

Муниципальное общеобразовательное учреждение
Упоровская средняя общеобразовательная школа

Согласовано:
на педагогическом совете
Протокол № 1
«31» 08 2015 года



Утверждаю:
Директор МАОУ Упоровская СОШ
Г.П.Медведева
Приказ № 1 от «1» 09 2015 года

Программа внеурочной деятельности
«Мир глазами души»
Возраст участников: 7 – 10 лет (1-4 класс)
Срок реализации: 4 год

Составлена на основе авторской программы
для начальной школы
«Основы духовно-нравственной культуры»
Теплова З.И., кандидат педагогических наук, доцент, ТОГИРРО
Пиманова Л.А., кандидат педагогических наук, доцент, ТОГИРРО,
адаптирована к местным условиям и требованиям
учителем МОУ Упоровская СОШ: Ефейкиной Г. Г.

Упорово, 2015

Пояснительная записка

«Так я и понимаю природу, как зеркало души человека: и зверю, и птице, и траве, и облаку только человек даёт свой образ и смысл».

М.М.Пришвин

Программа «Мир родного края глазами души» создана на основании Закона РФ «Об образовании», закона Тюменской области «Об установлении единого национально-регионального компонента государственного образовательного стандарта в Тюменской области», принятого областной Думой 16 июня 2000 года. Эта интегрированная программа имеет особое значение в воспитании у учащихся духовно-нравственной культуры.

Необходимость создания этой программы обусловлена рядом причин:

1. Ослабление в современном обществе, а также и в школьных коллективах бескорыстной любви и взаимопомощи. Социолог 20 века Питирим Сорокин создал и возглавил Гарвардский исследовательский центр по созидательному альтруизму, пришел к выводам, что бескорыстная мудрая (адекватная любовь) - является жизненной силой, необходимой для физического, умственного и нравственного здоровья; дети, лишенные любви, вырастают нравственно и социально ущербными; любовь выполняет познавательные и эстетические функции: она - самое лучшее средство обучения в деле просвещения и облагораживания человечества.

Чтобы смотреть на мир с любовью, надо самому иметь свет в душе. У человека, живущего духовной любовью, чувствующее и чуткое сердце обращено как бы от природы на объективно хорошее. Когда человек смотрит на мир глазами любви, мир людей и мир вещей видится им намного светлее. Не вызывает сомнения, что первым и глубочайшим источником духовного опыта является духовная любовь. «Человек, осчастливленный любовью, созерцает и воспринимает предметы внешнего и внутреннего мира совсем иначе, чем человек с сухим и каменеющим сердцем, холодный и чопорный эгоист» (И.А.Ильин).

2. В современном обучении происходит материализация природы. Это не способствует включению природы в сферу культуры и духа. Все дальше и дальше расходится с пониманием природы как одухотворяющего пространства. В результате этого школьники утратили тягу к созерцанию и постепенно лишаются дара пейзажного мышления, благодаря которому формируется национальный образ природы, национальный образ истины. «Природа или Земля не есть только вещь, она есть овеществленная сущность, которой мы можем, а потому и должны способствовать в ее одухотворении» (Д.С.Лихачев).

Сегодня школа нуждается в человеке, который знает мир и в то же время глубоко опытен в нравственных понятиях. Подход к детям нужен непременно духовный, но через ощущение жизни, через ощущение тревог мира. Данная программа построена на принципах одухотворения себя и природы, духовного общения с природой, как источника жизненных благ. Сделать душу живой, сострадательной, открытой миру - одна из главных целей программы «Основы духовно-нравственной культуры».

Само слово воспитание говорит нам об особом «питании» души и сердца ребёнка высокими образами Истины, Добра и Красоты. Уникальна и разнообразна природа нашего края, Тюменская земля - колыбель богатых и самобытных культур. Явления природы многое могут «сказать» и уму, и сердцу человеческому относительно его сущности, только бы этот «голос» нашёл отклик в душе. Отсутствие в природе духовного человека, представляющего как бы «самосознание Вселенной», лишает смысла существования не только человека, но и всё сущее, всё мироздание».

