишем наиболее часто встречаемые растения пойменного луга.

Тысячелистник обыкновенный

Многим известно, что тысячелистник называют «солдатской травой». Почему? Такое имя этому растению дано не случайно, так как стоит он как будто в строю или на посту – навтыжку, прямо.



Тысячелистник обыкновенный

Тысячелистник не боится ничего: ни плохих почв, даже под палящим солнцем стоит он как ни в чем не бывало, высоко подняв голову – метелки беленьких или розовых мелких цветов. Цветет до поздней осени. Пройдет стадо коров, коз по пойме, не остается после них ни одного тысячелистника, а через некоторое время, глядишь, отрос снова. Не боится он и сенокосов: скосят его, а растение снова поднимется и опять растет. Прямо стойкий и храбрый «солдат».

И все-таки это растение имеет и другие качества. В народной медицине использовали тысячелистник как кровоостанавливающее средство. Пользовались им раненые солдаты, крестьяне. Вот и назвали его «солдатской» травой. А почему же – тысячелистник? Если рассмотреть его листья, то они разрезаны на мелкие дольки, и кажется, что листьев очень много, тысяча.

Ивы имеют листья цельные, очередные. Цветки мелкие, собранные в сережки. Влаголюбивые и светолюбивые растения. Опыляются насекомыми или ветром. Семена разносятся ветром на большие расстояния и прорастают обычно на первые – четвертые сутки. Ивы образуют заросли, выносят длительные затопления. Цветут до распускания листьев. Есть народный праздник – Вербное воскресенье. По православному этот день называют еще – Неделя вайй, то есть Воскре-

сенье ветвей. Вспоминая события в Иерусалиме, люди приносили в храм ветки пальмы, которыми встречали Христа, а поскольку пальмы у нас не растут, то по традиции это стали ветви вербы.

Кора, листья и ветви служат кормом для лосей, зайцев, бобров и домашних животных. Почками и сережками питаются промысловые птицы (куропатки, тетерева). Ива – пионерское растение и хороший ранний медонос.



Ива белая

Разводится для живых изгородей, закрепления песков и берегов, а также на плантациях (корзиночные ивы), в полевых защитных придорожных полосах. Древесина используется как строительный материал, для производства мебели, фанеры, спичек, а кора – для дубления кож.

Паслен сладко-горький – полукустарник с деревянистым, ползучим, сильноветвистым корневищем.

Привлекает плод этого растения – продолговатая, ярко-красная ягода, которая очень ядовитая. У человека, попробовавшего эту ягоду, учащается пульс, наступает одышка, затем боль в животе, тошнота, иногда рвота, понос.



Паслен сладко-горький

В дальнейшем наступает потеря сознания.

Первая помощь: если сознание сохранено, следует промыть пострадавшему желудок и дать слабительное. Находящегося в бессознательном состоянии необходимо уложить на бок, чтобы не запал язык и не наступило удушье. Сразу же надо вызвать «скорую помощь».

Однако листья и молодые побеги паслена сладко-горького применяют в народной медицине в виде экстрактов, отваров при заболеваниях дыхательных путей, кожи, при ревматизме.

Но надо помнить, что не следует завышать дозу и принимать его длительно. Лечение только под наблюдением врача.

Клевер встречается не только на лугу, но и на опушках, полянах, вдоль дорог и даже на городских газонах. Вот почему мы поговорим об этом удивительном растении, о котором слагают легенды. Его три листочка, белые, синевато-красные,



Клевер луговой

розовые головки всегда увидишь, как бы ни был разукрашен луг другими цветами. Очень трудно удержаться, чтобы не сорвать мягкую головку-соцветие и не растереть ее между пальцами, потому что знаешь – сразу запахнет медом. Клевер замечательный медонос и прекрасная кормовая трава для животных.

Существует легенда: цветы клевера так нравились пчелам, что они продолжали прилетать к клеверу даже тогда, когда бог запретил им это делать. Рассердился бог, запер цветы клевера. Но и клеверу стало плохо: кто же будет собирать сладкий нектар с его цветов, кто же будет опылять его? Клевер спасли храбрые шмели. Шмели не побоялись угроз и продолжали прилетать на цветки клевера и даже из «запертых» цветов доставали нектар. Почему бог не расправился со шмелями – неизвестно. Но известно, что пчелам стало обидно, и они во время второго цветения стали прилетать на клевер, но опыленный ими клевер не давал семян. Почему? Теперь-то мы знаем, что первые цветы клевера имеют очень глубокие нектарники, а у пчел недоста-

точно длинные хоботки. У шмелей хоботки длиннее, и они прекрасно опыляют клевер. Вторые цветки клевера мельче, и пчелы их могут опылять, но эти цветки уже не успевают дать семян.

В *лечебных целях* используется клевер луговой (красный) в качестве успокаивающего средства, в терапии глазных заболеваний, для повышения свертываемости крови, усиления лактации. Он обладает ранозаживляющим действием.

В *кулинарии* соцветия (головки) клевера используются для заваривания чая, приготовления супов и приправ, а молодые листочки – для салатов и супов. Зелень клевера очень нежная, быстро разваривается, и, если к ней добавить щавель, можно приготовить вкусные питательные супы.

Лапчатка гусиная – необычайно популярное растение. По химическому составу лапчатка гусиная аналогична лапчатке прямостоячей (калгану). Об их исцеляющей силе сложено немало преданий. Одно из них связано с именем русского богатыря Ильи Муромца.



Лапчатка гусиная

Перед решающей битвой с Соловьем-разбойником он будто бы подошел к краю большого водоема, где было много травы – лапчатки, припал к земле, вдохнул в себя запах ее корней и почувствовал в себе силу безмерную. Как известно, битва закончилась славной победой русского богатыря.

В терапии используются трава лапчатки гусиной, собранная в фазу цветения, и корни, заготавливаемые осенью. Применение лапчатки показано при катарах желудка и кишечника, язвенной болезни

желудка, поносе, дизентерии, желтухе, заболеваниях печени, подагре и ревматизме. Кроме того, она употребляется для компрессов при ранах, геморрое, мокнущих экземах, растрескивании кожи, ушибах с кровоподтеками.

Молодые листья лапчатки идут в пищу для салатов и супов, листья и корни – для приготовления пюре и как приправа к различным блюдам.

Это надо знать!

1. Из 300 тысяч видов высших растений нашей планеты в настоящее время не более 4% человек включил в свой рацион.

Флора Челябинской области насчитывает около 250 видов съедобных и лекарственных растений, которые обладают широкими оздоровительными возможностями.

С ранней весны, выбирая их еще из-под снега, и до поздней осени можно собирать дикорастущие съедобные растения и готовить из них салаты, супы, бульоны, окрошки или употреблять в сыром виде.

2. Общение с растениями предполагает достаточные знания, без которых можно попасть в большую беду. Среди множества растений Урала встречается немало ядовитых, это, прежде всего, *паслен сладко-горький, волчье лыко, вороний глаз, бузина, ландыш, жимолость, омела* – у них ядовитые плоды.

Все растение ядовито у аконита, багульника, белены черной, белокрыльника, веха ядовитого, дурмана обыкновенного, купены, чемерицы.

Использовать в пищу можно только те растения, которые вам хорошо знакомы.

Это интересно!

1. Цветы всегда привлекали к себе внимание людей. Но красота растительного мира существует вовсе не ради человека, а чтобы при-

влекать насекомых, опыляющих их. Растения, которые опыляются ветром, не имеют яркой окраски.

2. Во Франции на горных лугах вывешены обращения цветов к людям: «Не рвите нас, сорвав, вы нас тотчас убиваете и не даете нам произвести потомство. Цветы».

Экоигра

1. В игре участвуют все желающие. Ведущий называет какое-нибудь растение. Играющие должны дать название других растений на эту же букву. Выигрывает тот, кто последний сообщил название растения на заданную букву. Например, ведущий называет ландыш. Ответы играющих могут быть такими: лапчатка, левкой, лилия, ломонос, люпен, львиный зев, льнянка и т.д. Выигравшему вручается приз.

2. *Ботаническая эстафета.* Играющие садятся в круг. Ведущий объявляет, что каждый из игроков, начиная с первого, должен назвать по одному растению, причем каждое следующее слово начинается с буквы, которой оканчивается предыдущее название. Например, мак, колокольчик, клевер, рогоз, звездчатка, аир и т.д. Можно видоизменить игру: разделить участников игры на две команды и провести соревнование между ними. Выигрывает команда, которая последней назовет растение.

Загадки на лугу

Мы по ковру идем с тобой,
Его никто не ткал.
Он разостлался сам собой,
Лежит у речки голубой
И желт, и синь, и ал!

И жучок я, и коровка,
В черных усиках головка.
Я нарядней многих мошек.
Крылья красные, в горошек.

(Божья коровка)

(Луг)

Вертолетик голубой,
Очень-очень мил,

Петя нам открыл секрет –
Он вчера набрал букет

Над зеленою травой
Крылья распрямил.

(Стрекоза)

И гадал по тем цветочкам,
Маша любит или нет.

(Ромашки)

Раньше куколкой была,
Под корой в мороз спала,
Но проснулась в теплом мае
И на крылышках летаю.

Эти крылышки легки,
Как цветные лоскутки.

(Бабочка)

Очень много синевы
На лугу среди травы,
Синий цветик луговой
Нам качает головой.

(Василек)

Хорошо идут дела –
Я присела на цветок
И нектара набрала
В тонкий длинный хоботок.
Много у меня работы –
Нужно мне заполнить соты.

(Пчела)

Луг от края и до края
Пожелтел в начале мая.
А в июне побелел –
Пух над лугом полетел,
Все кружился и кружился.
Что за цветик распушился?

(Одуванчик)

Я зеленая, как травка,
Проползаю по канавкам.
Если ползать я устану,
Яркой бабочкою стану.

(Гусеница)

Над цветами я кружу
И без устали жужжу.
Черно-желтый, полосатый,
Шестилапый и усатый.

(Шмель)

Со шмелем – надежным другом
Я жужжу над майским лугом.
У меня усы как щетки,
Крылья – черные трещотки.

(Жук)

На луга пришла весна,
Солнышко пригрело.
Я, сочна и зелена,
Весь лужок одела.

(Трава)

Водоем как мир чудес

Основа для выживания на нашей планете – чистая, пригодная для питья вода, и, разумеется, она важнее для человечества, чем всякие чудеса техники...

Г. Либман¹

Вода – колыбель жизни, она составляет основную массу тела (две трети), в ней протекают все жизненные процессы организма: течение биологических реакций, транспортировка газов и веществ, передача нервных импульсов, способность поглощать и отдавать тепло, поглощать и передавать различные излучения и, наконец, она имеет наибольшее средство к электрону – универсальной энергии Вселенной. Поэтому оздоровительные возможности воды огромны. Она является важнейшим фактором закаливания организма человека. Купание, плавание, душ, обливание холодной водой – все это (в разумных пределах) способствует укреплению здоровья человека, закаливает его, помогает бороться с неудачами.

Голубые озера и реки Южного Урала славятся особым качеством воды и представляют уникальную, неповторимую красоту.



Озеро Тургояк.

Автор: Георгий Лазарев

¹ Либман Г. – известный немецкий зоолог, паразитолог и гидролог.

Любой водоем – это живой «суперорганизм», в нем кипит жизнь. Она всюду: и на поверхности воды, и в ее толще, и на дне в иле, и даже под каждым камешком или корягой. Но не всем доступна эта тайна. Ее может открыть целеустремленный, терпеливый и наблюдательный человек, кому интересно познать родной край, в котором он живет.

Совершим экскурсию на водоем, находящийся на территории лагеря, и познакомимся с его жизнью.

В ясный день над водоемом летают стрекозы. Это крупные ярко окрашенные насекомые, имеющие большую подвижную голову с крупными глазами, короткими усиками и грызущий ротовой аппарат. У стрекоз имеется две пары длинных прозрачных крыльев с частым жилкованием.

Однако далеко не все стрекозы, летающие над водоемом, одинаковы по размеру и цвету.

На Южном Урале можно встретить стрелок, люток, стрекозу четырехпятнистую, плоскую и других. Все они хищники и ведут дневной образ жизни. Они находятся в безостановочном полете и охотятся на комаров, слепней и других насекомых.



Сжатобрюх кроваво-красный

Многие стрекозы могут улетать далеко на поляны и опушки. Кроме стрекоз над водоемом можно увидеть многочисленных слепней, различных мух и, конечно же, вездесущих комаров.

Понаблюдайте за летающими насекомыми, обратите свой взор на водную гладь. Быстро бегают по поверхности воды **клопы-водомерки**. Узкое тело у них едва тяжелее воды, а длинные ноги широко расставлены.



Лапки покрыты волосками и не намокают. Водомерка сильно отталкивается средними ногами, мчится по воде, как лыжник по снегу.

Почему же лапки водомерки не проваливаются в воду, не прорывают ее поверхностную пленку? А все очень просто: клоп достаточно легкий, а давление его лапок на поверхность воды ничтожно, именно поэтому ненамокающие лапки клопа лишь слегка вдавливают поверхностную пленку воды. Бегают водомерка только на четырех ногах. Передняя пара ног у нее короткая и служит для захвата добычи: мошек, комаров. Утонуть водомерка не может, потому что между короткими волосками на ее ножках образуются воздушные пузырьки. Именно поэтому погруженная в воду водомерка серебрится. Одета слоем воздуха, она становится легче воды. Водомерки хорошо летают. Осенью они покидают водоем и устраиваются на зимовку во мху, под камнями, среди коры.

В солнечный день на воде кружатся **жуки-вертячки**. Это черные, словно полированные, насекомые, они отливаются сталью в тени и ярко сверкают на солнце. Редко увидишь одну вертячку, их всегда несколько. Жуки кружатся стайкой, словно водят хоровод.



Интересным у них является строение глаз. У вертячки их как будто четыре. Кружится вертячка на воде так, что верхняя половинка глаза смотрит над водой, а нижняя – под водой. Передние ноги у этих жуков длиннее остальных, потому что ими они хватают добычу.

Вертячка – хищник, ее добычей являются мелкие насекомые, мелкие рачки и черви. Кормятся жуки и под водой, и над водой. Защитным приспособлением вертячки является едкое летучее вещество, которое выделяется из особых желез, когда необходимо отпугнуть животных, нападающих на вертячек.



Этот резкий запах напоминает запах валерьяновых капель. Зимует вертячка на дне водоема, зарывшись в ил.

Если весной или ранним летом обратить внимание на стебли и листья стрелолиста, белокрыльника, тростника, кувшинки белой и других водных растений, то можно заметить прилипшую икру озерной лягушки. Благодаря черному цвету икра хорошо прогревается



лучами весеннего солнца, несмотря на то, что окружающая температура еще довольно низкая. Кроме того, среди водорослей встречаются дафнии, циклопы, коловратки, инфузории и другие мелкие животные.



Дафния



Циклоп



Инфузория

В толще воды можно заметить и достаточно крупных, активно передвигающихся насекомых. Например, **окаймленный плавунец** является прекрасным пловцом.

Его гладкое, скользкое тело лишено всяких углов и выступов. Плавунец имеет длинные задние ноги с усаженными крепкими волосками-лапками, которые служат веслами. И жук, как гребец в лодке, взмахивает сразу обеими «веслами» – задними ногами.

Работают обе ноги с одинаковой силой, и жук плавает по прямой. Он может изменить направление, начав работать одной ногой сильнее или слабее, по аналогии с гребцом в лодке, который изменяет ее направление движения при помощи весел.



Передние и средние ноги служат для ползания, кроме того, передними ногами плавунец хватается добычу. Его добыча – водные насекомые, рачки, улитки, головастики, рыбы мальки. Он нападет на лягушек, тритонов, даже на рыб 8–10 см длиной. Для дыхания плавунцу необходим атмосферный воздух. Поэтому жук часто поднимается к поверхности водоема. Плавунцы хорошо летают, часто мигрируют из одного водоема в другой.

Наряду с плавунцами в водоемах можно обнаружить водяных клопов – **гладышей, гребляков, плавтов и водных скорпионов.**

Среди водной растительности можно увидеть небольших рыбок, например, **гольяна озерного.** Эти рыбки имеют зеленовато-серую спину, золотистые с зеленоватым оттенком бока, на которых располагаются мелкие темные пятна. Питаются гольяны водорослями и различными взрослыми насекомыми.

В некоторых водоемах Южного Урала встречаются **тритоны обыкновенные** – хвостатые земноводные. Это небольшие животные с гладкой кожей. Окраска спинной стороны – оливково-бурая, брюшной – желтоватая с мелкими темными пятнами. В водоемах тритоны питаются личинками комаров, а на суше – дождевыми червями.

На дне водоема жизнь также разнообразна и удивительна. Среди отмерших растений можно обнаружить личинки **стрекоз, комаров, пиявок, улиток** и других животных.

Однако водоем – своеобразный и сложно устроенный мир не только животных, но и растений.

Животные и растения находятся в тесной взаимосвязи.

На поверхности водоема можно увидеть **ряску**. Зеленый кружочек – не лист: листьев у ряски нет. Это листовидный стебель – листец, от которого отходит один корешок, служащий больше для равновесия. Подует ветер – взъерошит ряску, стихнет – и снова растения примут нормальное положение.

Цветущую ряску очень трудно встретить, так как она цветет редко, и цветки ее невзрачные. Размножается она очень быстро, но не семенами, а вегетативно, путем образования боковых побегов. В наших водоемах произрастают ряска малая и трехдольная. Это бесценные помощники водоема. Ряски хорошо и быстро растут и размножаются в воде, обогащенной минеральными и органическими веществами, а также на разбавленных животноводческих стоках. При этом корни ряски выделяют вещества, стимулирующие размножение водных микробов. Эти микробы способны разрушать органические вещества и тем самым очищать водоемы от загрязнений.



Ряска малая

Все виды ряски обладают высокими кормовыми качествами. По биохимическому составу ряска близка к зерну культурных растений, а по количеству белка не уступают семенам бобовых растений. Жиров в ряске содержится больше, чем в кукурузе. Свежая масса ряски богата витаминами. Она содержит многие микроэлементы, даже золото. Ряска – отменный корм для домашних животных, особенно для птиц, поросят и овец.

Среди плавающих растений встречаются **кубышка желтая, водокрас, белая кувшинка** и другие. Эти растения играют большую роль в жизни водоемов, более того, эти растения просто неотделимы от них.

Особую группу составляют прибрежно-водные макрофиты (высшие водные растения): **тростник обыкновенный, рогоз широколистный, камыш озерный, манник водяной, ежеголовка ветвистая** и другие. Они обладают высокой устойчивостью к сильно загрязненным стокам и водоемам, имеют мощную многолетнюю корневую систему, способную аккумулировать многие минеральные, токсические вещества, легко возобновляться при скашивании надземной массы и не деградировать. Эти растения играют большую роль в жизни животных, так как входят в их пищевой рацион, кроме того, многие из них являются ценным сырьем в пищевой и текстильной промышленности, парфюмерии, целлюлозно-картонно-бумажном производстве.

Наиболее распространенным среди высших водных растений является **тростник обыкновенный** – многолетний длиннокорневищный гигантский злак.

Встречается тростник на огромной территории Евразии вплоть до полярного круга в Европе. Нет его только в зоне вечной мерзлоты. Тростник – неприхотливое стойкое к невзгодам растение. Может рас-

ти в сильно загрязненных водоемах, способствует их очистке. Самое лучшее растение для этих целей.

Он входит в пищевой рацион многих живущих в водной среде животных. Его стебли, листья, молодые побеги охотно поедают гуси, особенно во время линьки, когда не могут летать и прячутся среди высоких и пышных зарослей.



Заросли тростника обыкновенного

Молодыми побегами и корневищами тростника питаются многие виды уток: серая кряква, красноголовый нырок, а также лысуха. Однако главный потребитель этого растения – *ондатра*, устраивающая в тростниковых зарослях свои хатки. Даже волк предпочитает строить свое логово в труднопроходимых тростниковых крепях.

С зарослями тростника имеют пищевые связи 85 видов различных животных. Однако и человек может полакомиться молодыми корневищами этого растения. У тростника они достигают длины 2,5 метра. Корневища нежны и сладки. Их едят сырыми, печеными и вареными. В сырых корневищах тростника содержится 5% сахара, из него делают муку и кофе. Употребляют корневище и как лекарственное потогонное средство.

Рогоз (узколистный, широколистный и др.) в охране и очистке водоемов от загрязнения занимает второе место после тростника. Высокорослые корневищные растения (1–3 м) распространены от Крайнего Севера до южных границ России.

Средние урожаи надземной фитомассы у них колеблются от 3 до 12 тонн на гектар в воздушно-сухом состоянии. Стебли рогоза исполь-

зуют для покрытия крыш, из прочных волокон стебля делают канаты, а из древесины получают бумагу.

Корневище достигает 60 сантиметров в длину и 2,5 сантиметра в ширину. В сухом корневище содержится 46% крахмала, 11% сахара и 24% белка. Из корневища можно приготовить муку и печь хлеб и даже бисквиты.



Рогоз широколистный

Из этой муки можно сварить кисель. Вот почему рогоз называют «хлебным» растением. Поджаренные кусочки корневища (только первого года жизни рогоза, до цветения) можно употреблять как кофе. Отварные молодые побеги рогоза нежны и по вкусу напоминают спаржу.

Камыш озерный – многолетнее корневищное растение с гладкими, темно-зелеными, прутьевидными, вверх торчащими стеблями, без листьев и междоузлий. Длина их достигает трех метров при толщине 15 мм и более. Камыш легко отличается от рогоза и тростника. Основание стеблей окружено рудиментными листьями длиной 10–40 см. Функции листьев выполняет зеленый наружи стебель.



Камыш озерный

Это надо знать!