Исходя из этого, основная цель программы - обогащение духовного опыта школьника ценностями региональной культуры, осознание элементарного взаимодействия в системе «человек- природа - культура».

В соответствии с поставленной целью определяются следующие задачи:

1.Поддерживать интерес младшего школьника к изучению красоты родного края, космического величия и уникальности Тюменского региона.

2.Раскрыть яркую самобытность соседствующих культур, и их внутреннее сущностное сходство.

3.Развивать чувственное наблюдение мира - «сердечное созерцание».

4.Формировать культуру мышления.

5.Научить младшего школьника способам познания красоты и добра и гармонизации на этой основе отношений со сложным и удивительным миром природы, людей, предметов, искусства и собственным миром.

Непосредственно в трёх конкретных программах курса осуществляется реализация вышеперечисленных задач.

1класс. - «Природа - зеркало души человека» (33 ч)

2класс - «Космическое величие Тюменского края» (34 ч)

3класс - «Родники вдохновения и творчества» (34ч)

Первая особенность программы состоит в том, что сделана попытка раскрытия младшим школьникам понятия души - незримой духовной субстанции. Познание мира душой - одна из ключевых задач современного образования. Душа, по мнению философа С.Л.Франка, не есть что-то далекое, таинственное, непостижимое для нас. Напротив, она есть самое близкое и доступное нам; каждое мгновение жизни мы осознаем ее, вернее сказать, душа - то, за что она выдает себя, это наше собственное существо.

Программа ориентирует учителя на светское понимание духовности, часто отождествляемое с культурой, которую наработало человечество, в то же время не отвергает тот богатый духовный опыт, накопленный в религии. Мнения духовных и светских педагогов по отдельным проблемам духовно-нравственного становления личности могут совпадать или вызывать споры, дискуссии, но при этом все же необходимо сотрудничество исторических религий и светских институтов в нашей многонациональной стране, регионе. Забота о душе, «питание» души особой духовной пищей - наиболее ответственный момент в содержании каждого урока.

Вторая особенность программы заключается в том, что основу ее предметного поля составляют природные и культурные символы. Много деревьев в нашей тайге, но только кедр - царь тайги, ему поклонение, как коронованной особе. Он патриарх лесов и волшебством наделен: чудо дерево.

Природные символы и их упорядоченные системы являются средством глубинного созерцания, а верней сказать, умозрения пространства земли, воспитывают у школьников чувство патриотизма. Березка - символ России, милые сердцу каждого русского человека березовые рощи вызывают чувство любви и поклонения своей Родине. Недаром приРОДа и РОДина - неотделимые понятия, у них один корень РОД - тоже великий символ в культуре древних славян. Образ березы - символа наших лесов воспет в культуре других народов. Ненецкий поэт Л.Лапцуй в стихотворении «Березка» пишет: «Сердце не бьется в березе, и все же на человека береза похожа». Аналогично раскрывается в программе влияние на воспитание чувства патриотизма других природных и культурных символов.

Третью особенность программы составляет искусствоведческий подход, в его основе принцип цикличности экскурсионной работы со школьниками (Концепция А.В.Бакушинского).

В конце 10-х - начале 20-х годов XX века А.Бакушинский разработал циклы экскурсий, способствующих развитию художественного восприятия. Он предлагал строить экскурсии так, чтобы в их основе лежали линии единого творческого переживания. Это означает, что экскурсантам предлагается ряд произведений, объединенных руководителем в «некое органическое целое». В нашей программе темами таких циклов могут быть: «Искусство и природа», «Искусство и общество», «Искусство родного края», «Художники Тюмени», «Цвет в картинах Г.Райшева», «Символика линии в предметах народного искусства». Мы также выделяем три области популяризаторской деятельности музеев: экскурсии, систематические занятия со школьниками в кружках и клубах при музеях, работа по созданию педагогически направленной экспозиции для урока.