На территории Челябинской области насчитывает более 3000 озер и около 3600 больших и малых рек. Во всем мире знают наши озера, уникальные по красоте и чистоте воды – Увильды, Тургояк, Зюраткуль и др. Самое крупное и живописное озеро Урала – Увильды. Его еще называют Голубой жемчужиной. По площади водной поверхности оно соответствует такому государству, как Сан-Марино. А высокогорное озеро Зюраткуль дало название национальному парку. Оно расположено среди относительно нетронутой природы и является проточным: в него впадает около двадцати речек и ручейков, а вытекает одна – Большая Сатка, так что за год вода сменяется полностью.



Озеро Чебаркуль

Это интересно!

У большинства народов кувшинка белая (лилия водяная) была ритуальным растением. Существует очень много легенд, сказаний, преданий об этом прекрасном цветке.



Кувшинка белая

В этих лесных водоемах среди кувшинок живут русалки. Днем они укрываются на дне озер, а в полночь выходят на берег, водят хороводы и завлекают людей, проходящих мимо. А если кто-либо из них вздумает сорвать лилию, ему придется жестоко за это поплатиться...

Кстати, кувшинка белая занесена в список охраняемых растений.

У русского народа лилию называют еще одолень-трава, корень которой будто бы способен одолевать болезнь и нечистую силу.

Своеобразно использовали кувшинку наши предки. Семена ее употреблялись монахами и отшельниками как средство, успокаивающее нервы, от судорог и головокружения, певцами для усиления и укрепления голоса. Для улучшения аппетита сушеное корневище кувшинки подвешивали над кроватью больного, отваром цветков лечили зубную боль.

Загадки на водоеме

К речке-сестрице
Бежит-журчит водица.

(Ручей)

Не конь, а бежит,
Не лес, а шумит.

(Река)

Стоит корыто
Полно воды налито.
(Озеро)

Мастер шубу себе
сшил, а иголки вынуть
забыл.

(Ерш)

Не зверь, не птица,
Всего боится.
Половит мух –
И в воду – плюх!
(Лягушка)

У нее во рту пила.
Под водой она жила,
Всех пугала, всех глотала,
А теперь – в котел попала.

(Щука)

Не море, не земля –
Корабли не плавают,
И ходить нельзя.

(Болото)

Ползет наоборот,
Задом наперед,
Все под водой
Хватает клешней.

(Рак)

От плотвы, ершей, уклеек
Я пропалывать умею
Свой подводный огород.

Теремок ползет.
На себе его везет
Хозяюшка богатая, ро-
гатая.

(Улитка)

Сидят рыбаки,
Стерегут поплавки.
Рыбак Корней
Поймал трех...

(Окунь)

(Судак)

Экоигра

Купание детей всегда сопровождается играми. Организуйте и предложите ребятам следующие игры на воде.

«Волны на море». Глубина воды – по пояс. Ребята стоят лицом в круг на расстоянии вытянутых рук; руки отведены вправо (влево), лежат на поверхности воды, ладони повернуты по направлению движения рук. Одновременно с поворотом туловища ребята проносят руки под самой поверхностью воды в противоположную сторону – образуют волны. Движения продолжаются то в одну, то в другую сторону.

Кто быстрее? По сигналу ведущего ребята бегут по дну до условной финишной черты.

Буксир. Ребята разбиваются попарно. Один принимает положение «стрелы», а другой, взяв первого за кисти рук, «буксирует».

Выигрывает пара, которая первая пришла к финишу. Затем напарники меняются.

Борьба за мяч. Играющие разбиваются на две команды. Участники одной из команд надевают шапочки, чтобы легче было узнавать игроков своей команды. По сигналу ведущего игроки команды, которая по жребию начинает игру, перебрасывают один другому мяч, стремясь, чтобы он все время находился у игроков своей команды. Задача игроков второй команды – завладеть мячом и, перебрасывая его друг другу, удержать как можно дольше в руках игроков одной команды. Игра начинается по свистку и продолжается от 3 до 10 минут.

Во время игры не разрешается держать мяч в руках дольше 5 секунд, «топить» игрока и выбрасывать мяч за границы площадки, отведенной для игры. При ошибке игрока ведущий свистком останавливает игру и передает мяч другой команде.

«Рыбы и сеть». Все играющие, кроме двух водящих, разбегаются. Водящие, держась за руки, стараются поймать кого-либо из игроков. Для этого им нужно сомкнуть руки вокруг пойманного, опустив их на поверхность воды. Пойманный присоединяется к водящим, образуя с ними цепь. Игра заканчивается, когда все «рыбы» переловлены.

Это надо знать и помнить!

Перед началом игр на воде примите к сведению несколько добрых советов:

- ❖ *узнайте, умеют ли дети плавать;*
- ❖ *разделите отряд на тех, кто умеет плавать и тех, кто не умеет;*
- ❖ *проверьте состояние здоровья детей;*
- ❖ *будьте осторожны в воде! Не переоцените свои силы;*
- ❖ *обозначьте место для умеющих плавать;*
- ❖ *найдите занятие для детей, не умеющих плавать;*

❖ *перед купанием убедитесь в том, что дно безопасно (нет коряг, осколков стекла и т.д.);*

❖ *входите в воду не сразу, а постепенно;*

❖ *не входите в воду разгоряченными, лучше выждать какое-то время;*

❖ *если в воде стало кому-то плохо, сохраняйте спокойствие. В положении на спине вы доплывете до берега с минимальными затратами сил.*

Советуем!

1. *Принесите с водоема в банке несколько личинок ручейника. Понаблюдайте с ребятами, из чего строит свой домик личинка. Поместите личинки в разные банки, положите в каждый сосуд разный строительный материал: это может быть песок, бусинки, яичная скорлупа и др. Опишите и зарисуйте, какие домики, и из какого материала построят личинки.*

2. *После экскурсии на водоем проведите беседу или викторину с ребятами, это позволит закрепить полученные ребятами знания. Примерные вопросы для беседы: с какими животными, передвигающимися активно в воде, ты познакомился?*

А каких ты знал раньше? Опиши их. Какие приспособления к защите от врагов имеются у вертячки? Почему клоп-водомерка не тонет? Какие рыбы встречаются в водоемах Южного Урала?

Тайны леса

Перед проведением занятия целесообразно наметить маршрут, по которому будет проходить экскурсия. Необходимо обозначить места остановок (возможно, это будет небольшая поляна, интересное дерево или пень со свежим срезом). Следует отметить, какие растения произрастают в этой местности, и о каких вы бу-

дете рассказывать. Окрасьте свой рассказ стихами, баснями, легендами или преданиями. Попробуйте сами сочинить легенду про какое-нибудь растение.

Жизнь людей всегда была тесно связана с миром растений. С древнейших времен человек употреблял растения в пищу, изготавливал из них одежду, инструменты, оружие, использовал для постройки жилищ, получал из них краски, лекарства, яды. Сначала он был знаком с дикорастущими видами, но со временем начал специально отбирать некоторые из них, создавая культурные формы.

Лес как биологическая система состоит из совокупности древесных, кустарниковых, травянистых растений, животных и микроорганизмов, в своем развитии биологически взаимосвязанных, влияющих друг на друга и на внешнюю среду. Каждый из нас бывал в лесу. Какие деревья вы там видели? А что вы знаете о каждом дереве?

Знакомство с одним из самых распространенных деревьев начнем с загадки о нем: «Зелена, а не луг, бела, а не снег, кудрява, а без волос». Конечно же, это **береза**. Мы любим нашу березу. Береза – нарядное и красивое дерево. Высота ствола достигает 20 метров, цветет в конце апреля, начале мая, когда распускаются листочки. Цветы собраны в сережки. В сережках осенью образуются плоды, часть их рассеивается зимой по снегу. Плоды снабжены крылышками, благодаря которым ветер легко разносит их на далекое расстояние. Плодов береза дает очень много. Вот почему ее можно найти всюду: в лесах, на болотах. О русской березке написано много стихотворений. Вот одно из них.

Березка

Люблю березку русскую,
То светлую, то грустную,
В белом сарафанчике,
С платочками в карманчиках,

С красивыми застёжками,
С зелеными сережками.
Люблю ее, нарядную,
Родную, ненаглядную.
То ясную, кипучую,
То грустную, плакучую.
Люблю березку русскую.
Она всегда с подружками,
Под ветром низко клонится
И гнется, но не ломится!

А. Прокофьев

Это дерево полюбилось нашему народу. Березка упоминается в сказках, загадках и песнях.

Но березка не только красивое дерево, но и полезное.

В аптеке можно найти коробочки с березовыми почками. Настой из почек употребляют как лекарство. Собирают почки весной, когда они немного набухнут. Срезают нижние ветки в метлы, а когда метлы высохнут, то их отбивают на коврике. Сережки березы служат кормом для наших полезных птиц.

На стволах березы встречается березовый гриб, из него тоже готовят лекарство. Весной из сока березы приготавливают сироп. Древесину используют для приготовления фанеры, лыж, мебели. Из древесины добывают уксусную кислоту и древесный спирт. Из листьев получают зеленую и желтую краску для тканей. Верхние слои коры березы, или береста – хороший материал для изготовления шкатулок, посуды. В старину береста заменяла нашим предкам бумагу. Березовая кора идет на выгонку дегтя. Под березами растут подберезовики и волнушки. В заключении почитаем.

Рассказ березки

Я, береза белая,
Я в лесу жила,
Горем поделиться
К вам сюда пришла.
Про мою обиду,
Про мою беду
С самого начала
Речь я поведу.
Я шумела весело,
Летом и весной,
Птицы голосистые
Пели надо мной.
Но житью хорошему
Вдруг пришел конец:
В лес пришел однажды
Мальчишка-сорванец.
Приходили люди
В жаркий летний день,
Под моими ветками
Находили тень.
Радовались, глядя
На мою листву.

Радовались люди,
Что и я живу.
Он изрезал ножиком
Всю мою кору.
Было очень больно мне,
Думала – умру.
Он не успокоился –
Он поджег меня!
Корчились листочки,
Сохли от огня.
Вы ему напомните,
Сорванцу тому,
Про березку стройную
В пламени, в дыму.
Ведь березка каждая
Тоже хочет жить,
С ветерком шептаться,
С ручейком дружить.
Ведь березку каждую следует
беречь.
Но зачем березку резать
или жечь?

Н. Батурина

«**Сосна** – самое прекрасное и свободное дерево России» написал М.М. Пришвин. А в народе говорили: «Нет дерева выше сосны». Ствол сосны прямой и высокий (40–50 метров). Это светолюбивое растение. С ростом дерева затененные ветки отмирают, образуют стройные ко-

лонны стволов. Зеленая хвоя расположена попарно и мало испаряет воду. Хвоя меняется через 2–3 года.

Растет сосна на самых бесплодных почвах, там, где не могут расти другие деревья. У нее хорошо развита корневая система, стержневой корень уходит в землю, а боковые корни располагаются горизонтально на большой площади. Такое расположение корней придает дереву большую устойчивость против ветров. Осенью созревают шишки сосны, в которых находятся семена – пища для белок, дятлов и клестов. Ствол и ветви покрыты красноватой корой. Если поранить дерево, то из ранки начинает вытекать смола. Она защищает сосну от проникновения в древесину насекомых – вредителей.

Смола сосны используется человеком для лечения ран, размягчения опухолей. История смолокурения насчитывает несколько тысячелетий. Как показывают археологические и письменные источники, смола сосны применялась с глубокой древности не только с лечебными целями, но ей склеивали предметы обихода, наконечники стрел и копий, она была составной частью бальзамирующих составов.

Вот так описал сосну А. Граши:

Сосна, сосна! Душистый лекарь!
Как мне нужна твоя смола!
Скорей, скорей мне в жилы вбрызни
Свое спокойствие и мир –
Единственно прекрасной жизни
Зелено-синий эликсир!

Сосна – одно из древнейших лекарственных растений. Ее хвою включали в состав компрессов и припарок 5000 лет тому назад. В наше время из хвои изготавливают искусственную шерсть, в хвое много витаминов. Во время Великой Отечественной войны сотрудниками Ботанического института им. В.Л. Комарова разработаны способы по-

лучения витаминного напитка из хвои сосны. Этому препарату обязаны жизнью многие ленинградцы, пережившие блокадный голод. В народной медицине используют сосновые почки, хвою, а также скипидар, канифоль, деготь.

В современной медицине применяются препараты сосны, главным образом в качестве дезинфицирующих, мочегонных средств. Сосновые почки в виде настоя и ингаляций употребляются при заболеваниях верхних дыхательных путей; настой из хвои – в качестве противогрибкового, а ванны из хвои – при неврологических болях; скипидар в составе мазей – как болеутоляющее средство, деготь входит в состав мазей, мыла и применяется при лечении экзем, чесотки, псориаза и других кожных заболеваний. Экстракт из хвои включают в состав мыла, зубных паст в качестве бактерицидного и дезодорирующего средства.

Сосна выделяет в окружающий воздух большое количество фитонцидов, активных даже против туберкулезной палочки. Поэтому воздух в сосновом лесу не только стерилен, но и оказывает противомикробное действие в дыхательных путях.

Сосна дает ценный строевой лес, который используется в кораблестроении.

Сосновые леса богаты ягодами, грибами, животными и лекарственными травами – это неоценимое богатство не только Урала, но и России.

Это интересно!

1. В старину у славян год начинался не зимой, а весной, поэтому встречали его не елью, а березой. В это время земледельцы приступали к сельскохозяйственным работам, а береза распускалась первой зеленью, отсюда и древнерусское название марта или апреля – «березозол». Ввиду того, что весна на юге и севере наступала в разные кален-

дарные сроки, березозолем на юге называли март, а на севере – апрель. Березозол – март – был первым месяцем года до XV в., с тех пор русский календарь был перестроен.

2. У всех славянских народов береза – символ света, сияния, чистоты, женственности, иногда дерево начала. В качестве ритуального дерева фигурирует в русских заговорах: «На море, на окияне, на острове Кургане, стоит белая береза, вниз ветвями, вверх корнями».

3. В Троицу пастухи из березы на пастбище плели венки, один из которых надевали корове на рога. В нем она и ходила целый день. А второй венок пастух отдавал хозяйке вечером. Первый венок хозяйка скармливала корове, чтобы больше молоко давала, а второй – берегла на случай болезни коровы – тогда ветки из него тоже добавлялись по-немногу в корм.

Загадки в лесу

В шубе летом,

А зимой раздетый.

(Лес)

Мягок, а не пух,

Зелен, а не трава.

(Мох)

В колыбельке подвесной

Летом житель спит лесной.

Осень пестрая придет –

На зубок он попадет.

(Орех)

Высоконько стоит,

Далеконько глядит,

Станет старушкой –

Будет избушкой.

(Сосна)

На зеленом шнурочке

Белые звоночки.

(Ландыш)

Вроде сосен, вроде елок,

А зимою без иголок.

(Лиственница)

В этот гладкий коробок

Бронзового цвета

Кудри в речку опустила

И о чем-то загрустила,

Спрятан маленький дубок
Будущего лета.

(Желудь)

А о чем она грустит,
Никому не говорит.

(Ива)

Будто снежный шар бела,
По весне она цвела,
Нежный запах источала.
А когда пора настала,
Разом сделалась она
Вся от ягоды черна.

(Черемуха)

Я из крошки-бочки вылез,
Корешки пустил и вырос,
Стал высок я и могуч,
Не боюсь ни гроз, ни туч.
Я кормлю свиней и белок
Ничего, что плод мой мелок.

(Дуб)

Весной зеленела,
Летом загорела,
Осенью надела
Красные кораллы.

(Рябина)

Белые овечки
Бегают по свечке.

(Верба)

Никто ее не пугает,
А она все равно дрожит.

(Осина)

Каждый год молодцу
Прибавляет по кольцу.

(Дерево)

С моего цветка берет
Пчелка самый вкусный мед.
А меня все ж обижают,
Шкурку тонкую сдирают.

(Липа)

Русская красавица
Стоит на поляне,
В зеленой кофточке,
В белом сарафане.

(Береза)

Энтомологический кроссворд



1. На лугу живет скрипач,
Носит фрак и ходит вскачь. (*Кузнечик*)
2. На сосне рисунок яркий,
Разглядеть его хотел,
Вдруг сложились половинки
И рисунок улетел. (*Бабочка*)
3. Вдруг зажегся на травинке
Настоящий огонек.
Это с лампочкой на спинке
Сел на травку ... (*Светлячок*)
4. Келья из воска.
Брюшко в полоску.

Всюду летает,

Мед собирает. (*Пчела*)

5. Шесть ног без копыт, летит, жужжит. (*Жук*)

6. Кто за печкою поет,

Спать мне ночью не дает? (*Сверчок*)

7. Весной просыпается, осенью в щель забивается. (*Муха*)

8. Нос – точеная игла,

Писк его всех раздражает,

Очень больно он кусает! (*Комар*)

9. Тащит он соломинку

К маленькому домику.

Всех букашек он сильнеей

Наш трудяга... (*Муравей*)

Размести всех животных по своим домикам

Медведь

Хатка

Мышь

Логово

Птенец

Паутина

Пчелы

Муравейник

Паук

Нора

Муравей

Берлога

Белка

Гнездо

Бобер

Гайно

Волк

Улей

Найди у животных деток

Волк

Ежонок

Медведь

Зайчонок

Кабан

Теленок

Лось

Медвежонок

Заяц

Щенок

Як

Лосенок

Еж

Поросенок

Найди каждому животному пару

Лиса	Селезень
Олениха	Кабан
Зайчиха	Лис
Лосиха	Заяц
Утка	Олень
Свинья	Лось

Опасны ли насекомые?

Насекомые, как и люди, в разных ситуациях ведут себя по-разному: в одних – насекомые могут быть опасны для человека, а в других – вовсе не опасны, а даже полезны.

Например, попробуй ответить на вопрос – опасны ли пчелы?

Конечно, если пчела сядет тебе на руку и ты начнешь ее прогонять, ей это может не понравиться и она ужалит тебя. А с другой стороны, ты прекрасно знаешь, какую большую пользу приносят человеку пчелы: и мед, и лекарство, и высокие урожаи с тех растений, цветки которых опыляют пчелы.

Когда комар садится на тело человека, вонзает в кожу свой хоботок и начинает пить кровь – это и неприятно, и больно, и опасно. Особенно в том случае, если на человека нападет много комаров. Но ведь и комары приносят немалую пользу. Ну, вот представь, что удалось выловить и уничтожить всех комаров. А их личинки являются любимой пищей для рыб многих видов. Значит, уничтожив комаров и их личинок, мы оставим рыб без пищи. И они погибнут.

Как обеднеет наша природа, если не будет рыб!

Конечно, среди насекомых есть немало вредителей сельскохозяйственных и лесных культур, а также таких насекомых, которые приносят вред человеку. Например, блохи, мухи, вши, клопы и другие. Есть даже насекомые, которые просто опасны для человека, потому

что они переносят опасные заразные болезни, например, малярию, сыпной тиф и многие другие.

Так, во время первой мировой войны и последовавшей за ней гражданской войны погибло от сыпного и возрастного тифа больше людей, чем на поле боя – во время сражений.

Как же защититься от вредных и опасных насекомых?

Делается это по-разному.

Чтобы исключить заразные болезни, которые переносят мухи, нужно поддерживать чистоту в квартире и мусороприемниках. Не допускать свалок. Потому что мухи разводятся именно в этих местах.

Чтобы защитить себя от укусов комаров, которые больше всего беспокоят весной и летом, можно использовать специальные средства, отпугивающие их, или подходящие для этого растения, например, пижма обыкновенная, полынь горькая. Ну, а если комар все-таки укусил, ни в коем случае не расчесывай это место, а натри его листом конского щавеля.

В летнюю пору нередки укусы пчел, ос, шмелей. В этом случае нужно чистыми руками осторожно удалить жало и смочить пораженное место нашатырным спиртом.

Некоторые люди бывают очень чувствительны к укусам насекомых, особенно когда жалит крупное насекомое, например, оса-шершень. А если такой укус пришелся на лицо, он может стать опасным для жизни. К таким укусам нужно относиться с большой осторожностью и по возможности обращаться безотлагательно к врачу.

Это интересно!

1. *Стрекоза* способна поднять вес больше собственного в 10 раз, *богомол* – в 16, *пчела* – в 20, *майский жук* – в 24 раза.

2. Исследуя физические возможности жуков, энтомологи доказали, что *жук-носорог* может тянуть груз в 100 раз превосходящий его

собственный вес, бронзовка – в 495, а жук-навозник – в 1460 раз. Обладая человек мощностью этого жука, он мог бы vorочить груз, весящий более 100 тонн. Вот такие они силачи!

3. В поисках пищи и подходящих условий существования насекомым приходится регулярно преодолевать огромные – относительно их собственных размеров – расстояния. Так, *жуслица*, длина которой всего 2–3 сантиметра, пробегает за ночь (это сумеречное насекомое) до полутора километров. Человек, наделенный такой выносливостью, одолел бы за то же время более 100 километров.

Это надо знать!

Среди насекомых есть «земледельцы», «пастухи», «архитекторы», «плотники», «ткачи», «изготовители бумаги», «рабовладельцы», «могильщики». Муравьи создают города с многотысячным населением, шелкопряды ткуют шелк, осы вырабатывают бумагу и штукатурку. Многие действия насекомых производят впечатление осмысленных, но в действительности все они инстинктивны.

Мы у природы в гостях

Прежде чем побывать в гостях у природы, нужна тщательная подготовка. Во-первых, вам, как руководителям похода (или экскурсии) в лес, нужно самим хорошо знать те растения и животных, с которыми вы и ребята можете встретиться во время похода. Во-вторых, нужно вдумчиво отнестись к выбору маршрута (или того уголка леса, где вы проведете тематическое занятие). В-третьих, ребята должны знать правила поведения в лесу.

Основная идея похода (экскурсии) – идем налегке – с минимальным запасом продуктов и питьевой воды. Питаться будем по возможности только дарами леса.

Когда говорят о *культуре поведения человека*, имеют в виду не только городской быт, но и его общение с природой даже в глухом лесу. По-настоящему высококультурный и воспитанный человек не нанесет вреда живой природе. Он умело воспользуется ее щедрыми дарами и всегда сможет избежать неожиданных огорчений. Ведь лес – это не только деревья, но и великое множество самых разных растений, животных и других организмов, полезных, вредных, опасных и ядовитых, в тесном взаимодействии которых, собственно, и возможно существование всего живого, которое мы называем собирательным именем *Живая природа*.

Это надо знать!

❖ Навредив одной или немногим группам животных или растений костром, кучей походного мусора, топором или неумелым сбором растений, насекомых, можно нанести немалый урон лесу, лугу, водоему в целом. Потому что в каждом биоценозе существует естественное биологическое равновесие, нарушение которого пагубно для всего живого.

❖ Сильные производственные, транспортные и бытовые шумы травмируют нервную, сердечно-сосудистую и кровеносную системы, способствуя тем самым возникновению различных заболеваний. Такие шумы действуют вредно не только на человека, но и на все живое. Более того, от сильных колебаний воздуха, вызываемых, например, музыкальными средствами, нарушается жизненная активность животных и растений: скажем, не могут подняться в воздух шмели, жуки и другие насекомые, болезненно переносят шум рыбы, у птиц, подвергшихся шумовому воздействию, наблюдается преждевременная линька, а у зверей – преждевременные роды.

❖ В *условиях постоянного шума* жизнь животных становится невозможной, и они покидают такие территории.

❖ Не меньший *урон природе наносят* пожары, костры, обламывание деревьев, срывание трав, вылавливание животных.

❖ В походных условиях огонь костра нужно разводить со знанием дела, чтобы не навредить природе. Потому что по утверждению специалистов кострище полостью выводит из строя на пять–семь лет клочок земли, на котором оно сооружается. Поэтому костер лучше всего разводить на каменистой отмели реки.

Итак, мы познакомились с правилами поведения на природе, пора и в поход. Лес может встретить нас надоедливый и прилипчивым гнусом. Что же делать? Выход есть – веточки полыни, пижмы, ромашки, стебли дикорастущего чеснока и лесной герани. Они защищают нас от мошек, комаров и мух.

Каждому, кто путешествует, не мешает знать: запахи перечисленных растений отпугивают не только кровососущих насекомых, но и клопов, муравьев, моль и даже некоторых вредителей наших садов.

Расскажем о тех растениях, которые можно использовать при приготовлении полноценного обеда не менее чем из четырех блюд на «лесной кухне».

Салат

Наверное, многие знают, что готовить его можно из листьев *одуванчика* и *молодой крапивы*. Но надо бы помнить еще, что, чем больше подходящих растений использовано в салате, тем вкусней и питательней он, а также изысканней, потому что листья разных растений имеют самый различный вкус: одни – горьковатые, другие – кисловатые, третьи – сладковатые – и все это с множеством всевозможных тонкостей и оттенков.

Конечно, в приготовлении «лесных» блюд большую роль играют не только имеющиеся в распоряжении повара травы, но и его искусст-

во, впрочем, это касается поварского дела в целом, а не только приготовления пищи из дикорастущих трав.

Так вот, для салатов годятся, кроме названных выше одуванчика и крапивы, еще клевер, лопух, подорожник, причем используются и листья этих растений, и корневища. Применяют их еще как добавки к винегретам и приправам, а также варят, солят, квасят, маринуют. По питательности многие из них не уступают гороху и фасоли.

Однако немало и других вкусных и питательных растений, составляющих конкуренцию даже самой крапиве: яснотка белая, пастушья сумка, осот желтый, лук гусиный, цикорий, нивяник, молодило.

Для аромата к бутербродам, в салат, винегрет, первые и вторые блюда добавляют мелиссу, гулявник аптечный, мяту полевую, эстрагон, кислицу, щавель, пупавку благородную, пастушью сумку. Из лебеды готовят оладьи.

В качестве пряностей нередко используют тимьян обыкновенный, тмин, тысячелистник, шалфей лекарственный, полынь, душицу и некоторые другие менее известные растения. А еще можно приготовить аппетитную икру из свежих сыроежек.

Первое блюдо – летние щи

Капусту для щей можно заменить молодыми листовыми черешками сныти. Картофель готовят так: испечь (а можно и обжарить) корни лопуха – они сладковатые и вполне похожи на картофель. Пригодятся и молодые побеги, и корни рогоза, который в простонародье называют камышом, а также корни козлобородника и колокольчика. Измельчить их, высушить. Затем таким же способом, каким получают крахмал из картофеля, добыть рогозовый крахмал. Из него готовят тесто, чтобы напечь лепешек и наделать шариков – «картофелин». Кстати, молодые корни рогоза можно употреблять сырыми, печеными

и вареными. Они вкусны и питательны, потому что содержат до 58 процентов крахмала и до 12 процентов сахара.

Летние щи готовят так: на одну порцию взять примерно по 100 граммов молодой зелени иван-чая, крапивы, щавеля, погрузить на одну–две минуты в кипяток, после чего измельчить зелень и потушить на медленном огне. Затем всю массу положить в кипящую воду и варить до готовности, бросив в бульон заранее приготовленный разными способами «картофель».

Похлебка из грибов

Для похлебки сварить *грибной бульон* и заправить его поджаркой из полученной рогозовой муки, тмина и разных пахучих трав.

Котлеты с приправой

Готовят котлеты из крапивы и рогозовой муки, а чтобы имели свой вкус и запах, добавить некоторых пахучих трав. *Гарнир* делают из мелко нарезанных и отваренных корней иван-чая. В качестве гарнира можно использовать *пюре* из листьев одуванчика.

Чай

Если салат тем вкусней, чем больше использовано в нем разных трав, то с чаем наоборот – лучший, наиболее ароматный, получается, если заварить его из растений одного вида. Для этого годятся листья, цветки и другие части земляники, черники, чабреца, ежевики, малины, иван-чая, смородины, шиповника, рябины, боярышника, липы, зверобоя, ромашки, мяты, тысячелистника, душицы обыкновенной.

Кофе

Совсем натуральный, душистый и сладкий без сахара мы можем приготовить из корней одуванчика, в котором вполне достаточно ароматических веществ и сахара. Мелко нарезанные корни его поджарить и залить кипятком.

Из тех же растений можно приготовить много других различных освежающих, тонизирующих, согревающих напитков, настоев, компотов, квасов, отваров. Ну, например, самый простой – *настой из распущенных почек и листьев березы*. Или компоты из лесных ягод. Очень полезен и вкусен напиток из шиповника и молодых сосновых шишек.

Воистину, *щедра хозяйка-природа*. Как дорогого гостя встречает она каждого, кто внимателен к ней, кто бережет и знает ее щедроты.

Это интересно!

❖ Найдите парящую паутину: именно с ней связано одно из чудес, с которым не знакомы многие люди...

Вот летит она плавно по ветерку, не ловите ее, а понаблюдайте, как происходит этот полет, где и чем он закончится. Паутинки летят по-разному: одни покрывают всего сотню-другую метров, а другие устремляются в очень дальний полет.

Если хорошо рассмотреть паутинку, то можно обнаружить на ней паучка, совсем маленького. Он и пилотирует паутину!

А происходит это так. К концу лета у пауков подрастает новое поколение. Выводку становится тесно, и приходится паучатам расселяться, чтобы вдоволь было для них вкусных питательных мух. Паучки начинают готовиться к путешествию, дожидаясь погожих слегка ветреных дней.

Взобравшись на высокий куст или дерево, паучок прежде всего устраивает из коротких и прочных нитей стартовую площадку, а затем приступает к изготовлению летной нити, закрепляя конец ее на наветренной стороне своей вышки. Ветер сносит нить со стартовой площадки, и она образует вытянутую петлю. Когда длина петли достигает 10–20 сантиметров, паучок перегрызает нить у основания, и она вытягивается по ветру в одну линию. А строитель продолжает выпускать свою

нить, и, когда она становится настолько длинной, что может удержать пилота в воздухе, он отцепляется от «стартовой площадки» и отправляется в полет. Надумав приземлиться, паучок, перебегая по паутинке, изменяет центр тяжести «воздушного корабля», и послушный ему корабль опускается, где надо.

Продолжительность такого полета бывает различной: от нескольких минут до многих часов.

Уже многие годы удивляют людей две способности паучков: как они узнают, когда создана нить, достаточная для полета, и как удается им «рассчитать» перемещение по паутинке, чтобы ловко управлять далеким полетом.

❖ *Природа – могучий оздоравливающий и лечебный фактор. Известно это еще с древних времен. Например, Авиценна признавал три основных способа лечения человека: слово, траву и нож. А Гиппократ настаивал, что медицина есть искусство подражать воздействию природы.*

❖ *Способность растений по-разному действовать на живые организмы была известна еще до новой эры: сведения об этом содержатся в трудах Теофраста (IV столетие до нашей эры). Рецепты лечения болезней травами записывали на глиняных табличках ассирийцы. Древние египтяне за четыре тысячи лет до нашей эры использовали несколько сотен растений. Первый китайский трактат по фитотерапии, датированный 2500 годом до нашей эры, приводит сведения о девятистах видах лекарственных растений. Лечение болезней травами широко практиковалось и у древних славян.*

❖ *Шум леса – знаменитый «зеленый шум», шелест листьев, журчание ручья, пение птиц, звуки дождя – это тоже могучие оздоровительные средства, оказывающие влияние на нервную систему, железы внутренней секреции и даже мускулы. Современная наука*

нашла объяснение этому чуду: шумы равномерной мощности в 20–30 децибелов благотворно действуют на все живое – так распорядилась биологическая эволюция.

4.2.3. Если ты оказался Робинзоном. Помоги себе сам

Робинзон Крузо на своем острове одинокий, лишенный помощи себе подобных и каких бы то ни было инструментов, добывающий, однако, все нужное для существования и создающий даже известное благополучие, – вот тема интересная для всякого возраста, и можно тысячей способов сделать ее увлекательной для детей.

Жан-Жак Руссо

Более трехсот лет прошло с тех пор, когда была написана книга Даниелем Дефо о жизни и приключениях Робинзона Крузо, которая вышла в Англии 25 апреля 1719 г. под названием: «Жизнь и удивительные приключения Робинзона Крузо, моряка, прожившего 28 лет в полном одиночестве на необитаемом острове у берегов Америки, близ устья реки Ориноко, куда он был выброшен кораблекрушением, во время которого весь экипаж корабля, кроме него, погиб, с изложением его неожиданного освобождения пиратами, написанные им самим». Жизнь на необитаемом острове не выдумана Даниелем Дефо, поэтому-то эта книга так увлекательна и притягательна не только для детей, но и взрослых. Пожалуй, нет ни одного ребенка школьного возраста, который бы не прочитал «Робинзона Крузо» и хотя бы мыслен-

но не поставил себя на его место, с вопросом: «А смог ли бы я выжить в такой ситуации?» и «Что необходимо знать об окружающей природе, чтобы выжить и что нужно уметь?» В наше время школьники могут себя проверить, уходя с преподавателями в многодневные походы в природу: лес, лесостепь, тайгу и т.д. Что же вам необходимо знать, чтобы оказаться подготовленным к таким походам, когда вы оказываетесь в ситуации Робинзона?

Как построить дом в лесу

*Что прекрасней таких приключений,
Веселее открытий, побед,
Мудрых странствий, счастливых
крушений...*

Вс. Рождественский

Попав в лес, прежде всего необходимо оборудовать себе лагерь. Для этого необходимо выбрать подходящее место. Это может быть опушка с песчаным косогором, под которым протекает ручей. Это должно быть сухим местом, защищенным лесом от ветра и освещенное солнцем. Если у вас есть палатка, то ее можно поставить, если палатки нет, то необходимо строить шалаш. Для этого необходимо поставить остов (каркас шалаша).

Вырубаем четыре кола 1,5-2 метра. Вбить сначала 2 кола наискось в землю, чтобы они скрещивались на высоте 1,5 м. (учитывая ваш рост), затем на расстоянии 2 м другие два кола. Соедините их длинной жердью и свяжите веревкой. Вырубая колья, оставляйте с одной стороны сучки.

На эти сучки с обеих сторон остова положите длинные жерди и свяжите их веревкой.

Нарубите широких пушистых веток ели и, начиная снизу вплетайте их ряд за рядом между жердями. Верхний слой веток накладывается на нижний (черепицей). Тогда дождевая вода будет скатываться сверху и в шалаше будет сухо.

Прикройте хорошенько верх шалаша и заплетите ветками заднюю часть шалаша.

Чтобы шалаш не свалился, лучше его подпереть с обеих сторон кольями с развилиной или привязать верх шалаша с обеих сторон к вбитым в землю кольшкам, как это делается у палаток.

Если у вас нет времени долго возиться с большим шалашом, и наступает ночь, то возьмите большой кол и приложите его к разветвлению дерева. К колу приставьте палки, вбивая нижний конец в землю, и на палки черепицей кладите еловые или сосновые ветки. Это шалаш на скорую руку.

Если вы попали в сырое место, то лучше обосноваться на дереве. Отыщите широко разветвленное невысокое дерево (иву, березу, дуб или сосну). Из палаток, привязанных к ветвям, сделайте помост, над которым устройте навес. И дом – готов.

Шалаш заброшенный я встретил на пути, здесь мой ночлег, здесь я сниму поклажу, из трав лесных себе постель налажу.

П. Комаров

Соорудив шалаш – подумайте о постели. Никогда не ложитесь на голую землю.

Для этого нарубите веток ели или сосны. Воткните под углом нижние концы в землю рядами, как черепицу. По краям положите тонкие жерди (две длинные и 2 короткие) и скрепите в углах вбитыми в землю кольшками. Такая постель пружинит как матрац. На ней

спать не только мягко, но и тепло. Если рядом растет вереск, то хорошо накидать его поверх веток сосны или ели. Это еще больше увеличит мягкость постели.

Для того чтобы соорудить подушку достаточно освободить рюкзак и набить его травой иван-чая или пухом соцветий рогоза, что растет по берегам водоема. Прекрасным пухом для подушки может служить *пушица*, растущая на болоте. Теперь у вас в лесу готов дом и постель для отдыха.

Запомните древнюю русскую поговорку: «Лучше уметь, чем иметь».

Если вы умеете, то всегда сделаете и добудете себе все необходимое для жизни.

Как определить, можно ли в реке купаться?

Люди давно заметили, что животные и растения предчувствуют изменения в природе и по-разному реагируют на них. В результате многовековых наблюдений они научились понимать такое поведение растений. На этой основе и возникло много народных примет.

В настоящее время ученые умеют оценивать состояние окружающей среды по реакциям живых организмов, по наличию или отсутствию их, а также по особенностям развития. Этот метод назвали *биоиндикацией*.

Впервые для индикации были использованы рыбы. С их помощью в Японии определяли чистоту поверхностных вод.

А какие же живые организмы, обитающие в вашем регионе, могут помочь оценить чистоту или загрязнение водоемов. Тем более, что в этом есть большая необходимость, так как в водоемы России довольно часто попадают промышленные, сельскохозяйственные и бытовые стоки, загрязняя их.

Ученые условно выделяют три группы живых организмов – по их устойчивости к различным токсическим веществам.

Первая группа – слабоустойчивые живые организмы, например, животные, приспособившиеся жить в относительно чистых водоемах. Сюда относятся бокоплавы, речные раки, моллюски (беззубка, перловица, речная чашечка), личинки поденок, личинки стрекоз-красоток, личинки веснянок, ранатра, личинки ручейников (живущих в домиках), личинки мошек и другие.

Чистую воду любят и многие растения: кубышка желтая, кувшинка белая, водокрас, телорез, ива козья, ольха черная.

В чистых пресных водоемах на водных растениях можно встретить гидр. Они улавливают пищу с помощью щупальцев, имеющих стрекательные клетки.

Речные раки - самые крупные беспозвоночные, обитающие в пресных водах. Предпочитают незагрязненные и богатые кальцием воду. Они могут поедать как животных, так остатки разложившихся животных и растений.

Вторая группа – среднеустойчивые живые организмы, например, черви, водные клопы, жуки (плавунцы, водолюбы), прудовики, катушки, водяные пауки.

Водяной паук строит под водой из паутиной нити колокол, который использует как засаду для ловли проплывающих мимо мелких животных. Обычно водяной паук обитает в местах с густой водной растительностью. Особенность водяного паука, отличающая его от наземных пауков – густо покрытые волосками лапки.

Третья группа – высокоустойчивые живые организмы, например, пиявки, черви-трубочники, водяные клещи, катушки, горошинки.

Для того, чтобы рассмотреть животных, которые мало чувствительны к загрязнению водной среды и могут выдерживать низкое содержание растворенного в воде кислорода, надо зачерпнуть со дна порцию ила и промыть его через сито. В сите увидим красного цвета *трубочников*, которые свернуты в клубочки. Действительно в природе они образуют плотные поселения, иногда из тысячи особей на 1 квадратный метр дна. Питаются органическими веществами грунта, вынося его с глубины 5-10 см на поверхность дна и минерализуя. Трубочники способствуют биологической очистке вод. Являются пищей рыб. Служат промежуточными хозяевами некоторых паразитов водных животных.

На дне водоема обитают и *пиявки*. Большинство из них паразиты, сосущие кровь животных и человека, а вот ложноконская пиявка – хищник, питающаяся различными червями, личинками насекомых и другими мелкими животными.

Широко распространены и устойчивые к загрязнению *улитки*. Они питаются детритом (мертвым органическим веществом, отмершими растительными и животными организмами и их частями).

Но самым удивительным существом среди жирного ила является *крыска* – это личинка мухи-пчеловидки.

Наличие загрязняющих веществ в воде можно определить химическими методами, но можно и понаблюдать за обитателями водной среды.

Поскольку беспозвоночные присутствуют в водной среде постоянно, изменение качества среды отражается на их состоянии и численности. Для оценки качества вод по обитающим в них беспозвоночным можно подсчитать *биотический индекс*, используя индивидуальные коэффициенты для каждой группы животных. Более высокий коэффициент характерен для чувствительных к загрязнению беспозво-

ночных, например, нимф веснянок и большинства поденок, тогда как для устойчивых к загрязнению животных, например, для кольчатых червей и личинок звонцов, величина коэффициента мала.

Оценка качества водной среды на основе биотического индекса

1. Определите беспозвоночных, обнаруженных в пробе, взятой в ручье или в реке и запишите их названия.

2. Найдите величину коэффициентов для каждой группы беспозвоночных, используя определенную таблицу. Если какое-либо животное не определено или не указано в специальной таблице, не принимайте его в расчет.

3. Суммируйте коэффициенты для всех животных, обнаруженных в пробе, чтобы получить индекс пробы.

4. Вычислите среднюю величину индекса путем деления индекса пробы на количество групп обнаруженных в водной среде беспозвоночных. Полученная величина называется биотическим индексом.

Значение биотического индекса находится в интервале от нуля (безжизненный водоем) до десяти (чистый горный ручей, эта величина вряд ли будет достигнута). Чем больше значение индекса, тем выше качество водной среды.

Таблица 7 – Индивидуальные коэффициенты беспозвоночных животных

Название животного	Индивидуальный коэффициент
Планария	4
Пресноводные олигохеты	1
Пиявки	3
Прудовики	3
Катушки	3
Горошины	3
Беззубки, перловицы	10
Речные чашечки	8
Речные раки	10
Водяные ослики	3

Бокоплав	6
Водяные клещи	4
Нимфы поденок (ползающие формы)	10
Нимфы поденок (формы быстротекущих вод)	10
Нимфы поденок (плавающие формы)	6
Личинки стрекоз-красоток	8
Водяные скорпионы	5
Личинки стрекоз-стрелок	6
Личинки стрекоз-коромысел	3
Личинки радиокрылых стрекоз	8
Личинки веснянок	10
Водомерки	5
Ранатра	8
Гладыш (имаго и личинки)	5
Личинки вислокрылок	4
Личинки ручейников (живущие в домиках)	8
Личинки ручейников (свободноживущие)	5
Водные жуки (плавунцы, плавунчики, водолюбы)	5
Личинки долгоножек	5
Личинки мух-журчалок «крыски»	3
Личинки мошек	5
Личинки комара-звонца	2

Муха-пчеловидка летает по цветам и окраской напоминает пчелу. А вот личинка ее, *крыска*, предпочитает воду, причем не очень чистую, даже выдерживает сильное загрязнение.

Удивляет *крыска* целым рядом своих признаков. Во-первых, дыхательная трубка у нее не просто длинная, она даже раздвижная, состоящая из трех члеников, трех колен. Как в подзорной трубе, они вдвигаются друг в друга. За счет этого *крыска* может укоротить – сдвинуть свою трубку, а может раздвинуть ее. Вытянутая трубка достигает 10 сантиметров, а то и больше.

Во-вторых, у личинки *мухи-пчеловидки* отсутствует голова как таковая, точнее, у нее сильно недоразвит головной отдел, и она выглядит безголовой. Нет и глаз. Рот прикрыт складкой, ротовые органы не развиты. Ног тоже нет, но на нижней стороне тела видны выросты – это ложные ножки: одна пара на груди и шесть пар на брюшке. При их помощи личинка ползает.

А в общем, крыска выглядит как цилиндрик в два сантиметра длиной и длиннейшей трубкой, через которую она дышит. Питается она располагающими веществами.

Это нужно знать

Плавунцы, обитатели рек, озер – прожорливые хищники, нападающие на любых водных животных: насекомых, улиток, головастиков, рыбьих мальков, а случается, и на более крупных – тритонов, лягушек и даже рыб до 8-10 сантиметров длиной. Голодные жуки едят и мертвечину, растения и даже нападают друг на друга. Поэтому держать их в аквариуме непросто: одно из основных правил – кормить плавунцов досыта, чтобы притупить инстинкт каннибализма, другое – накрывать аквариум сеткой или марлей, чтобы они не улетели².

Как приготовить себе обед

Все чувства усиливаются и открываются в человеке, стоит ему присесть на корточки перед костром и потянуть носом парок закипевшего варева. И воздух становится слаще, и дали приветливее, и люди милее, и жизнь легче.

К. Федин

Важнейшим условием выживания в лесу является умение разводить костер, поскольку он вас и согреет, и высушит промокшую одежду, и главное – на нем вы приготовите свой обед. Костер должен давать больше тепла и быть незаметным издали. Как же развести костер?

² Тюмасева З.И. Под медвяной росой. – Челябинск: Юж.-Урал. кн. издательство, 1991. – 256 с.

Прежде всего, очистите для него место, *чтобы от его искр не загорелся лес, сухая трава и хвоя.*

Снимите дерн и отложите в сторону.

Заготовьте сухих дров, бересты и мелких сухих веток и щепочек, пропитанных смолой (обычно это древесина хвойных пней).

Научитесь сохранять спички сухими и разжигать огонь одной спичкой. Для разведения костров существуют разные способы в зависимости от целей костра. *Костер «пирамидой»* дает высокое пламя. *Костер «звездчатый»* (из составленных концами толстых поленьев) – низкое и широкое пламя и хорош для длительного поддержания огня без постоянного подкладывания сучьев. Такой костер незаменим ночью – нужно только подталкивать к центру обгоревшие поленья. *Костер «таежный»*, из положенных друг на друга крупных бревен долго горит и дает много углей, хорош для сушки одежды. Для приготовления пищи делают «очаг», чтобы жар направлялся на дно котелка или чайника. Очаг делают из двух стенок, сложенных из дерна или двух сдвинутых бревен, между которыми разводят огонь. В костер кладите преимущественно березовые, ольховые, сосновые и еловые дрова, дающие много жару. На ночь костер гасить, засыпав угли золой. На утро они еще будут тлеть. и вы легко раздуете огонь. Уходя, закройте костровище снятым дерном.

Если вы не очень надеетесь приготовить обед из лесного хлеба и овощей, то возьмите с собой в поход: уксус, сырой картофель, муку, крупу, бульонные кубики и мясные консервы, но постепенно вы сможете приготовить себе вкусный обед из даров леса, когда лучше узнаете и сможете находить съедобные дикорастущие растения.

Когда вы оказались в лесу в положении Робинзона, то можете воспользоваться его опытом для приготовления *хлеба*. Для этого необходимо найти белую кувшинку и добыть ее корневище, которое

очищают и нарезают на мелкие кусочки, а затем высушивают на солнце. Высушенные кусочки необходимо растолочь на камнях до получения муки. Но поскольку в ней много дубильных веществ, которые придают муке горький и вяжущий вкус, то их необходимо удалить, залив муку водой на несколько часов, затем ее сливают и заливают свежей и так 3 раза. После последнего слива муку рассыпают тонким слоем на бумаге или ткани и просушивают. Из муки делают лепешки и хлеб, но он получается вкуснее при добавлении ржаной муки.

Как же испечь хлеб в лесу? Размельчите в теплой воде кусочек хлеба, прибавьте муки и поставьте в теплое место. Когда масса заквасится и будет пузыриться, то закваска готова. Положите ее в котелок, залейте теплой водой и замесите мукой. Тесто поставьте в теплое место, накрыв котелок (заройте в теплую, но не горячую зону). Тесто поднимается 5-6 часов. В это время приготовьте *индийскую печь*. Для этого выройте небольшую узкую яму, дно и спинки которой выложите гладкими плоскими камнями (булыжником) и разведите в ней костер. Когда камни сильно нагреются, золу и угли разгребите к краям ямы, а из теста сделайте круглый хлеб, посыпьте тминовыми семенами и положите на листья кувшинки или лопуха, опустите в индийскую печь на камни, закройте яму куском дерна, а сверху разведите костер. Через час определите готовность хлеба, проткнув его лучинкой. Если лучинка сухая, то хлеб готов, если липкая, то хлеб нужно допечь. Можно из теста сделать лепешки и печь их на камнях печи.

Для того чтобы приготовить себе обед в лесу, внимательно оглянитесь вокруг и подумайте, что можно использовать для приготовления обеда. Вот вы увидели кислицу – заячью капусту. Можно сделать прекрасный *освежающий напиток*. Для этого измельчите зелень (200 гр.), залейте ее холодной кипяченой водой (1 л.) и настаивайте 2 часа. Напиток готов.

Салат из листьев подорожника, крапивы и лука. Тщательно вымытые листья подорожника (120 гр.) и крапивы (50 гр.) опустите на 1 мин. в кипящую воду, дать воде стечь, измельчить, добавить нашинкованный репчатый лук (80 гр.), тертый хрен (50 гр.), соль и уксус (по вкусу), посыпать измельченным яйцом и полить сметаной.

Щи зеленые из лебеды или листьев подорожника готовить, так же, как и щи из крапивы. Для бульонов можно использовать бульонные кубики.

Жареные цветочные почки дудника лесного. Нераспустившиеся цветочные почки (100 гр.) отваривать в подсоленной воде, обвалить в сухарях или муке и жарить в масле. Подавать как самостоятельное блюдо.

Кисель по-охотничьи. Промыть и измельченный исландский мох (3 стакана) варить 2 ч. в 1 л. воды отвар процедить, добавить сок клюквы (2 стакана) и сахарный песок (1/2 стакана). Довести до кипения. Вместо клюквы можно использовать бруснику, протертую с сахаром.

Студень лесной. Приготовить концентрированный отвар исландского мха (1 кг лишайника на 1 л. воды), посолить его по вкусу и залить им отварные грибы (500 гр.), охладить до застывания. Подавать с хреном, горчицей, перцем и уксусом.

Жареные пестики хвоща. Отобранные и промытые пестики хвоща (200 гр.), обвалить в сухарях, посолить, залить сметаной (60 гр.) и поджарить на сковороде.

Салат из татарника. Молодые листья (100 гр.) залить кипятком, выдержать в нем 5-10 мин. и мелко нашинковать. Добавить хрен (1 ст. ложка), мелко нарезанный чеснок (5 зубчиков), соль и уксус (по вкусу). Дать постоять на холоде 1–2 часа.

Пюре из спорыша и крапивы. Промытые листья спорыша и крапивы, взятые в равных количествах, мелко нашинковать и посолить

по вкусу. Использовать для заправки супов (2 ст. ложки на порцию), в качестве приправы ко вторым мясным и рыбным блюдам, и для изготовления салатов (1-2 ст. ложки на порцию).

Пюре из спорыша и чеснока. Зелень спорыша (200 гр.) и чеснок (50 гр.), мелко измельчить, посолить по вкусу и перемешать. Добавить перец и уксус (по вкусу).

Как в лесу помыться без мыла

Живя в лесу, собирая растения, приготовляя на костре еду – вы обязательно запачкаетесь, и вам будет необходимо помыться. А как же быть, если у вас закончилось мыло или вы его потеряли? Не огорчайтесь, в лесу много растений, которые вам его заменят, и мы с ними вас познакомим.

Растение мыльнянка или собачье мыло. Высота его 30–35 см цветущее белыми цветками, собранными на верхушке стебля пучками по 5–7 штук с июня до сентября листья продолговатые. Ботаническое название – сапонария официналис от слов «сапо» – мыло и официна – аптека. В качестве мыла употребляют ее корень, который с водой образует пену. Особенно хорошо мылиться высушенный измельченный корень. При мытье рук сапонарию не следует нюхать или лизать пену, так как она ядовита и вызывает чихание.

Растение хлопущки, белые цветки имеют вздутую чашечку, которая при надавливании хлопает. Стебель хлопущки липкий. Цветки открываются вечером и прекрасно пахнут, опыляются ночными бабочками. Молодые ростки съедобны и по вкусу напоминают спаржу. Их отваривают или едят как салат. Так же как и мыльнянка, хлопущка относится к семейству гвоздичных и для отмыливания используются корни.

Растения зорьки белой – относится к семейству гвоздичных. Ботаническое название *лихнис альба* от греческого «лихнис» – лампа, светоч. Белые цветки с приятным запахом распускаются ночью и открыты от вечерней до утренней зори. Корни *зорьки* также содержат сапонин, и порошок из них пенится при стирке и устраняет жирные пятна на одежде.

Осенью для мытья рук и выведения пятен на одежде используют *плоды конского каштана*.

Вместо мыла можно употреблять сорняк полей и лужаек *куколь* с крупными розовыми цветками.

Как мыло употребляют и гриб-трутовик, растущий на стволах лиственницы, называемый *лиственной губкой* или *белым трутом*. Для мытья используется внутренняя ткань, а верхнюю деревянистую часть обрезают.

Особенно грязные руки можно отмыть ягодами *бузины* и, хотя она не дает пены, но грязь отмывает очень хорошо.

Зная эти растения и умея их использовать, вы всегда и в лесу будете чистыми и аккуратными.

Личная гигиена Робинзона

*Степной травы пучок сухой,
Он и сухой благоухает!
И разом степи предо мной
Все обонянье воскрешает.*

А. Майков

Как почистить зубы в лесу. Самое простое – чистить зубы толченым древесным углем, которого много в костре. Это хорошо обеззараживающее средство, уничтожающее бактерии. Толченым углем присыпают срезы растений для предохранения их от загнивания.

Уголь для ран растений все равно, что йод для ран животных и человека. Чтобы угольный порошок при чистке зубов напоминал настоящий – добавьте измельченные сухие листья мяты. Узнать это растение можно легко по запаху мяты.

Это интересно!

Мята с древних времен ценилась высоко. В Древнем Риме мятной водой опрыскивали комнаты, а столы натирали листьями мяты, чтобы у гостей создать жизнерадостное настроение. Считали, что запах мяты возбуждает работу мозга, поэтому студентам в средние века рекомендовали на голове носить венки из мяты во время занятий. Мяту клали в молоко для предупреждения его скисания. Мяту, заваренную в кипятке, хорошо употреблять при чистке зубов и при полоскании ротовой полости, как ароматическое и охлаждающее средство, дезинфицирующее и укрепляющее десны. Мятный чай является прекрасным средством для снятия утомляемости и при простудах.

Лесные ароматы. Запахи леса многообразны и всегда хочется запасти их впрок и принести домой, сделать это очень просто.

Помоги себе сам!

Ароматы хвойного леса. Свежую молодую хвою положить в колбу на 1/4 ее объема и наполовину залить водой. Закупорить колбу пробкой с отводной трубкой, который опускают в пробирку, затыкают ее ватой и опускают в стакан с холодной водой. При отсутствии колбы можно использовать чайник или консервные банки и собрать перегонный прибор. Хвоя с водой нагревается, при этом пар с летучими эфирными маслами переходит в пробирку, где и охлаждается. Масло тонкой пленкой будет плавать на поверхности воды. Его осторожно собирают пипеткой. Оставшаяся после перегонки хвоя промывается и скручивается между ладонями, и употребляются как нитки «сосновой шерсти». Из нее уже давно делают лечебные фуфайки для больных.

Эфирные масла добываются из семян тмина, укропа, мяты также путем перегонки.

Из корок плодов апельсина или лимона можно получить масло в результате отжимания корок.

Если взять лепестки ароматного шиповника и опустить в бутылочку со спиртом, а через сутки их вынуть и отжать и вместо них положить свежие, то через несколько смен лепестков вы получите духи с ароматом шиповника. Спустя некоторое время (после выдержки) аромат будет сильнее.

Из цветков шиповника, ландыша, любки можно получить ароматные помады. Для этого необходимо сделать этажерку из стеклянных пластинок. На каждую пластинку намазывают жир в полсантиметра и сверху накладывают цветки слоем в 7 см. Этажерку накрывают колпаком или помещают в закрываемый ящик или шкафчик. Цветки заменяют свежими один или два раза в день в течение месяца. При этом на 100 гр. жира требуется до 2 кг цветков.

Можно получить пахучие масла, употреблявшиеся в Древней Греции для «умаживания» волос и тела. Для этого цветки опускают в чистое растительное масло и меняют их много раз, пока масло не приобретет их аромат.

Это нужно знать!

Собирая растения для различных нужд – запомните, что в наших лесах и полях много ядовитых растений, принадлежащих к различным семействам:

Зонтичные: цикута, собачья петрушка.

Пасленовые: белладонна, дурман, белена, черный паслен.

Лютиковые: лютик, ветреница, калужница, купальница, борец-аконит, живокость-дельфиниум.

Лилейные: ландыш, вороний глаз и другие

Ядовиты и кустарники: волчье лыко и волчьи ягоды.

Даже с культурными растениями нужно обращаться осторожно: у гречихи ядовиты цветки, у томата и табака – стебли. Поэтому, собирая растения надо брать и собирать только те, которые вы хорошо знаете. Неизвестные растения и их ягоды употреблять не следует. Поэтому – Робинзоны – будьте осторожны!

4.2.4. Эколого-валеологические занятия с детьми, когда за окном дождь

Природа – лучший воспитатель чувств и разума человека. Она формирует нравственность, развивает способности и дает глубочайшие знания о себе и о том, что есть сам человек. Это было подмечено еще в 19 веке великим русским просветителем и педагогом К.Д. Ушинским, который с глубокой уверенностью настаивал на том, что «прекрасный ландшафт имеет такое огромное воспитательное влияние на развитие молодой души, с которым трудно соперничать влиянию педагога»³.

Поэтому уместно с детьми поговорить о временах года на Южном Урале, поскольку экологическому образованию не уделяется должного внимания в общеобразовательных организациях.

Начнем разговор о весне.

Весна света, весна воды и весна цветов

Путем наблюдений можно выявить первые признаки весны и определить причины изменений в природе. Наступает такой период: зима – не зима, весна – не весна.

Как выглядит приход весны? Что происходит с природой?

Начнем с загадки.

Веселая царица едет в колеснице,

Все ей рады. Что это?

³ Ушинский К.Д. Человек как предмет педагогической антропологии: опыт педагогической антропологии // Педагогические сочинения. – М., 1990. – Т. 5. – С. 127–170.

– Как вы догадались, что эта загадка о весне?

Сейчас прочитаю стихотворение о весне, а вы попробуйте запомнить ее приметы, а потом назвать их. Автор **Е. Благинина**, называется «**Весна**».

Еще в домах пылают печки.
И поздно солнышко встает,
Еще у нас по нашей речке
Спокойно ходят через лед.
Еще мы все тепло одеты –
В фуфайки, в теплые штаны...
А все-таки весны приметы
Во всем, во всем уже видны.
И в том, как крыши потеплели,
И как у солнца на виду
Капели, падая, запели,
Залопотали, как в бреду.
И воробьи кричат друг дружке
Про солнце, про его лучи,
И ветер нежный и протяжный
Повеял с южной стороны.

Педагог вместе с детьми перечисляет приметы весны, показывает картинки, фотографии.

– Если вы задумали нарисовать картинку к этому стихотворению, то как бы это сделали?

– А как бы в музыке вы изобразили первые весенние капли? Крик воробьев?

Попробуем разобраться более подробно, что же такое весна.

Пробуждение природы от зимнего сна называют прекрасным словом – весна. Уловить появление весны вовсе не просто, ибо в пору весеннюю каждый день, каждый час несут изменения в мир природы.

В каждом регионе нашей страны весны свои, неповторимые: ранние и неожиданные, поздние и неустойчивые, пугающие или праздные.

Так что такое весна?

Есть пора на Урале невнятная:

то ль зима – не зима,

то ль весна – не весна,

перезимнее времечко мартовское.

Представим наш поход в весну мартовскую. Еще снегу полно, и мороз-удалец не редкость. А уж что-то не зимнее появилось в сияющей радости солнца, слепящего в туманных сиреневых далях. Вся природа наполнилась чудом таинственным. С каждым днем все выше солнышко поднимается. Подтаивает снег, теряя свою белизну. На полях обнажились бугры. В лесу деревья освободились от снега.

А то вдруг небо закроется тучами темными, снег повалит, метель заметет. То опять засияет приветливо солнце веселое и небо заголубеет, и поплывут по нему первые кучевые облака.

Точно в народе подмечено: «обнадежива весна да обманчива. Перезимний месяц март – февралю-бокогрею меньший брат. Март на нос морозом садится. О весне мартовской знает зима февральская».

Вот с чего начинается весна:

- с перехода среднесуточной температуры через 5°C;
- появления первых кучевых облаков и первых проталин;
- появления мух и пауков-бродяг;
- с прилета грачей;
- начала гнездования ворон и воробьев.

Изменились облака, их стало больше, появились необычные их формы. Люди все больше улыбаются. Солнышко светит ярче и его лучи греют нас.

Как вы думаете, почему в марте стали происходить изменения в природе? С чем это связано?

Во-первых, солнце как главный источник тепла и света светит ярче и хорошо прогревает землю.

Сезон весны условно делят на три периода: ранняя весна, средняя весна, поздняя весна.

Как вы думаете, март – это какой период весны?

Назовем основные признаки ранней весны:

- удлиняются дни, уменьшаются ночи;
- солнышко поднимается выше, сильнее прогревает землю;
- снег становится рыхлым, начинает таять;
- появляются проталины.

Март – утро года, начало прекрасной весенней поры. Пробуждается природа. Начинается днем звонкая капель, а ночью вырастают хрустальные сосульки.

Март-капельник:

днем вода – капли,

ночью вода – камень. *(Сосульки)*

Загадки:

Наш серебряный кинжал

Недолго дома пролежал.

Мы поднять его хотели,

А он к порогу побежал. *(Сосулька)*

Растет она вниз головою,

Не летом растет, а зимою.

Но солнце ее припечет,

Заплачет она и умрет. *(Сосулька)*

Без рук, без ног, по полю рыщет, поет, да свищет, деревья качает,
к земле траву преклоняет. *(Ветер)*

Лежал, лежал, а весной в реку побежал. *(Снег)*

В теплый день снег подтаивает, а ночью подмерзает и образуется корочка на снегу. Как называется эта ледяная корочка? *(Наст)*

То, на чем дети любят кататься зимой. *(Санки)*

И последний вопрос: Самое холодное время года? *(Зима)*

Теперь вы знаете, что в природе все связано. Изменения в неживой природе влекут за собой изменения в жизни растений, животных, насекомых. Вот что происходит с бабочками. Так, например, бабочка-крапивница зимовала в стогу. Солнце нагрело стог, и заструилось от него тепло. К теплу и выползла неловкая, сонная бабочка. Крыло одно отпало, у другого стерлись чешуйки. Нелегко зимовать в стогу. Крапивница отогрелась. Подул ветерок, она вспорхнула и полетела. И вдруг ее обдало жгучим морозом: вокруг стога еще лежал снег. Крапивница сникла и опустилась на снег.

Хорош мартовский снег: в блестках, с весенней голубизной. И крапивница на нем как первый цветок. Кому красиво, а бабочке – смерть. Уже окоченела совсем, когда теплая струйка ветра от нагретого стога протянулась к ней, она встрепенулась, вспорхнула и пронеслась по теплой струе, как по знакомой дорожке. Струйка-тропинка привела ее к стогу.

Каждый солнечный день теперь вылетает крапивница полетать. Смело несется над заснеженным полем. Но далеко не улетает. Текут от стога нагретые струйки, как невидимые ленты, бабочка чувствует их тепло, они для нее – как дорожки к жизни.

Все выше солнце, все жарче стог, все длиннее теплые струйки-дорожки. Все дальше и дальше отлетает от стога крапивница, пока однажды не долетит до первой большой проталины. Там и останется весну встречать.

Весна апрельская – большая вода

Началом весны астрономы считают 22 марта, момент весеннего равноденствия, когда день равен ночи, а концом – 21–22 июня – самые длинные дни. Итак, на какие три периода делят сезон весны натуралисты?

Какой период весны описывает автор стихотворения «**Высокая вода**»?

Апрель. Половодье.
Почки пухлы, клейки.
Вода в огороде
Тополям по шейке.
Ручьи запружают.
Прыгаю по лужам.
Весна молодая
Веет ветром вьюжным.

А. Егоров

Еще одно стихотворение – о чем оно?
Уж тает снег, бегут ручьи,
В окно повеяло весною.
Засвищут скоро соловьи,
И лес оденется листвою.

Апрель. Природа еще не полностью проснулась от зимнего сна, но приметы весны обнаруживаются повсюду. Почки на деревьях набухли, на полянах уже начали распускаться подснежники.

Голубенький чистый
Подснежник – цветок!
А рядом сквозистый
Последний снежок.

Теперь попробуем понять, что такое половодье.

В апреле воздух доносит тепло, прогоняя снега с полей, рождая говорливые воды. Все сильнее пригревает лучистое солнышко. Таинственно исчезает снег.

Снег тает и в лесах, но по-разному. Где раньше: в лиственных или хвойных? И почему?

Попробуем разобраться с приметам.

Если журавль прилетает, то ... тепло принес.

Если перелетная птица течет стаями – ... к дружной весне.

Ранний прилет журавлей – ... ранняя весна.

Апрель – месяц говорливой воды и потепления воздуха. Вода разольется – сена наберется. Наиболее ценные для сельского хозяйства апрельские дожди. С апреля земля прогревается.

Давайте рассмотрим иллюстрации:

1. «Большая вода». Все поле покрыто лужами, глубокими, большими. И только солнце может их высушить.

2. «Апрель». А почему здесь именно апрель? Да потому, что много тепла, половодье, оживают растения, прилетают птицы.

В апреле все оживает в природе. Появляются лягушки и жабы.

Послушайте рассказ **В. Бианки «Голубые лягушки»**.

Прошел месяц, снег почти стаял, все канавки в лесу разлились в целые ручьи. В них громко кричали лягушки.

Раз мальчик подошел к канаве. Лягушки сразу замолчали – бульк-бульк – попрыгали в воду.

Канавка была широка. Мальчик не знал, как через нее перебраться. Он стоял и думал: «Из чего бы тут сделать мостик?».

Понемногу из воды стали высовываться треугольные головы лягушек. Они со страхом пучеглазились на мальчика. Он стоял неподвижно. Тогда они начали вылезать из воды. Вылезли и затихли.

Их пение нельзя назвать очень красивым. Есть лягушки, которые звонко квакают, другие кричат вроде уток. А эти урчали, хрипели:

– Тур, – лур – лурр!

Мальчик взглянул на них и охнул от удивления: лягушки были голубые и горлышки у них были красивого светло-голубого цвета.

Потом ему объяснили, что это обыкновенные травяные лягушки. Когда их освещает весеннее солнце, они поют, то очень хорошеют: становятся нежно-голубоватого цвета. Не всякий это видит.

Улыбка земли

Загадки

Зазвенели ручьи,
Прилетели грачи,
В дом свой – улей – пчела
Первый мед принесла.
Кто знает, кто знает,
Когда это бывает? (*Весной*)

Что это за потолок?
То он низок, то высок,
То он сер, то беловат,
То чуть-чуть голубоват.
А порой такой красивый
Кружевной и синий-синий? (*Небо*)
А какое небо весной?

Весна. Сколько радости, веселья, мечтаний несет это слово в себе! У людей прибавляется забот и хлопот. У природы своя работа. Все сильнее греет солнце; теплеет воздух, а от него и земля прогревается. Вот как о солнце в загадках говорится:

Один костер весь мир согреет.
Доброе, хорошее на людей глядит,
А людям на себя глядеть не велит.
А что происходит в природе?

Итак, все растения пробуждаются и начинают цвести. Поговорим о первых цветущих растениях.

Первым из растений зацветает мать-и-мачеха, у которой два лица: весеннее и летнее. Весеннее лицо – желтые соцветия. Она показывает их миру очень рано, еще в середине апреля. Листья – второе лицо этой травы – летнее. Они крупные и необычные: сверху зеленые, гладкие, жесткие – это мачеха, а снизу беловатые, мягкие, теплые – это мать. А научное название этой травы – труссилаго – «выводящая кашель». Поэтому и используется в медицине.

Послушайте, с какой любовью написаны о другом растении стихи:
Уронило солнце лучик золотой,
Вырос одуванчик первый, молодой.
У него чудесный золотистый цвет,
Он большого солнца: маленький портрет.

О. Высоцкая

Еще стихотворение про одуванчик.
Носит одуванчик
Желтый сарафанчик,
Подрастет – нарядится
В беленькое платьице.
Легкое, воздушное,
Ветерку послушное.

Е. Серова

Растет одуванчик везде: в лесу, огороде, на поляне, равнине и в горах. Соцветие одуванчика называется корзинкой. На ночь и в сырую

погоду корзинка закрывается. Но вот одуванчику как будто надоедает быть темным, цветки отцвели – корзинка закрылась, и в ней происходит чудесное превращение. Пройдет время – она развернется белым шаром. Это семена. От малейшего ветерка над лугом, рекой, полем полетят семена со своими парашютиками из белых волосков создавать новые колонии одуванчиков. Неудивительно, что вся Земля – дом одуванчика.

О каком растении говорится:

На зеленом шнурочке белые звоночки.

Или:

Белые горошки на зеленой ножке.

О каких еще цветах говорится в этом стихотворении:

Еще не растаял последний снежок,

А смотрит уж нежно подснежник-цветок.

Затем и фиалка проснулась от сна,

И льет аромат свой по роще она.

Вот ландыш белеет в затишье лесном,

Глядит незабудка, склонясь над ручьем.

А. Плещеев

Весна шагает по земле. В теплых лужицах оживают личинки, из которых вылетают комары: толкунчики или кусаки. Как запляшут в воздухе комары-толкунчики, значит, по-настоящему весна утвердилась.

Клевер зацвел – появились шмели. Прилетели мухоловки – значит есть и стрекозы, хотя они и не служат кормом для птиц. Дело в том, что мухоловки и стрекозы питаются одними и теми же мелкими насекомыми. Можно установить такую связь в природе: цветы – насекомые – птицы. Итак, насекомые тоже появляются и в большом количестве.

Угадайте, кто это:

Сок из цветов она берет

И в сотах копит сладкий мед? (*Пчела*)

Мой хвост не отличить от головы,

Меня всегда в земле найдете вы. (*Дождевой червь*)

Весной вылетают бабочки, пчелы, шмели. Они являются украшением земли. Когда мы встречаемся с бабочками, то спонтанно улыбаемся, веселем и добреем. Видов бабочек много. Но особенно часто встречается крапивница, лимонница, траурница, дневной павлиний глаз. Эти первые весенние бабочки дадут жизнь новому поколению крылатых красавиц, без которых, как без цветов, лето стало бы очень скучным. Вот как описывает **Н. Сладков** поведение весенних бабочек в своем рассказе **«Веселые старушки»**.

На солнечной скале веселятся крапивницы.

Бабочки перезимовали зиму и радуются теплу. Не все бабочки выжили после зимы. Крылышки у этих потерлись, выцвели. Кто без усов остался, кто без ноги. А у кого от цветных крыльев одни жилки остались, как у высохшего листа. Но пережившие свой век калеки и инвалиды, древние бабочки старушки всем на зависть веселые и игривые. Старушки играют в пятнашки.

Мелькание крыльев, веселая суматоха, стайка бабочек взвинчивается штопором в синее небо. Они кувыркаются и барахтаются в струях теплого ветра. Потом сломя голову кидаются вниз и снова рассаживаются на гладкой нагретой скале. Они игриво поводят обтрепанными крылышками и расправляют лапками ощипанные усы. Старики и старушки играют и веселятся. Словно и не было страшной зимы.

Старый скворец

Мы часто говорим, читаем, слышим такие слова «Птицы – наши друзья». Почему так говорим?

Все птицы делятся на две большие группы: те, которые зимуют с нами, и те, которые улетают зимовать в другие теплые страны.

Каких вы знаете перелетных птиц?

Про каких птиц эти загадки?

Черный, проворный,

Кричит «кряк»,

Червякам враг. (*Грач*)

В воде купался –

Сухим остался.

Щиплет за пятки,

Беги без оглядки. (*Гусь*)

Пестрая крякуша

Ловит лягушек. (*Утка*)

На шесте – дворец

Во дворце певец,

А зовут его... (*Скворец*)

Причины перелета

Почему некоторые птицы улетают зимовать в другие края? Какие птицы прилетают первыми, а какие последними? Почему?

Все в природе идет своим чередом, все по порядку. Вот и птицы в природе соблюдают очередность.

Первыми прилетают зерноядные, затем водоплавающие и последними – насекомоядные. Прилет птиц связан с появлением корма: снег стаял, появилась земля, на ней семена растений; водоемы освободились ото льда – появились лягушки, мальки; появились насекомые – это корм для всей птичьей братвы.

А зачем птицы улетают, затем возвращаются назад? Жили бы там все время, ведь еда есть и там?

Жизнь перелетных птиц сложилась исторически.

Улетев на другой материк, они живут там как временные гости: это не их родина, они даже птенцов там не выводят, а летят с этой целью на родину предков.

Рассказ о скворцах

О скворцах говорят: на крыльях весну принесли.

В конце марта–начале апреля, как только скворцы появились, ручьи побежали, зацвела мать-и-мачеха, вылетели первые бабочки.

Весной отцы-скворцы прилетают раньше скворчих. Они находят подходящие скворечники и начинают петь. Песня их, как и песни других птиц, имеет двойное значение: привлекать самок и предупреждать других самцов, что место занято. Перед самым вылуплением птенцов концерты возле скворечников начинают стихать, а потом раздаются совсем редко. Не до песен: родители вместе собирают и носят потомству корм.

Скворцы – певцы-пародисты. Они запоминают и умеют точно копировать голоса многих птиц: дрозда, иволги, зяблика, галки, вертишейки, тетерева. Из этих голосов и слагается песня скворца. Слушать такую песню – все равно что кроссворд разгадывать. Вот скворец защебетал ласточкой, вот закричал пустельгой, а вот закудахтал курицей. Он включает в свою песню и другие подслушанные им звуки: то скрип телеги, то кваканье лягушки, то ржание жеребенка.

Один пернатый певец научился подражать даже звуку пишущей машинки.

Гнездятся скворцы не только в скворечниках. Они выводят птенцов в дуплах деревьев, норах береговых ласточек, нишах под крышами домов.

Яйца скворцов голубые, их бывает пять–шесть.

Птенцы имеют огромные рты желтого цвета. Вот птенцы раскрыли свои рты – и будто яркие звезды зажглись в темной глубине дупла. Нужно это для того, чтоб родители не положили еду мимо.

Люди давно обратили внимание на ту помощь, которую оказывают человеку скворцы, защищая растения от опасных насекомых. Они охотно селятся вблизи человеческого жилья и все больше и больше привыкают к человеку, даже не все теперь улетают зимовать в теплые страны. Некоторые остаются у нас. Стайками держатся на окраинах городов, возле свалок, ферм, мясокомбинатов, где и зимой могут найти себе еду.

Работа по рассказу В. Бианки «Кукушонок»

У тоненьких нежных трясогузок в гнезде вывелось 6 крошечных птенчиков. Пятеро – птенцы как птенцы, а шестой урод: весь какой-то грубый, жилистый, большеголовый, закрытые пленкой глаза навывкат, а клювик откроет – отшатнешься: там целая пасть развернется, – прорва.

Целый день он пролежал в гнезде спокойно. Только когда трясогузки подлетали с кормом, с трудом поднимал свою тяжелую толстую голову, слабо пищал и разевал рот – кормите!

На другой день в холодке, когда родители улетели за кормом, он зашевелился. Он опустил голову, уперся ею в пол гнезда, широко расставил ноги и начал пятиться.

Наехал задом на братишку птенчика и начал подкатываться под него. Закинул свои кривые голые крылышки, обхватил ими братишку, сжал, как клешнями, – и с птенчиком на закорках все задом, задом стал подвигаться к стенке.

Урод, упираясь головой и ногами, поднимал птенца все выше и выше – пока птенчик не оказался у самого края.

Тогда, весь напрягшись, урод вдруг резко вскинул задом, и птенчик полетел из гнезда.

Потом урод, обессиленный, с четверть часа неподвижно лежал в гнезде.

Прилетели родители. Он поднял на жилистой шее свою тяжелую голову, и как ни в чем не бывало, разинув рот, запищал – кормите.

Поел, отдохнул и принялся подвезжать под другого братишку.

Через пять дней, когда у него прорезались глаза, он увидел, что лежит один в гнезде: всех пятерых птенчиков-братьев он выкинул прочь и убил.

Почему он так делал?

А как оказался кукушонок в гнезде у трясогузок?

Почему кукушка подкинула свое яйцо в гнездо маленьких птичек?

Так, может быть, кукушек надо истреблять? Конечно же нет, *они приносят лесу неоценимую помощь, поедая больших мохнатых гусениц, которых другие птицы не едят.*

Живая вода

Вода – богатство. Где вода – там жизнь. Берегите воду.

Начнем с загадок.

Он пушистый, серебристый,

Но рукой его не тронь.

Станет капелькою чистой,

Как поймаешь на ладонь. *(Снег)*

Лежал, лежал, да в речку побежал.

Расскажите, как вы себе представляете, что снег бежит в речку.

И вот однажды небольшой ручей зажурчал в лесных зарослях. Вода бежала быстро. Ручей то скрывался в зарослях, то выбегал на луга, и струилась веселилась вода, сверкая на утреннем солнце.

Он был маленький, этот ручеек, серебрился, звенел, а со всех сторон сбегались к нему другие ручейки, еще меньше.

И наш ручей становился все шире и шире, все глубже. Течение его постепенно замедлялось. И вот стал он уже рекой. На речных бере-

гах раскинулись деревни и города. Люди поили водой домашних животных, поливали огороды и сады. Воды хватало на всех.

На мелководье у берегов выросли растения, в иле и толще воды поселились различные животные. Например, маленькие и большие рыбы. В заводях цвели белые кувшинки. Птицы гнездились на берегах.

Вода несет жизнь и растениям, и животным, и людям. Вода – одно из самых главных богатств Земли.

Как и когда еще образуются ручьи? Ручьи бегут от родника. Вода просачивается сквозь землю, доходит до слоя глины, а глина воду не пропускает. Она там собирается и начинает скатываться по наклонной поверхности. Доходит до слабого грунта и выбивается струей наружу. Новый ручеек побежал и соединился с другими ручьями. Потом образовалась река.

Загадка

Не конь, а бежит.

Не лес, а шумит.

Чуть дрожит на ветерке

Лента на просторе.

Узкий кончик в роднике,

А широкий в море.

Многие реки так и начинаются – с небольшого, чуть заметного родничка, ключика, бьющего из-под земли, или ручейка, стекающего с гор, а затем постепенно превращаются в могучие многоводные реки.

Знакомство с другими водоемами

А куда потом девается вода? (*Впадает в море*)

А что такое море? (*Большие пространства воды*)

А что такое океан?

Чего больше на земном шаре: воды или суши? (*Воды*).

Вода в природе существует двух видов: соленая и пресная. В реках и некоторых озерах – пресная; в морях и океанах – соленая.

Значение воды

Представьте себе, что в один момент вдруг вся вода исчезла. Что стало бы на Земле?

Значит, значение воды для жизни на земле очень велико.

Человек использует пресную воду, но на земле больше соленой воды. Запасов пресной воды в природе немного, она – наше большое богатство. Человек должен помнить о том, что воду нужно беречь и охранять от загрязнения. В некоторых районах Земли воды уже не хватает. В результате неразумного использования и загрязнения водоемов человеком может случиться так, что человечество будет испытывать недостаток в пресной воде не только в отдельных районах Земли, как сейчас, а на всей планете.

Вода необходима всем: животным, растениям.

Кто населяет водные пространства Земли? Там есть большие и маленькие животные, насекомые, бактерии, невидимые глазом, разные растения.

Отгадайте:

Скачет зверушка,

Не рот, а ловушка.

Попадут в ловушку

И комар, и мушка. (*Лягушка*)

Колюч, да не еж

Кто это? (*Ерш*)

На дне, где тихо и темно,

Лежит усталое бревно. (*Сом*)

Блещет в речке чистой

Спинкой серебристой. (*Рыбка*)

Под водой живет народ,
Ходит задом наперед. (*Раки*)

Через море-океан

Плывет чудо-великан,

Прячем ус во рту,

Растянулся на версту. (*Кит*)

По лужку он важно бродит,

Из воды сухим выходит,

Носит красные ботинки,

Дарит красные перинки. (*Гусь*)

Назовите животных, которые живут в пресной воде (некоторые рыбы, лягушки, раки).

Кто живет в соленой воде? (Киты, дельфины, тюлени, некоторые рыбы).

Там, где есть вода, растительность богатая. Много всяких водорослей растет и на дне водоемов. В них селятся животные, насекомые.

Итоговая беседа

Вода нужна везде, всем. Без воды нет жизни. Вода нужна чистая, пресная, та, что называется живой водой, в которой есть живые организмы, которую могут использовать для своих нужд люди, животные, насекомые, растения.

Люди должны бережно относиться к воде, так как запасов воды в природе не так уж много. Пресная вода – богатство Земли.

Соленая вода морей и океанов тоже живая, потому что в ней есть жизнь.

Но есть и «мертвая вода», которую человек изготавливает сам. Например, для работы некоторых приборов нужна совершенно чистая, без всяких примесей вода, поэтому обыкновенную воду пропускают через специальные фильтры.

Иногда природа сама заботится о сохранении воды на земле. В природе все взаимосвязано. Например, деревья, травы, кустарники растут там, где есть вода, и в то же время лес предохраняет мелкие водоемы от высыхания. Если пойменный лес вырубить, то исчезнут родники, ручейки и речушки. Так, все, что создано природой, человеку надо беречь и охранять. И тогда природа не останется в долгу и оплатит людям еще большими богатствами.

Май цветущий, звонкий, зовущий

Каждая пора весны отличается запахом и звуком. Май является самым звонким и самым цветущим месяцем года. По-славянски май – травень или травный. По майской погоде можно сделать прогноз о будущем урожае. В народе говорят: от майской погоды, холода и тепла, дождей и суши зависит урожай. Майские холода и дожди благоприятны.

Существуют пословицы и приметы о мае.

Май холодный – год хлеборобный.

Коли в мае дождь – будет рожь.

Нехорош сухой май.

Май – месяц звонкий. Почему так говорят о мае?

Возвратились из теплых стран птицы. Они заняты очень важным делом – строительством гнезд.

Загадки:

Кто на ветке, на суку

Счет ведет «Ку-ку, ку-ку»? (*Кукушка*)

На шесте дворец,

Во дворце певец. (*Скворец*)

Пестрая крякуша

Ловит лягушек. (*Утка*)

В воде купался –

сухим остался. (*Гусь*)

Без рук, без топоренка
Построена избенка. (*Гнездо*)
Рук нет, а строить умеет. (*Птица*)
Кто два раза родился:
Один раз гладкий,
Во второй раз мягкий. (*Птенец*)
Белое, круглое, долго лежало, вдруг затрещало:
И неживое, вдруг живым стало. (*Яйцо*)
А вот как поют птицы:

- кукушка кукует;
- пеночка-тенька тенькает, свистит;
- малиновка зарянка издает трель;
- скворец, всех птиц передразнивает;
- соловей заливается;
- выводит трели в вышине жаворонок;
- воробей чирикает;
- ворона каркает;
- сорока стрекочет.

Все звуки мая – сплошной птичий хор. И если будете в лесу или в парке, остановитесь, прислушайтесь, и вы услышите этот разногolosый, но слаженный птичий хор.

Соловей

Птица-невидимка. Если спросить человека, слышал ли он песню соловья, каждый скажет да. Но не каждый его видел. Однако соловей не редкая и не заморская птица. Он селится рядом с людьми – в парках, садах. Не видим мы его потому, что среди бела дня не обращаем внимания на маленькую, чуть больше воробья, серо-бурую птичку, которая пропорхнет где-нибудь в кустах и быстро исчезнет. Соловей не ярок да еще и осторожен. Теряет осторожность тогда, когда поет на

вечерней или утренней зорьке, но из-за темноты мы его не видим. Петь они начинают только на третий год жизни. Молодые учатся у старых. Когда появляются птенцы, пение прекращается. Родители вместе воспитывают детей. На зимовку улетают в Африку.

И еще рассказ.

Жаворонок

Рано весной, едва зачернеют в полях проталинки, прилетают к нам жаворонки. Появляются они вместе со скворцами, только скворцы летят молча, а жаворонки прямо налету весело поют. Их дом – поля, луга, пастбища. С первых дней весны и до середины лета слышны песни жаворонка. Они доносятся из небесной голубизны. В них и журчание ручейка, и перезвон колокольчиков. Многие русские писатели заслушивались их песнями. И.С. Соколов-Микитов писал: «Удивительно красива, звонка песня жаворонка, приветствующего приход весны. На дыхание пробуждающейся земли похожа эта радостная песня».

Май – месяц цветущий.

Зеленеют кроны деревьев, и не только от листьев, но и от цветков, собранных в соцветия.

Первыми зацветают ольха, лещина, осина, затем береза, тополь. Соцветия у большинства деревьев – сережки. Плоды – мелкие коробочки. В коробочках семена с парашютиками для того, чтобы их рассеивать.

Хочу рассказать вам об удивительном растении – *медунице*, что расцветает очень рано. В лесу ее видно издалека: какие яркие цветы у нее! И что удивительно: на одном растении цветы разного цвета, растение как бы переодевается: когда цветок раскрывается, он красный; пройдет какое-то время, становится фиолетовым; а спустя еще немного времени станет синим.

Цветут и другие растения: *хохлатка, ветреница, чистяк, гусиный лук, первоцвет и другие травы, деревья и кустарники.*

О насекомых

Над всем разноцветьем полно разных насекомых, которые опыляют их, ими кормятся, в них находят себе приют.

Отгадайте загадки:

В тесной избушке

Ткут холст старушки. *(Пчелы)*

Над цветком порхает, пляшет,

Веером узорным машет. *(Бабочка)*

На лугу живет скрипач,

Носит фрак и ходит вскачь. *(Кузнечик)*

Черен, да не ворон, рогат да не бык,

Шесть ног без копыт, летит – воет,

Сядет – землю роет. *(Жук)*

Летит – говорит,

А сядет – молчит. *(Оса)*

Сам мал, незаметно хожу,

А больше себя несу. *(Муравей)*

В заключении послушайте стихотворение о мае **А. Толстого**.

Май

По вешнему по складу

Мы песню завели:

Ой, ладо, диди – ладо!

Ой, ладо, лель-люли!

Поведай, песня наша

На весь наш русский край,

Что месяцев всех краше

Веселый месяц май!

В лесах, полях отрада,
Все вербы расцвели.
Ой, ладо, диди – ладо!
Ой, ладо, лель-люли!
Теперь в ветвях березы
Поют и соловьи,
В лугах поют стрекозы,
В полях поют ручьи.
И много, в небе рея,
Поет пернатых стай –
Всех месяцев звончее
Веселый месяц май.

После лета будем встречать осень. Познакомимся с приметами осени.

Сентябрь – хмурень, ревун. Все чаще начинает хмуриться небо, ревет ветер. Подошел первый месяц осени. У осени свое рабочее расписание, как у весны, только наоборот. Она начинает с воздуха, который становится холодным. Высоко над головой исподволь начинают желтеть, краснеть, буреть листья на деревьях. Как только листьям станет не хватать солнышка, они начинают вянуть и быстро теряют свой зеленый цвет.

Загадки:

1. Летом вырастают, а осенью опадают. Что это? (*Листья*)
2. Весной веселит, летом холодит, осенью питает, зимой согревает. (*Дерево*)

В том месте, где черешок сидит на ветке, образуется дряблый поясок. Даже в безветренный, совсем тихий день вдруг оборвется с ветки то желтый березовый лист, то красный осиновый лист и, легко покачиваясь в воздухе, бесшумно скользнет на землю.

Про эту пору написано много стихотворений, вот одно из них:
Унылая пора! Очей очарованье,
Приятна мне твоя прощальная краса –
Люблю я пышное природы увяданье,
В багрец и в золото одетые леса...

А.С. Пушкин

Лист на деревьях начинает желтеть еще в конце августа; в сентябре мы замечаем, как на березе, все еще зеленой, появляются там и сям совершенно желтые или золотистые ветки. Первой весной распустилась береза, она же первой начинает желтеть. С каждым днем все больше и больше становится желтых листьев. Еще два–три дня – и трепетная осина стоит вся красная, багровая, золотистая. У осени свои, особенные приметы.

Приметы: Если лист с березы и осины опадает «чисто», то это к урожайному году. Если лист опал с дерева не чисто, то есть листьев на дереве осталось много, то вредным насекомым, которые наносят большой вред сельскохозяйственным культурам, будет легче переносить зиму.

В начале сентября – первые заморозки на поверхности почвы, за которыми дней через десять наблюдаются заморозки в воздухе. Эти заморозки в народе называют «утренниками».

Непростой сентябрь на Южном Урале. В этом месяце на зимовку улетают ласточки. Готовятся к зиме не только птицы, но и звери, рыбы. Начинается линька у белки и зайца. Многие рыбы, среди которых ерш, чебак, язь, а с ними и щука, уходят в глубокие места и собираются в стаи. Больше стало в лугах кучек земли. Это крот очищает свои подземные ходы. Редки встречи с лягушками. Они зарываются в ил на дне водоемов.

А вот загадка про них:

Выпуча глаза сидит,
Не по-русски говорит,
Родилась в воде,
А живет в земле.

А что же делают насекомые? Часть из них погибает, другие питаются и жиреют, готовясь к зиме. Большинство из них прячутся в подстилке из листьев, засыпая до будущей весны.

Не птичка, а с крыльями. Кто это? (*Бабочка*)

Сам мал, незаметно хожу,
но больше себя ношу. А это кто? (*Муравей*)

Вот еще стихотворение про осень:

Есть в осени первоначальная
Короткая, но дивная пора –
Весь день как бы хрустальный,
И лучезарны вечера...

Ф. Тютчев

А сейчас рассказ ***К. Ушинского «Пчелы и мухи»***.

Поздней осенью выдался славный денек, какие и весной не редкость; свинцовые тучи рассеялись, ветер улегся, солнце выглянуло и смотрело так ласково, как будто прощалось с поблекшими растениями. Вызванные из улья светом и теплом, мохнатые пчелки, весело жужжа, перелетали с травки на травку не за медом, а так себе, чтобы повеселиться и порасправить свои крылышки.

– Как вы глупы со своим весельем, – сказала им муха, которая тут же сидела на травке, пригорюнясь, и опустила нос. – Разве вы не знаете, что это солнышко только на минуту и что, наверное, сегодня же начнется ветер, дождь, холод, и нам всем придется пропасть.

– Зум-зум-зум. Зачем же пропадать? – Отвечали мухе веселые пчелки. – Мы повеселимся, пока светит солнышко, а как наступит непогода, спрячемся в свой теплый улей, где у нас за лето много припасено меду.

Вы знаете, что происходит с природой в сентябре?

Послушайте:

Мелькает желтый лист на зелени деревьев;
Работы кончил серп на нивах золотистых,
И покраснел уже вдали ковер лугов,
И зрелые плоды висят в садах тенистых.
Приметы осени во всем встречает взор;
Там тянется, блестя на солнце, паутина;
Там скирд виднеется, а там через забор
Кистями красными повиснула рябина...

Фенологические наблюдения в сентябре

Последняя гроза.

Отлет деревенских ласточек.

Первые стаи перелетных журавлей.

Начало общего листопада.

Переход среднесуточной температуры через +10°C.

Кружево листопада

(Музыкальное сопровождение: ***П.И. Чайковский, «Времена года»***).

Октябрь уж наступил – уж роща отряхает

Последние листы с нагих своих ветвей...

А.С. Пушкин

Червонной позолотой горят вершины деревьев. Лес пожелтел. В легком тумане на опушке, как живые, стоят стройные красавицы елки.

Загадки.

Осенью кружатся, на землю ложатся, с земли не встают и тут же сгнивают. (*Листья*)

Летом одевается, зимой раздевается. (*Лиственный лес*)

Вянет лес. Корни не подают больше сока, и солнце уже стало не нужно деревьям. От родимой ветки оторвался и полетел золотой лист. Падая, он долго кружится, норовит примоститься на шляпку гриба. Под ногами шуршат цветистые вороха опавшей листвы. Кругом шорох и шелест. По лесу будто расхаживает и пугает зайцев таинственный невидимка.

Роняет лес багряный свой убор...

Радугами полегли широколистные травы. На листьях манжетки сверкают непросохшие капли росы.

Не мышь, не птица в лесу резвится.

Зверька узнаем мы с тобой

По двум таким приметам:

Он в шубке серенькой зимой,

А в рыжей шубке – летом. (*Белка*)

Белка, как кошка, лакает из грибной лунки.

Что вы знаете о белке?

До отвала наелась игрунья орехов, желудей, грибов, семян еловых шишек и жадно затевает большую еду.

Игра «Доскажите словечко»

На ветке не птичка,

Зверек-невеличка,

Мех теплый, как грелка.

Кто же это?

Пышный хвост торчит с верхушки –

Что за странная зверюшка?

Щелкает орехи мелко,
Ну, конечно, это ... (Белка)

Бессменный дворник леса – ветер разметал по полянам опавший лист. Пестрыми коврами устланы тропинки. Веет рыжая метель. Белый снег скоро завалит лес и скроет зимовки зверей. Заметет барсучьи норы, спальни ежей. В октябре, когда еще листопад, звери строят себе зимнее убежище. Опавшим листом интересуется и лесной боярин – медведь. Он устилает листвой берлогу.

Он всю зиму в шубе спал,
Лапу бурую сосал,
А проснувшись, стал реветь –
Это зверь лесной ... (Медведь)

Игра «Идет медведь»

Педагог читает стихотворение про медведя, а дети изображают его.

Идет медведь, шумит в кустах,
Спускается в овраг...
На двух ногах, на двух руках
Мы тоже можем так.
Рассказ про медведя.

Медведь

Этот зверь любит мед и ведаёт (знает), где его искать. Ходит по лесу осторожно и почти бесшумно. В гору он бежит быстрее, так как задние лапы у него длиннее передних. В спокойное время шагает медленно, ставя ноги немного внутрь, оправдывая название «косолапый».

Живут медведи 35-50 лет. Человека медведи боятся и, почуяв запах, уходят в глухую чащу. К осени медведи жиреют. Берлоги устраивают в сухом месте.

А теперь про барсука.

Барсук

Крупнее лисы, но меньше волка. Широкие лапы с длинными когтями позволяют успешно рыть норы. Основное время проводит в норе. Охотится ночью на грызунов и насекомых.

Жадина барсук притапает за желудями, поест и пятится задом, толкает полосатый поросенок ворох сухой листвы, волочит, тащит в свою барсучью нору. Мягкую перину готовит для зимней спальни. У него в норке есть и кладовые. Чистоплотный зверь! Почистит норы, утеплит листом и зароется в зимнюю спячку.

Про ежа.

Еж

Еж хищное ночное животное небольших размеров. Днем прячется под кучей хвороста и листвы, ночью выходит покормиться. Пища – черви, жуки, лягушки, змеи, мыши, плоды, грибы.

Ежик по-своему изготавливает подстилку. Кубарем катится по траве и накалывает листву на иголки.

На спине иголки

Длинные и колкие.

А свернется он в клубок –

Нет ни головы, ни ног.

Тихо в лесу, светло и просторно, задумчиво, величаво. Открылись молчаливые дали уральские, которые прятались летом за плотной зеленой стеной. Низкое солнышко уже не в силах разогнать прохладу. Плывут по утрам туманы – седобородые властелины уральской осени. Днем над землей нависают тяжелые серые облака. Идет холодный безжалостный дождь.

Октябрь – грязник, зазимник

(подступ к зиме)

Была тишина, тишина.
Вдруг грохотом грома сменилась она!
И вот уже дождик тихонько –
Ты слышишь? –
Закрапал, закрапал, закрапал
По крыше, наверно, сейчас
Барабанить он станет.
Уже барабанит!
Уже барабанит!
Что происходит с природой в октябре?

Фенологические наблюдения в октябре

1. Полное пожелтение листьев.
2. Первый заморозок в воздухе.
3. Появление снегирей.
4. Отлет грачей.

Приметы:

Первый снежок – не ложок.

Пока лист с вишневых деревьев не опал, сколько бы снегу не выпало, оттепель его сгонит и санный путь не установится.

Послушайте рассказ **А. Толстого** «Какая бывает роса на траве».

Когда в солнечное утро пойдешь в лес, то на полях, в траве, увидишь алмазы. Все эти алмазы блестят и переливаются на солнце разными цветами – и желтым, и красным, и синим. Когда подойдешь ближе и разглядишь, что это такое, то увидишь, что это капли росы собрались в треугольных листьях травы и блестят на солнце. Листок этой травы внутри мохнат и пушист, как бархат. И капли катаются по листку и не мочат его. Когда неосторожно сорвешь листок с росинкой, то капелька скатится, как шарик светлый, и не увидишь, как проскользнет она мимо стебля. Бывало, сорвешь такую чашечку, поти-

хоньку поднесешь ее ко рту и выльешь росинку, и росинка эта всякого напитка вкуснее.

Рассказ – **«Живой букет»**. Автор **А. Ягафарова**.

Бежал по осенней тропинке еж. Шуршала под его лапками опавшая листва. В лесу было тихо, безветренно, но все равно с деревьев срывались и падали, кружась, высохшие листья. Остановился еж возле осины. Земля под ней была усыпана красными, как огонь, листочками.

«Возьму-ка несколько штук домой, пусть дочка поиграет с ними», – решил еж и наколол на свои острые иголки красные листочки. А под березой лежали желтые листочки, под кленом – оранжевые. Снова и снова накалывал еж красивые листья на иголки. Посмотрели бы вы каким он стал!

Весь покрылся разноцветными листьями – красными, желтыми, оранжевыми, да еще зелеными. И бежал теперь по тропинке как будто не еж, а живой осенний букет.

Осеннее золото красок и звуков

Сколько тонов и красок в октябрьском лесу?

Почему в такой дивной и щедрой красе увядает природа?

Что такое листопад?

Неужели природа так распорядилась, что именно деревья теряют питательные вещества, которые находятся в листьях? Нет, конечно. Природа мудра: перед тем, как начаться листопаду, питательные вещества переходят из листьев в ветки, стволы и корни деревьев.

Послушайте загадку:

Под сосною у дорожки

Кто стоит среди травы?

Ножка есть, но нет сапожек,

Шляпка есть – нет головы. Что это? (*Гриб*)

Кто любит собирать грибы? Как их нужно собирать?

Давайте поиграем.

Игра «Гриб»

Гриша шел – шел – шел

Белый гриб нашел

Раз – грибок, два – грибок, три – грибок

Положил их в кузовок.

(Дети имитируют движения грибника).

Осень наступила,

Высохли цветы,

И глядят уныло,

Голые кусты.

Вянет и желтеет

Травка на лугах,

Только зеленеет

Озимь на полях.

А. Плещеев

Травянистые растения тоже готовятся к зимовке. Водные растения ряска, лютик, водокрас, элодея опускаются на дно водоема.

В октябре и пернатые живут ожиданием зимы: отлетающие на юг и оседлые, ну и те, что к нам прилетают с Севера. Оседлые – те, которые живут постоянно.

Синица – название возникло в связи с тем, что часть перьев имеет синюю окраску. Клювом синицы вытаскивают семена и расклевывают плоды. Синицы не боятся заглядывать в форточки домов. Всюду, где есть кормушки, синицы прилетают к ним.

Поползны, корольки, дятлы перелетают с дерева на дерево, осматривают каждую трещинку в коре деревьев в поисках корма. Усердно очищают они леса, сады и парки от вредителей-насекомых.

Синичкина кладовая

Осень пришла, холода и дожди принесла. Попрятались жуки-пауки, а семена и ягоды того и гляди снег засыплет. Пора жителям леса запас на зиму делать, о себе позаботиться. Водяная крыса картошки с огорода натаскала, в нору свою спрятала.

Бурундук из подсолнуха семечек навывуцывал, сложил в подземную кладовую.

Белка грибы по сучкам развесила, на зиму засушила.

Одна *синичка-хохлатка* не для себя одной, а для всех на зиму запасла жуков-пауков, семена-зернышки во все щели сорвала-спрятала. Кто, найдет зимой, тот пусть и угощается.

Осенние грибы

Опенки. Весело на них смотреть. Громоздятся кучками на пнях, влезли на стволы деревьев. Очень хороши маленькие опята, у которых шляпка натянута, как чепчик у ребенка. Вся шляпка в махорчатых чешуйках.

Валуй – гриб знаменитый. Его можно солить и варить. Зовут его у нас «подтопольником». Терпит он даже легкие заморозки.

Кто и как готовится к зиме

В октябре-ноябре прилетают в наши края гости с Севера – красногрудые красавцы *снегири*, хохлатые нарядные *свиристели*, веселые чечетки, серые вороны.

Кочуют по лесам большие стаи *дроздов-рябинников*, отыскивая места, где по больше рябины. Садятся на деревья, срывают ягоду за ягодой, щебечут без умолку, суетятся.

Совсем по-другому ведут себя *снегири*: сорвут ягоду, разомнут ее, проглотят семечки, а мякоть отбросят. Зайцы и лисицы не прочь полакомиться упавшими ягодами.

Игра «Красавица»

- Как тебя зовут, ворона?
- Карр-повна!
- Что ты делаешь, ворона?
- Карр-каю!
- Что ж кричишь, как на пожаре?
- Нрра-вится!
- Хорр-роша, я!
- Карр-роша!
- Карр-расавица!

Сорока

Зовут меня сорокой,
Пестра с любого бока.
Что оставишь на виду,
То я мигом украду.

Синица

Мы птички-невелички
Веселые синички.
Средь листвы живем в бору,
Ловим мух и мошкарю.
Послушайте скороговорку и потом попытайтесь повторить ее:
Сидел воробей на сосне,
Заснул и свалился во сне.
Если он не свалился во сне,
До сих пор бы сидел на сосне.

Цветут ли растения осенью?

Отгадайте загадку:

Нарядные сестренки весь день
Гостей встречают, медом угощают. (*Цветы*)

Послушайте стихотворение **Я. Кулмыя «Цветок»**.

Принесла для крошки-дочки

Мама маленький росток,

А потом на том расточке

Красный вдруг расцвел цветок.

Ах, какая радость дочке –

Тот цветочек поливать

И для милого цветочка

Песню тихо напевать!

Как вы думаете, зачем человеку цветы?

Войдя в осенний лес, мы обнаруживаем растения, которые начинают цвести с лета и до осени.

Вспомним некоторые из них.

Подорожник – травянистое растение. Для лекарства готовят настой листьев. Цветет до октября.

Тысячелистник цветет в июне-октябре. Лекарственное растение, используется как кровоостанавливающее средство (используются цветы).

Душица обыкновенная (используется все растение).

Крапива двудомная (используются листья).

Ноготки (календула) лекарственные (используются цветы).

Ядовитые растения

Паслен сладко-горький. Мелкие белые цветы. Плоды – красные ягоды. При употреблении ягод наступает сильное отравление.

Болиголов пятнистый. Растет у дорог, возле жилья, на огородах.

Иногда люди принимают корень растения за петрушку. При растирании листья издадут неприятный запах мышей или кошачьей мочи.

Дурман – отравление семенами, которые похожи на мак. Растет по краям полей.

Нужно помнить о том, что некоторые растения не только полезны, но и ядовиты. Нужно быть очень осторожными.

Игра «Цветы»

Наши нежные цветки

Распускают лепестки.

Ветерок чуть дышит,

Лепестки колыхает.

Наши алые цветки

Закрывают лепестки.

Тихо засыпают,

Головой качают.

(Дети изображают цветы).

Приметы. Ноготки просыпаются к полудню – быть грозовому дождю. Цветки ноготков распустились с утра – будет ясная погода.

Стихотворение про цветы.

Цветы

Если я сорву цветок,

Если ты сорвешь цветок,

Если все и я, и ты

Если мы сорвем цветы, –

То окажутся пусты

И деревья, и кусты.

И не будет красоты,

И не будет доброты,

Если только я и ты,

Если мы сорвем цветы.

Послушайте рассказ ***С. Баруздина «Хороший разговор»***.

Мать с огорода вернулась. Принесла луку. А спросила совсем о другом:

– Как вы, Саня, Ваня, крапиву очень любите?

– Не-е! Не любим! – в один голос ответили братья.

– То-то, – сказала мать. – Всю зиму будете есть крапиву и лебеду.
– Почему всю зиму?
– Потому что все лето ничего не делали и огород не пололи.
– Мы пололи!
– Когда?
– Ну, когда лето началось, тогда и пололи...
– Лето началось. Так после вас я десять раз полола. Но руки до всего не доходят. За две недели весь огород крапивой и лебедой порос!
– Невеселый разговор! – сказал отец.
– А мы... А мы... – сказали братья, – пойдем сейчас и всю крапиву с лебедой повыдергиваем.

И пошли. За час половину огорода от сорняков очистили. Еще за час – вторую половину. Пришли домой усталые.

– Все, – сказали они матери, – мы все грядки выпололи. Мать улыбнулась. И отец тоже улыбнулся:

– Вот теперь хороший разговор.

Почему рассказ называется «Хороший разговор»?

Растения могут приносить не только пользу, но и вред.

Куда бабочки прячут осенью свою красоту?

То холод, ветер ледяной, то вдруг солнышко выглянет, и станут дни теплые, тихие. И тогда кажется, лето вернулось. Из-под травы выглянули желтые одуванчики. В воздухе порхают бабочки, комары-толкунуны кружатся легкими столбиками.

Отгадайте загадки:

Над цветком порхает, плещет,

Веерком узорным машет.

Шевелились у цветка

Все четыре лепестка.

Я сорвать его хотел,

Он вспорхнул и улетел. (Бабочка)

Бабочки – это насекомые. Появляется их много во время цветения растений. Днем порхают с цветка на цветок голубянки и многоглазки, крапивницы, павлиний глаз, адмиралы. Бабочки, питаясь сладким соком, способствуют опылению растений.

Когда больше насекомых: в теплый или пасмурный день?

Каких насекомых вы знаете?

Красивые насекомые – это украшение природы.

Куда же бабочки деваются осенью?

Бабочка под землей

В глубь обрыва ушла штольня. Когда-то тут для стройки брали песок. В глубине штольня разветвилась на лазы. Мы протиснулись в узкий проход. Хозяевами этой штольни были теперь летучие мыши, мухи да комары. Летучие мыши лежали и висели в темных углах стен. Мухи зимовали стаями, усыпав разные листы. Так же зимовали и длинноногие тощие комары. А в темных проходах, где бахромой закруживался иней, спали бабочки-совки. Бабочки сидели так и сяк. Крылышки у всех шалашиком, два ушка – как два папоротниковых листа. Но это еще не все. На крылышках у них капли воды, большущие – с горошину! – росинки: вспыхивают, дрожат, переливаются. Чиркнешь спичку – и сразу фейерверк! Спичкой качнешь. – на стенах брызги огня! Звездочки зеленые, алые, синие. Черточки, искорки, стрелки!

Н. Сладков

Расскажу стихотворение, а вы удобно садитесь, опустите голову вниз, руки на коленях, спину расслабьте, потянитесь, руки вверх и сделайте маховые движения руками.

Игра «Бабочка»

Спал цветок и вдруг проснулся,

Больше спать не захотел,

Шевельнулся, потянулся,
Взвился вверх и полетел.
Солнце утром лишь проснется,
Бабочка кружит и вьется.

Вопрос: Какое у вас бывает настроение, когда за окном солнце,
цветы?

Послушайте сказку:

Сказка «Три бабочки»

Жили были три бабочки – белая, красная и желтая. Все дни напролет только и дела у них были, что играть да плясать. Особенно, если солнце пригревало. Порхали бабочки с цветка на цветок. То-то весело! Но вот однажды пошел проливной дождь. Промокли бабочки и стали искать, где укрыться. Добрались до белой лилии и говорят:

– Укрой нас.

А лилия им в ответ:

– Так и быть, белую бабочку от дождя спрячу, она на меня похожа, а вы себе ищите другое место.

Белая бабочка ей и говорит: |

– Раз ты моих сестриц принять не хочешь, то и я к тебе не пойду.

И полетели дальше. А дождь еще пуще льет. Подлетели бабочки к тюльпану и говорят:

– Укрой нас, позволь от дождя спрятаться.

Тюльпан в ответ:

– Ладно, красную бабочку спрячу, она на меня похожа, а вы себе другое место ищите.

Красная бабочка и говорит:

– Раз ты моих сестриц принять не хочешь, то я к тебе не пойду!

И полетели дальше. Добрались до желтой розы и говорят:

– Укрой нас, позволь от дождя спрятаться.

Роза им в ответ:

– Желтую спрячу, она на меня похожа, а вы ищите себе другое место. Желтая бабочка и говорит:

– Раз ты моих сестриц принять не хочешь, то и я к тебе не пойду. Лучше уж нам вместе под дождем мокнуть!

Услышало солнце слова бабочек и обрадовалось: есть же на свете такая верная дружба! И решило солнышко помочь: прогнало дождь и все засияло.

Бабочки крылья высушили, стали по-прежнему играть, плясать, с цветка на цветок порхать. Только к лилии, к тюльпану, к розе больше не подлетали. Так и засохли одни-одинешеньки.

Как по-вашему, почему засохли цветы?

Знают ли птицы цвета осени?

Отгадайте загадки:

По поднебесью веревка протянулась. (*Журавли летят*)

А как летят журавли?

А зачем птицы летят на юг?

Каждый день, каждую ночь отправляются в путь крылатые странники. Летят не спеша, потихоньку, с долгими остановками – не то, что весной. Видно, не хочется расставаться им с родиной. Порядок перелета: первыми летят яркие, пестрые птицы, последними трогаются те, что прилетели весной первыми: зяблики, жаворонки, чайки. У многих птиц вперед летят молодые.

Давайте поиграем.

Игра «Птички»

Птички в гнездышке сидят

И на улицу глядят.

Погулять они хотят

И тихонько все летят.

Загадка

Снится ночью пауку
Чудо-юдо на суку.
Длинный клюв и два крыла
Прилетит – плохи дела,
А кого паук боится
Угадали? Это (Птица)

Уж небо осень дышало,
Уж реже солнышко блистало,
Короче становился день.
Лесов таинственная сень
С печальным шумом обнажалась.
Ложился на поля туман,
Гусей крикливый караван
Тянулся к югу...

А.С. Пушкин

Назовите птиц, которые улетают от нас.

Мы встречаем и провожаем гостей. Встречаем певчих птиц, уток, гусей, прибывающих к нам с севера, из тундры. Они у нас пролетом и задерживаются недолго: сегодня остановится стая отдохнуть и подкормиться, а завтра, глядишь, ее уже нет, ночью отправились дальше не спеша. Провожаем своих летних птиц. Большая часть наших перелетных птиц уже тронулась в далекий осенний путь за уходящим солнцем – к теплу на зимовки.

Вечерами взлетают на ветви лиственниц тяжелые бородатые глухари. *Глухари* поздней осенью перекочевывают в хвойный лес, где усиленно поедают хвою. Зимой прячутся в снежные норы. Пересвистываются в темных елях рябчики. Появляется множество снегирей.

Привлекает *снегирей* рябина, которую они охотно поедают. Снегири движутся к нам с севера.

Почему одни птицы летят на юг, другие зимуют? Почему многие птицы улетают от нас, только когда замерзает вода или выпадает снег и им нечем уже кормиться, а другие, например, *стрижи*, улетают от нас в свой срок – точно по календарю, хоть и еды для них кругом сколько хочешь? Большая часть нашей страны в далекие времена подвергалась нашествию ледников. Затем ледник медленно отступал. Птиц спасали их крылья. Вот и летают перелетные птицы с севера на юг.

Прощание

Наступила осень. Все вокруг изменилось. Трава пожелтела. С деревьев опали листья.

– Мама, почему здесь стало так невесело? – спросил Скворчонок.

– Осень пришла. Прощайся с родным домом. Он защищал нас от дождей и ветров. Сегодня мы улетаем в теплые края!

– А в теплых краях есть такие же домики?

– Нет, птенчик мой. Родное гнездо одно-единственное на белом свете. Попрощайся с ним.

– Прощай, домик! – сказал Скворчонок.

– А вернее, до свидания! – поправила его мать.

– Почему?

– Потому что мы вернемся сюда. Здесь твоя родная земля. Нигде она не забудется. Весной мы обязательно вернемся.

А. Ягафарова

У птиц, как и у людей, есть своя Родина и свой дом. Про какие домики говорил Скворчонок? (*Скворечники*)

Нужно ли заботиться о птицах, которые зимуют с нами?

Осень в грусти и радости – почему?

Мой сад с каждым днем увядает,
Помят он, поломан и пуст,
Хоть пышно еще доцветает
Растущий в нем огненный куст...
Мне грустно! Меня раздражает
И солнца осеннего блеск,
И лист, что с березы спадает,
И поздних кузнечиков треск.

А. Майков

Холодно, становится холодно! Прошло красное лето...
Стынет кровь, вялыми становятся движения, одолевает дремота.
Лягушки скачут с берега. Нырют на дно, забиваются поглубже в
тину, в ил.

Змеи, ящерицы прячутся под корни; зарываются в теплый мох.
Рыбы стаями собираются в омутах, в глубоких подводных ямах. За-
брались в трещины коры деревьев, в трещины заборов и стен бабочки,
мухи, комары, жуки. Муравьи закупорили все свои ворота.

Голодно, становится голодно! Холод не так страшен животным, у
которых кровь горячая, – зверям, птицам. Лишь бы пища была: поел –
словно печечку в себе затопил.

Стихотворение «Зайчик»

Маленькому зайчику
На сырой ложбинке
Прежде глазки тешили
Белые цветочки...
Осенью расплакались
Тонкие былинки,
Лапки наступают

На желтые листочки.
Хмурая, дождливая
Наступила осень.
Всю капусту сняли,
Нечего украсть.
Бедный зайчик прыгает
Возле мокрых сосен –
Страшно в лапы волку
Серому попасть...

А. Блок

Хорошо в осеннем лесу.

Душа радуется лесному урожаю. Только не ленись, раньше вставай и ног не жалеяй.

Видишь, снизу выглядывает темно-коричневая шляпка на белой ножке. Белые растут семьями. И в пословице говорится: «Гриб боровик – всем грибам полковник». В лесу – «скатерть-самобранка» ягод, грибов, орехов, желудей, целебных кореньев.

Лес богат грибами, пасеки – медом, скирды и гумна – хлебом, стога – сеном, огороды – укропом и огурцами.

Разгребу рукой листву,

Свежий огурец сорву,

Пополам разломлю,

Густо-густо посолю.

Сам я огурец рашу.

Приходите – угощу!

Послушайте стихотворение про осень:

Здравствуй осень!

Осень добрая пришла,

Нам подарки принесла:

Гречку загорелую,
И бруснику спелую,
Дыню полосатую,
Свеклу бородатую,
И морковь хвостатую,
Яблоки душистые,
Персики пушистые,
Груши золотистые,
Осень принесла.

Отгадайте загадки:

Под землей птица гнездо свила, яиц нанесла. (*Картофель*)

Маленький, горький, луку брат. (*Чеснок*)

Стоит Матрешка на одной ножке,

Закутана, запугана. (*Капуста*)

В землю крошка, из земли лепешка. (*Рена*)

Желтый Демид весь день на солнышко глядит. (*Подсолнух*)

Новые голоса и краски поздней осени

Дохнул ноябрь осенним холодом...

Холодный ветер, студёные дни, хоть и без снега. По народному календарю ноябрь – месяц ветров, месяц сева лесных семян. Задумчивы иглистые, тихие осинники. Только зелёные пирамиды бархатных елок оживляют леса в эту пору. Скомкалась, свалилась вянущая трава, накрытая ковром опавшей листвы. Распуганные шорохом листвы трусливые беляки снова вернулись в лесные чащи. Идешь и пристально всматриваешься в подернутое туманом редколесье. Ни шороха, ни звука. Не трепещет на ветру листва. Тусклы и коротки дни поздней осени. Непроглядны темные ночи. Хмурится низко повисшее небо. Только серому волку поздняя осень и зима не в диковинку. Привольно зверю разгуливать по безлюдным местам.

Отгадайте загадки:

На овчарку он похож,
Что ни зуб – то острый нож!
Он бежит, оскалив пасть,
На овцу готов напасть.
Кто зимой холодной
Бродит в лесу
Злой, голодный? (*Волк*)

Сплошная серая туча надвинулась на солнце. С неба падает мокрый снег. Сердито хрюкая, проковылял к себе в нору жирный барсук. Он недоволен: сыро в лесу и грязно. Пора поглубже под землю – в сухое чистое логово. Пора спать завалиться. Лесные вороны передрались в чаще. То снег, то дождь – и вдруг, как весной, запоют рябчики.

Рябчики – небольшие птицы с пестрым оперением. Враги – лисица, соболь, ястреб. Питаются плодами, ягодами, насекомыми.

... Ни звука, ни взлета. Тишина и покой в лесу. И вдруг будто весь лес наполнился удаляющимся перезвоном «трын...трын...». Опять тишина. Снова слышно ...кленк... Частый стукоток звонко разносится по лесу.

Отгадайте загадки:

Кто в беретке ярко-красной,
В черной курточке атласной?
На меня он не глядит,
Все стучит, стучит, стучит. (*Дятел*)

Попробуйте повторить скороговорку:

Дятел дуб долбил
Да не додолбил.
Уложили дятла спать
В деревянную кровать.
Он в кровати всем назло
Продолбил себе душло.

Зачастили снегопады. Словно надорванная струна, нежно вздыхает «мечтатель» – *снегирь*. Румяными яблочками расселись красные птички по неодетым веткам и, не торопясь, поют.

Снег в воздухе – и снегири тут как тут.

Первый снег ноября на Урале – снег на зиму. Он всегда неожиданный, как бы долго ни обещала его невеселая поздняя осень. Мухи белые кружат, бывает, уже в сентябре. Чаще всего снег ноября открывает уральскую зиму. В каждый год по-разному он укрывает леса, пеленает поля, городские газоны забеливает. Первый на зиму снег приносит в затерянный лес тишину удивительно звонкую. И тогда пропадает в природе ожидание зимы. Застрекочат сороки, словно в горле у них застряли снежинки. Песню тонкую тянет протяжно большая синица. Вторит ей синица-гаичка. А красотка-лазаревка все вопросы свои повторяет напевно, добиваясь у леса ответа: откуда весь этот наряд ноября?

Послушайте рассказ.

Страшный невидимка

Страшный невидимка объявился в лесу. Жуткие дела стали твориться там. Кто-то безжалостно сорвал с деревьев листья. Кто-то примял, перепутал и положил травы. Бесследно исчезли птицы-пеночки, зяблики и дрозды. Вчера еще видели и слышали их, а сегодня нет ни одной. Звери и птицы испуганно прятались в чаще. Но невидимка находил их и там. Он делал все, что хотел. Взял и покрасил зайцам задние ноги в белый цвет, будто на каждого зайца трусы надел. Рыжих белок сделал серыми. Барсуков, ежей, енотов до того запугал, что попрятались они в норы, забились под корни деревьев и носа не кажут.

Перетрусили лесные жители. Что ни день, в лесу страшные новости. Исчезли куда-то лягушки и жабы. Пропали бабочки и мухи. А невидимка бродит по лесам и полям, гнет деревья, свистит, волны с бе-

рега выплескивает. То землю размочит, то морозцем закует. Все дороги, мосты поломал, канавы водой залил.

И никто с ним ничего поделаться не может: не видно его, невидимка он!

Н. Сладков

Осень в жизни человека

Давайте попробуем разобраться со значением этих поговорок:

Рожь поспела – берись за дело.

Хлеб убирают – на небо взирают.

Что пожнешь – то и смолотишь,

что смолотишь, то в амбар положишь.

Работа у крестьянина осенью заметно убывает, но он не остается без дела. В начале осени нужно пахать, боронить и засеять озимые поля, потом надо свозить хлеб с полей; телеги, спрятавшиеся под тяжелыми снопами, скрипят по дорожкам. Намолотивши зерна, крестьянин складывает его в мешки и спешит на мельницу. Женщины треплют коноплю, чешут лен и приготавливают себе прядево на долгие зимние вечера. Опустели огороды: последними убрали с гряд тугие кочаны капусты. Густо зеленеют поля озимых хлебов. Это на смену собранному урожаю колхозники готовят новый урожай. Перестали урчать тракторы. Загорелись электрические лампочки в птичнике. Дни стали коротки, и колхозники решили по вечерам освещать птичники, чтобы куры могли подольше гулять и клевать корм.

Представьте, что вы курочки. Повторяйте за мной:

Вышла курочка гулять,

Свежей травки пощипать,

А за ней ребятки

Желтые цыплятки.

Ко-ко-ко, ко-ко-ко,

Не ходите далеко.

Лапками гребите,

Зернышки ищите.

Сядьте поудобнее и послушайте сказку **А. Толстого «Мужик и медведь»**.

Мужик поехал в лес репу сеять. Пашет там да работает. Пришел к нему медведь:

– Мужик, я тебя сломаю.

– Не ломай, медведюшка, лучше давай репу сеять. Я себе возьму хоть корешки, а тебе отдам вершки.

– Быть так, – сказал медведь. – А коли обманешь, так в лес ко мне хоть не езд.

Сказал и ушел в дубраву. Репа выросла крупная. Мужик приехал осенью копать репу. А медведь тут как тут.

– Мужик, давай репу делить, мою долю подавай.

– Ладно, медведюшка, давай делить: тебе вершки, а мне корешки.

Отдал мужик медведю всю ботву, а репу наклал на воз и повез в город продавать. Навстречу ему медведь:

– Мужик, куда ты едешь?

– Еду, медведюшка, в город корешки продавать.

– Дай-ка попробовать – каков корешок!

Мужик дал ему репу. Медведь как съел:

– А-а – заревел. – Мужик обманул ты меня! Твои корешки сладенькие. Теперь не езжай ко мне в лес по дрова, а то заломаю.

На другой год мужик посеял в том месте рожь. Приехал жать, а уж медведь его дожидает.

– Теперь меня, мужик, не обманешь, давай мою долю.

Мужик говорит:

– Быть так. Бери, медведюшка, корешки, а я себе возьму хоть вершки.

Собрали они рожь. Отдал мужик медведю корешки, а рожь на-
клал на воз и увез домой. Медведь бился, бился, ничего с корешками
сделать не мог. Рассердился он на мужика, и с тех пор у медведя с му-
жиком вражда пошла.

Почему нарушилась дружба медведя с мужиком?

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Сохранение и укрепление здоровья субъектов образования является стратегическим ориентиром обновления российского образования. Оздоровительная работа с детьми должна быть целенаправленной, непрерывной, не только в общеобразовательных организациях, но и в условиях их отдыха – в летних оздоровительных лагерях. Летний лагерь – эта удобная форма организации свободного времени детей разного пола, возраста и уровня развития, а также является пространством для проведения оздоровительной работы в условиях природы. Проблема единства природы и человека с древних времен изучалась многими естествоиспытателями, философами, учеными (Платон, Аристотель, Я.А. Коменский, К.Д. Ушинский, Ж-Ж. Руссо, И. Кант и др.), которые подчеркивали огромное влияние природы на духовное развитие человека. Л. Леонов писал: «Человек, который понимает природу, благороднее, чище. Он не сделает дурного поступка. Он прошел душевный университет». Поэтому не случайно нами проведена большая работа по формированию потребности у детей быть здоровыми во всех аспектах: физическом, духовном (психическом) и нравственном [70; 71].

Обобщение результатов проведенного педагогического эксперимента мы пришли к следующим выводам:

1. Актуальность исследования определяется противоречиями между социальным заказом современного общества на формирование здоровой личности; необходимостью выстроенной системы подготовки будущих учителей к осуществлению оздоровительной работы с детьми в летних лагерях; востребованностью тьюторского сопровождения формирования готовности студентов к оздоровительной работе с детьми.

2. Родовидовой анализ понятий «здоровье», «оздоровление», «тьюторское сопровождение», «готовность», «формирование» позволил уточнить и конкретизировать ключевое понятие нашего исследования «тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях», которое мы определили как целенаправленную, систематическую, педагогическую деятельность, направленную на овладение здоровьесберегающими технологиями, системами, средствами оздоровительной работы, способствующей личной безопасности, сохранению и укреплению здоровья, а также рациональному использованию природных факторов в расширении адаптивных возможностей организма.

3. Анализ зарубежного и отечественного опыта показал, что тьюторская система вуза должна быть гибкой, сочетать разнообразные формы и виды деятельности тьюторов, чтобы быть адекватным запросам студентов и прямо влиять на повышение качества их образования.

4. Методологической основой исследования проблемы тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях являются подходы системный (В.Г. Афанасьев, В.И. Блауберг, А.И. Субетто, З.И. Тюмасева и др.); аксиологический (А.П. Балицкая, Б.М. Бим-Бад, Б.С. Брушлинский, Б.Т. Лихачев, Н.Д. Никандров, С.И. Маслов, Т.И. Пороховская, В.А. Сластенин, Е.И. Шиянов и др.); информационный (В.С. Аранский, Б.Л. Ван-дер-Варден, В.И. Журавлев, Ю.В. Исаев, А.Н. Колмогоров, Г. Крамер, Г.А. Кручинина, С. Кульбак, Н.Ф. Реймерс, А.П. Суханов, В.А. Якунин и др.); контекстный (А.А. Вербицкий, Т.Д. Дубовицкая, Г.Л. Ильин, Г.Х. Валеев, И.Э. Смирнова и др.); лично-деятельностный (Ш.А. Амонашвили, Е.В. Бондаревская, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Н.Н. Тулькибаева, Л.В. Трубайчук и др.); теории о сущности человека и его взаимоотношениях с природой,

обществом и самим собой (В.П. Казначеев, И. Кант, Я.А. Коменский, К.Д. Ушинский, А.И. Субетто и др.). Отмеченные подходы и принципы (валеологизации, экологизации, природосообразности, культуротворчества, идеи педагогики здоровья) позволили изучить предмет исследования, выделить в качестве цели и результата образовательного процесса позитивный уровень тьюторского сопровождения, что выражается в качестве медико-биологических, эколого-валеологических знаний, умений, позитивной динамики состояния здоровья тьюторантов, повышении мотивации к ведению здорового и безопасного образа жизни, потребности быть здоровым и активном участии в воспитательно-оздоровительных мероприятиях социальной значимости.

5. Обоснование методологических подходов, принципов, уточнение и конкретизация ключевого понятия исследования позволили нам создать структурную модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, состоящую из блоков: целевого, содержательного, процессуального, оценочно-результативного.

6. Эффективность апробации структурной модели тьюторского сопровождения готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях зависит от выявленных педагогических условий: модульная программа учебно-оздоровительной работы со студентами гуманитарно-педагогических профилей; здоровьесберегающие технологии как системообразующий фактор тьюторского сопровождения готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях; открытая образовательная здоровьесберегающая среда.

7. Осуществлена проверка выдвинутой гипотезы исследования, которая заключается в том, что тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с деть-

ми в летних лагерях будет эффективной если: сформирована готовность будущих учителей к оздоровительной работе с детьми на основе системного и личностно-деятельностного подходов; уточнен и конкретизирован понятийный аппарат; апробируется структурная модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, включающая целевой, содержательный, процессуальный и оценочно-результативный блоки.

8. Показана роль педагогических условий в проверке эффективности структурной модели. 9. Экспериментальная работа продолжалась с 2018 по 2020 годы и включала три этапа: констатирующий, формирующий и контрольный. На начальном, констатирующем этапе с помощью диагностической работы был выявлен исходный уровень здоровья представление студентов о оздоровительной работе с детьми и сделан вывод о необходимости реализации структурной модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

10. В ходе формирующего этапа педагогического эксперимента нами осуществлялось тьюторское сопровождение студентов: составление индивидуальных карт здоровья, индивидуальных образовательных маршрутов с учетом потребностей в здоровом образе жизни, интереса к оздоровительной деятельности и познания природы родного края.

Реализация индивидуальных образовательных маршрутов тьюторов показала позитивные изменения субъективной составляющей здоровья и потребности в оздоровлении себя и детей, с которыми им предстоит работать. 11. На итоговом этапе исследования нами были выявлены значительные изменения по всем критериям и показателям, что подтверждает правильность выдвинутой гипотезы.

Проведенное исследование не претендует на исчерпывающее решение рассматриваемой проблемы. Мы считаем, что в дальнейших исследованиях необходимо изучить и установить закономерность формирования готовности студентов к оздоровительной работе с учетом гармонизации российских и зарубежных подходов.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Айзман, Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учебное пособие для среднего профессионального образования / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. – [2-е изд., испр. и доп.]. – Москва : Издательство Юрайт, 2019. – 281 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-11682-3. – Текст : непосредственный.

2. Амонашвили, Ш. А. Личностно-гуманная основа педагогического процесса / Ш. А. Амонашвили. – Минск : Университетское, 1990. – 560 с. – (Университет – школе). – ISBN 5-7855-0238-0. – Текст : непосредственный.

3. Ананьев, В. А. Психология здоровья – новая отрасль человекознания / В. А. Ананьев. – Текст : непосредственный // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. – 1998. – № 4. – С. 3–18.

4. Артеменко, Б. А. Модель психологической готовности студентов педагогического вуза к здоровьесберегающей деятельности в общеобразовательных организациях / Б. А. Артеменко, Г. В. Валеева, З. И. Тюмасаева. – Текст : непосредственный // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. – 2016. – № 1. – С. 80–89.

5. Асмолов, А. Г. Деятельность и установка / А. Г. Асмолов – Москва : Издательство Московского университета, 1979. – 151 с. – ISBN 978-5-907117-24-2. – Текст : непосредственный.

6. Ахмерова, С. Г. Здоровье педагогов: профессиональные факторы риска / С. Г. Ахмерова. – Текст : непосредственный // Профилактика заболеваний и укрепление здоровья. – 2001. – № 4. – С. 28–30.

7. Беспалько, В. П. Слагаемые педагогической технологии / В. П. Беспалько. – Москва : Просвещение, 1989. – 192 с. – ISBN 5-7155-0099-0. – Текст : непосредственный.

8. Блауберг, И. В. Становление и сущность системного подхода / И. В. Блауберг, Э. Г. Юдин. – Москва: Наука, 1973. – 270 с. – Текст : непосредственный.

9. Богданов, Е. Н. Введение в акмеологию / Е. Н. Богданов, В. Г. Зазыкин. – Калуга : КГПУ им. К.Э. Циолковского, 2001. – 145 с. – Текст : непосредственный.

10. Брехман, И. И. Валеология – наука о здоровье / И. И. Брехман. – [2-е изд., доп., и перераб.]. – Москва : Физкультура и спорт, 1990. – 206 с. – (Наука – здоровью). – ISBN 5-278-00214-X. – Текст : непосредственный.

11. Валеева, Г. В. Комплексное изучение субъективной составляющей здоровья / Г. В. Валеева, З. И. Тюмасева, И. Л. Орехова; под ред. проф. Ю. П. Платонова – Текст : непосредственный // Ученые записки СПбГИПСР. СПбГИПСР. – 2015. – № 1 (23). – С. 24–29.

12. Валеева, Г. В. Психологическая готовность будущих учителей к оздоровительной деятельности / Г. В. Валеева, З. И. Тюмасева. – Челябинск : Издательство ЗАО «Цицеро», 2014. – 140 с. – ISBN 978–5–91283–504–9. – Текст : непосредственный.

13. Валеология. Диагностика, средства и практика обеспечения здоровья: сб. науч. трудов / Отв. ред. И. И. Брехман. – Санкт-Петербург : Наука, 1993. – Вып. I. – 268 с. – Текст : непосредственный.

14. Воронцова, В. Г. Педагогическая валеология и гуманизация образования: историко-педагогический аспект / В. Г. Воронцова // Сб.: История педагогики сегодня. – Санкт-Петербург : СПбГУПМ, 1998. – 150 с. – Текст : непосредственный.

15. Выготский, Л. С. Психология развития как феномен культуры / Л. С. Выготский. – Москва : Институт практической психологии, НПО «МОДЭК», 1996. – 359 с. – ISBN 5-89395-001-1. – Текст : непосредственный.

16. Гаркуша, Н. С. Воспитание культуры здоровья современных школьников: проблемы и пути их решения: монография / Н. С. Гаркуша. – Челябинск: Центр Научного Сотрудничества, 2012. – 188 с. : ил., табл.; ISBN 978-5-905280-26-9. – Текст : непосредственный.

17. Гольнева, Д. П. Человек, его здоровье и окружающая среда: учеб. пособие для учеников VIII–IX классов / Д. П. Гольнева, В. И. Павлова. – Челябинск : Факел, 1998. – Ч. 2. – 92 с. – ISBN 5-85716-137-1. – Текст : непосредственный.

18. Столетия тьюторства : история альтернативного образования в Америке и Западной Европе / Эдвард Гордон, Элайн Гордон ; пер. с англ. [М. Л. Мельниковой и др. ; под науч. ред. С. Ф. Сироткина, Д. Ю. Гребенкина]. – Ижевск : ERGO, 2008. – 347 с. : табл.; – (Probatum est); ISBN 978-5-98904-037-7. – Текст : непосредственный.

19. Гретинская, Е. О. Тьюторство в России как новая модель образования: становление и развитие / Е. О. Гретинская. – Текст : непосредственный // Проблемы современной науки и образования. – 2015. – № 4. – С. 56–65.

20. Дыхан, Л. Б. Педагогическая валеология / Л. Б. Дыхан, В. С. Кукушкин, А. Г. Трушкин. – Москва : ИКЦ «Март», 2005. – 528 с. – ISBN: 5-241-00202-2. – Текст : непосредственный.

21. Долгоруков, А. М. Практическое пособие для тьютора системы открытого образования на основе дистанционных технологий / А. М. Долгоруков. – Москва : ЦИТО, 2002. – 42 с.

22. Зайцев, Г. К. Валеолого-педагогические основы обеспечения здоровья человека в системе образования : автореферат дис. ... доктора педагогических наук : 13.00.01 / Санкт-Петербург. гос. ун-т. – Санкт-Петербург, 1998. – 48 с. – Текст : непосредственный.

23. Зарипова, Е. И. Тьюторское сопровождение самостоятельной работы студентов экономического вуза / Е. И. Зарипова. – Текст : не-

посредственный // Сибирский торгово-экономический журнал. – 2011. – № 14. – С. 32–41.

24. Зверев, И. Д. Воспитание учащихся в процессе обучения биологии: пособие для учителя / И. Д. Зверев, А. Н. Мягкова, Е. П. Бруновт. – Москва : Просвещение, 1984. – 160 с. – ISBN В пер. (В пер.). – Текст : непосредственный.

25. Здоровье и окружающая среда : Учеб. пособие для учащихся 9-го кл. / Б. Т. Величковский, И. Т. Суравегина, Т. Т. Цыпленкова. – Москва : НПЦ «Экология и образование», 1994. – 157 с. : ил.; ISBN 5-85730-003-7. – Текст : непосредственный.

26. Ирхин, В. Н. Формирование культуры здоровья на уроках физики / В. Н. Ирхин. – Москва : Чистые пруды, 2008. – 29 с. – (Библиотечка «Первого сентября». Серия «Здоровье детей» ; вып. 20). – ISBN 978-5-9667-0421-6. – Текст : непосредственный.

27. Ильченко, В. Р. Формирование у учащихся средней школы естественнонаучного миропонимания в процессе обучения : дис. ... доктора педагогических наук : 13.00.01. – Полтава, 1989. – 374 с. : ил. – Текст : непосредственный.

28. Кабанова-Меллер, Е. Н. Психология формирования знаний и навыков у школьников: проблема приемов умственной деятельности / Акад. пед. наук РСФСР. Ин-т психологии / Е. Н. Кабанова-Меллер. – Москва : Изд-во Акад. пед. наук РСФСР, 1962. – 376 с. : ил. – Текст : непосредственный.

29. Казначеев, В. П. Здоровье нации. Просвещение. Образование / В. П. Казначеев; Исслед. центр проблем качества подгот. специалистов и др. – Москва : Исслед. центр проблем качества подгот. специалистов ; Кострома : КГПУ, 1996. – 246 с.; ISBN 5-7563-0012-0. – Текст : непосредственный.

30. Калью, П. И. Сущностная характеристика понятия «здоровье» и некоторые вопросы перестройки здравоохранения / П. И. Калью. – Москва : ВНИМИ, 1988. – 67 с. – Текст : непосредственный.

31. Канарская, О. В. Инновационное обучение: методика, технология, школьная практика: кн. для учителя / О. В. Канарская; Упр. образования Ленингр. обл. Науч.-метод. центр инновац. обучения «УСОВы». Лаб. инновац. технологии и новаций. – Санкт-Петербург : Лики России, 1997. – 475 с. : ил.; ISBN 5-87417-056-1. – Текст : непосредственный.

32. Кисиль, В. Г. Формирование и развитие методических знаний в системе самостоятельной работы студентов: дис. ... кандидата педагогических наук / В. Г. Кисиль. – 13.00.02. – Санкт-Петербург, 2000. – 273 с. – Текст : непосредственный.

33. Кларин, М. В. Инновации в обучении : Метафоры и модели : Анализ зарубеж. опыта / М. В. Кларин. – Москва : Наука, 1997. – 222 с. : ил.; ISBN 5-02-013618-2. – Текст : непосредственный.

34. Ковалева, Т. М. Личностно-ресурсное картирование в современной дидактике / Т. М. Ковалева. – Текст : непосредственный // Отечественная и зарубежная педагогика. – 2012. – № 5. – С. 108–112.

35. Ковалева, Т. М. Среда и событие: к дидактике тьюторского сопровождения / Т. М. Ковалева, М. Ю. Чередилина; под ред. Н. Б. Крыловой, М. Ю. Жилиной // Событийность в образовательной и педагогической деятельности. Серия научно-методических изданий: «Новые ценности образования». – 2010. – Вып. 1. – С. 98–99. – Текст : непосредственный.

36. Колбанов, В. В. Непрерывное валеологическое образование: сущность и содержание / В. В. Колбанов – Текст : непосредственный // Здоровье и образование. Проблемы педагогической валеологии: матер. I Всерос. науч.-практ. конф. – Санкт-Петербург, 1995. – С. 5–9.

37. Колбанов, В. В. Школьная валеология как новая область научных знаний / В. В. Колбанов. – Текст : непосредственный // Валеология: Диагностика, средства и практика обеспечения здоровья. – Владивосток : Дальнаука, 1995. – Вып. 2. – С. 5–11.

38. Коломеец, О. П. Формирование валеологических знаний и умений при обучении биологии в 9-м классе : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.02 / Рос. гос. пед. ун-т. – Санкт-Петербург, 1999. – 17 с. – Текст : непосредственный.

39. Комиссаров, Б. Д. Методологические проблемы школьного биологического образования / Б. Д. Комиссаров. – Москва : Просвещение, 1991. – 158 с. : ил. – (Б-ка учителя биологии).; ISBN 5-09-002840-0. – Текст : непосредственный.

40. Кузнецова, Н. Е. Теоретические основы формирования систем понятий в обучении химии : дис. ... доктора педагогических наук : 13.00.02. – Ленинград, 1986. – 497 с. : ил. – Текст : непосредственный.

41. Кузьмина, Н. В. Методы системного педагогического исследования : Учеб. пособие / [Н.В. Кузьмин и др.]. – Москва : Нар. образование, 2002. – 207 с. : ил., табл. – (Профессиональная библиотека учителя).; ISBN 5-87953-169-4. – Текст : непосредственный.

42. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – Москва : Политиздат, 1977. – 307 с. – Текст : непосредственный.

43. Леонтьев, А. Н. Избранные психологические произведения / А. Н. Леонтьев. – Москва: Книга по требованию, 2014. – Т. 1. – 392 с. – ISBN 978-5-458-36861-2. – Текст : непосредственный.

44. Лищук, В. А. Основы здоровья: актуальные задачи, решения, рекомендации / В. А. Лищук, Е. В. Мосткова. – Москва : Мысль, 1994. – 134 с.

45. Маджуга, А. Г. Современные концепции развития здоровья субъектов образовательного процесса / А. Г. Маджуга, Н. П. Абаскалова, В. Н. Ирхин, Н. В. Третьякова; науч. ред. А. Г. Маджуга. – Обнинск : МАН Интеллект будущего, 2013. – С. 77–84.

46. Малярчук, Н. Н. Роль педагога как профессионала в сохранении здоровья обучающихся / Н. Н. Малярчук. – Текст : непосредственный // Вестник развития науки и образования. – 2008. – № 6. – С. 86–88.

47. Минченков, Е. Е. Обучение приемам определения понятий / Е. Е. Минченков. – Текст : непосредственный // Химия в школе. – 2000. – № 2. – С. 19–24.

48. Моисеева, Л. В. Теория и методика естественнонаучного и экологологического образования детей младшего школьного возраста: учеб.-метод. пособие / Л. В. Моисеева, О. Н. Лазарева, И. Р. Колтунова. – Екатеринбург : Издательство ЮрГГУ, 2000. – 108 с.

49. Наумова, Н.Е. Проблемы охраны здоровья в школьном разделе «Биология. Человек» : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.02 / Орловский гос. ун-т. – Орел, 2000. – 21 с. – Текст : непосредственный.

50. Овчаров, Е. А. Здоровье школьников (медико-социальные, экологические и педагогические аспекты) : Учеб. пособие для вузов / Е. А. Овчаров, Л. В. Радионова, Е. Е. Борш. – Нижневартовск : Изд-во Нижневарт. пед. ун-та, 2000. – 383 с. : портр., табл.; ISBN 5-89988-113-5. – Текст : непосредственный.

51. Петленко, В. П. Валеологические критерии здоровья / В. П. Петленко // V Национальный конгресс по профилактической медицине и валеологии, 21–24 июня 1998 г., г. Санкт-Петербург. – Санкт-Петербург : РИПМиВ, 1998. – С. 13–16.

52. Полат, Е. С. Личностно-ориентированный подход в системе школьного образования / Е. С. Полат. – Текст : непосредственный // Дополнительное образование. – 2002. – № 4. – С. 24–31.

53. Пономарева, И. Н. Общая методика обучения биологии / И. Н. Пономарева, В. П. Соломин, Г. Д. Сидельникова. – Москва : Издательский центр «Академия», 2003. – 272 с. – ISBN 978-5-7695-5459-9. – Текст : непосредственный

54. Ратанова, Т. А. Психодиагностические методы изучения личности: учеб. пособие. перераб. и доп. изд. пособия / Т. А. Ратанова, Л. И. Золотарева, Н. Ф. Шляхта. – Текст : непосредственный // Методы изучения и психодиагностики личности. – Москва : Московский психолого-социальный институт, 1998. – 264 с.

55. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – Москва [и др.] : Питер, 2012. – 705 с. : ил. – (Мастера психологии).; ISBN 978-5-459-01141-8. – Текст : непосредственный.

56. Сапельцева, И. В. Формирование мотивации к здоровому образу жизни у подростков 14–15 лет при изучении курса «Человек и его здоровье». Спец. 13.00.02 «Теория и методика обучения и воспитания (биология; уровень общего образования): автореферат дис. ... кандидата педагогических наук / И. В. Сапельцева. – Екатеринбург, 2004. – 20 с. – Текст : непосредственный.

57. Сериков, Г. Н. Здоровьесбережение в гуманном образовании / Г. Н. Сериков, С. Г. Сериков. – Екатеринбург ; Челябинск, 1999. – 242 с.; ISBN 5-85716-264-5. – Текст : непосредственный.

58. Орехова, И. Л. Эколого-валеологизация диверсифицированной подготовки студентов к оздоровительной деятельности в образовательных учреждениях / И. Л. Орехова. – Челябинск: ЧГПУ, 2012. – 340 с. – ISBN 978-5-85716-912-4. – Текст : непосредственный.

59. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы / Н. К. Смирнов. – Москва : АРК-ТИ, 2003. – 270 с.; – (Методическая библиотека. Управление ГОУ); ISBN 5-89415-346-8. – Текст : непосредственный.

60. Субетто, А. И. Системологические основы образовательных систем : [в 2 ч.] / А. И. Субетто ; Исслед. центр пробл. качества подгот. специалистов. – Москва. – (Труды исслед. центра / Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов). – Ч. 2. – 1994. – 321 с. : ил., схем., табл. – Текст : непосредственный.

61. Татарникова, Л. Г. Педагогическая валеология : Генезис. Тенденции развития / Л. Г. Татарникова. – Санкт-Петербург : Петроградский и К° (PETROC), 1995. – 348 с.; ISBN 5-88143-018-2. – Текст : непосредственный.

62. Третьякова, Н. В. Формирование готовности учащихся образовательных организаций к здоровьесберегающей деятельности: монография / Н. В. Третьякова; под науч. ред. В. А. Федорова. – Екатеринбург: Издательство Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2014. – 159 с. – ISBN 978-5-8050-0551-1. – Текст : непосредственный.

63. Тюмасева, З. И. Валеология и образование / З. И. Тюмасева, Б. Ф. Кваша. – Санкт-Петербург : МАНЭБ, 2002. – 380 с. – ISBN 5-89809-022-4. – Текст : непосредственный.

64. Тюмасева, З. И. Феномен тьюторства в здоровьесбережении: факторы риска и устойчивости / З. И. Тюмасева, И. Л. Орехова, Г. В. Валеева и др. – Текст : непосредственный // Образование и наука. – 2018. – Т. 20. – № 9. – С. 139–153.

65. Тюмасева, З. И. Системное образование и образовательные системы: монография / З. И. Тюмасева, Е.Н. Богданов. – Калуга : КГПУ им. К.Э. Циолковского, 2003. – 316 с. – ISBN 5-88725-062-3. – Текст : непосредственный.

66. Тюмасева, З. И. Семейная среда как средство сохранения, укрепления здоровья обучающихся и формирования самосохранительного поведения / З. И. Тюмасева, И. Л. Орехова. – Текст : непосредственный // Вестник Мининского университета. – 2019. – Т. 7. – № 3 (28). – С. 5.

67. Тюмасева, З. И. Концепция непрерывного экологического образования в Челябинской области / З. И. Тюмасева, Ю. С. Смирнов, В. И. Павлова и др. – Челябинск, 2001. – 66 с. – ISBN 3-020923. – Текст : непосредственный.

68. Тюмасева, З. И. Словарь справочник современного общего образования. Акмеологические, валеологические и экологические тайны : Учебное пособие / З. И. Тюмасева, Е. Н. Богданов, Н. П. Щербак. – Санкт-Петербург : Питер, 2004. – 463 с. – ISBN 5-469-00231-4. – Текст : непосредственный.

69. Тюмасева, З. И. Проектирование безопасного и здоровьесберегающего пространства «вуз-школа» как условие профессионального становления студентов / З. И. Тюмасева, И. Л. Орехова, Г. В. Валеева, Е. С. Гладкая. – Челябинск : Издательство ЧГПУ, 2015. – 288 с. – ISBN 978-5-906777-64-5.

70. Тюмасева, З. И. Оздоровительно-экологическое воспитание школьников в летних лагерях отдыха и оздоровления: учеб.-метод. пособие / З. И. Тюмасева, И. Л. Орехова, Н. В. Калашников, Б. А. Артеменко, Е. С. Гладкая. – Челябинск : Издательство ЧГПУ, 2015. – 138 с. – ISBN 978-5-906777-49-2.

71. Тюмасева, З. И. Целительные силы природы и здоровье человека: учеб.-метод. пособие / З. И. Тюмасева, Д. П. Гольнева. – Челябинск : «Взгляд», 2003. – 216 с. – ISBN 5-93946-033-X.

72. Тюмасева, З. И. Оздоровление детей России как инновационная педагогическая деятельность (в сфере дошкольного образования) : моно-

графия / З. И. Тюмасева, И. Л. Орехова, Е. Г. Кушникова. – Челябинск : Цицеро, 2012. – 299 с. – ISBN 978-5-91283-270-3.

73. Федеральный Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года.

74. Щедрина, А. Г. Онтогенез и теория здоровья : Методол. аспекты / А. Г. Щедрина; Отв. ред. Ю. И. Бородин; АН СССР, Сиб. отд-ние, АМН СССР, Сиб. отд-ние, Ин-т физиологии. – Новосибирск : Наука : Сиб. отд-ние, 1989. – 135 с.; ISBN 5-02-028717-2. – Текст : непосредственный.

75. Югова, Е. А. Технологии формирования здоровьесберегающей компетентности у студентов [Текст] : монография / Е. А. Югова ; М-во образования и науки Российской Федерации, ФГАОУ ВПО «Российский гос. профессионально-педагогический ун-т». – Екатеринбург : РГППУ, 2012. – 116 с.; ISBN 978-5-8050-0469-9. – Текст : непосредственный.

76. Ясвин, В. А. Психология отношения к природе / В.А. Ясвин. – Москва : Смысл, 2000. – 456 с. : ил.; ISBN 5-89357-063-4 – Текст : непосредственный.

77. Tolman, E. C. Behavior and Psychological Man: Essays in Motivation and Learning / E. C. Tolman. – University of California Press, 1958. – 286 p.

78. Tolman, E. C. Cognitive maps in rats and men / E. C. Tolman. – Text : direct // Psychological Review. – 1948. – Vol. 55. – no. 4. – P. 189–208.

79. Daenhardt, Jo. T. Ferienfreiheiten – Zu Geschichte und Wandel eines ausserschulischen paedagogischen Freizeitangebotes / Jo. T. Daenhardt. – Muenchen, GRIN Verlag, 2005. – 120 S.

80. Giesecke, H. Vom Wandervogel bis zur Hitlerjugend: Jugendarbeit zwischen Politik und Pädagogik / H. Giesecke. – München: Juventa-Verlag, 1981. – 232 S.

81. Klönne, A. Jugend im dritten Reich: Die Hitlerjugend und ihre Gegner / A. Klönne. – Hannover, Verlag: Papyrossa, 2008. – 326 S.

82. Malzacher, F. Jugendbewegung für Anfänger. Taschenbuch / F. Malzacher, M. Daenschel. – Witzenhausen: Südmarkverlag, 2004. – 206 S.

83. Mann, E. Zehn Millionen Kinder: Die Erziehung der Jugend im Dritten Reich / E. Mann. – Berlin: Rowohlt, 1997. – 224 S.

84. Rauch, Th. Die Ferienkoloniebewegung. Zur Geschichte der privaten Fürsorge im Kaiserreich / Th. Rauch. – Wiesbaden: Deutscher Universitätsverlag, 2016. – 123 S.

85. Schulze-Kalhoff, A. Jugendreisen. Eine Besonderheit für den Tourismus / A. Schulze-Kalhoff. – München, GRIN Verlag, 2002. – 38 S.

Научное издание

**Зоя Ивановна Тюмасева
Ирина Леонидовна Орехова
Елена Борисовна Быстрой**

**Теоретико-практические аспекты
готовности будущих учителей к оздоровительной
работе с детьми в летних лагерях**

ISBN 978-5-907284-93-7

Монография

Редактор
Е.Ю. Никитина

Компьютерная верстка
А.С. Шкитова

План выпуска 2021 г. Подписано в печать 9 марта 2021 г.
Формат 60x84/16. Бумага для множительных аппаратов.
Печать на ризографе. Гарнитура Georgia.
Уч.-изд. л. 8,31.

Тираж 500 экземпляров. **Заказ № _____**

Оригинал-макет изготовлен в Южно-Уральском научном центре
Российской академии образования.
454080 г. Челябинск, проспект Ленина, 69, к. 454.
Телефон: 8 (351) 216-57-97.

Отпечатано в типографии издательства
Южно-Уральского гуманитарно-педагогического университета
454080 г. Челябинск, проспект Ленина, 69.
Телефон: 8 (351) 216-56-16

ISBN 978-5-907284-93-7



9 785907 284937 >