Четвертая особенность состоит в раскрытии многоаспектного понятия «сердечного созерцания» - творческой компоненты учебной деятельности. По мнению И.А. Ильина, «человек рожден, прежде всего, для созерцания и учителю необходимо восстановить в себе и в учениках эту окрыленную способность созерцания, увлекаясь интеллектуализацией образования, мы не замечаем главного, а именно: омертвления своего сердца и своей духовности и обессиления своего творческого акта».

Пятая особенность заключается в разработке нетрадиционных структурных элементов урока: «приветствие» друг друга в начале урока и «разминка» для чувств. Чтобы чувства добрые появились у взрослого человека, они должны быть пробуждены еще у ребенка. Чувства - сердце духовной жизни. Через всю нашу программу проходит забота о формировании культуры чувств школьника.

Шестая особенность программы - в педагогике «умного дела», персонального опыта духовной жизни, как учителя, так и ученика (а не абстрактная педагогика слова). Актуальным для современного образования является воспитание ребенка мыслящего, чувствующего и практически действующего. Среди забавы учебного труда, наполняющего жизнь наших детей, глубоким дефицитом пренебрегает отсутствие работы у растущего человека по усовершенствованию быта, устройению среды существования. Мы придерживаемся мнения большинства ученых, педагогов-практиков, состоящего в том, что воспитание не должно осуществляться при помощи отвлеченных игр. Например, моделирование самолетов, пароходов, космических кораблей. Эти вещи необычные, яркие, блестящие, но они отвлекают детей от

практики бытия. Наша программа (особенно это касается третьего класса «Родники вдохновения и творчества») делает попытку хотя бы частично сократить этот дефицит через обучение ребят реальному отношению к жизни - к миру людей, учит ценить красоту обыкновенного, простого, будничного, родного - сущего. Мы вводим цикл уроков по обустройству своего дома «Дом - домашняя вселенная», через эти уроки школьники постигают философию бытия, повышают свой миропонятийный потенциал. Через освоение вещей ребята выходят на освоение, то есть чувствование своего быта, малой родины, мира в целом. Философско-практическое понимание жизни необходимо любому современному человеку.

Первый год обучения - открытие образа души своего Я, души Природы, Мира.

Второй год обучения - открытие космического величия Тюменского региона, содружества различных экосистем, освоение природных и культурных символов.

Третий год обучения - открытие закономерностей красоты и добра в мощном потоке этнокультурных связей. Воспитание уважительного отношения к культуре народов нашего региона, объединяющей различные стили, школы. Освоение духовно-нравственных ценностей народного искусства, понимание диалога культур.

Одной из конкретных целей программы является не просто получение знаний, но осмысление явлений природы, культуры с точки зрения их нравственных и эстетических ценностей. Ценность же - нравственную, эстетическую нельзя освоить, то есть сделать своей, не пережив её эмоционально в форме единичного, важного лично для себя. Именно от учителя будет зависеть, насколько развита у младшего школьника способность к «участному мышлению» и «участному переживанию» (М.М.Бахтин).

Оценка планируемых результатов.

В основу изучения курса положены ценностные ориентиры, достижение которых определяются воспитательными результатами. Воспитательные результаты внеурочной деятельности оцениваются по трём уровням.

Первый уровень результатов — приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, то есть в защищенной, дружественной про-социальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребёнок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Учащиеся должны знать, что здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

Второй уровень результатов — получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет

взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, то есть в защищенной, дружественной про-социальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребёнок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить, осознавать взаимосвязь своего здоровья и образа жизни.

Третий уровень результатов — получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии, действии в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, для других, зачастую незнакомых людей, которые вовсе не обязательно положительно к нему настроены, юный человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Именно в опыте самостоятельного общественного действия приобретается то мужество, та готовность к поступку, без которых невозможно существование гражданина и гражданского общества.

Итогом осуществления предлагаемой программы должны стать умение ребенка не падать духом, заботиться о своем здоровье, чувствовать духовное родство со своими земляками и окружающей природой, испытывать радость от общения с ними, проявлять благодарность и заботу о них.

В результате реализации этой программы учащиеся должны знать, что физический и духовный мир находятся в нерасторжимом единстве и уметь различать:

- духовное в природном окружении,
- духовное в отношениях людей,
- духовное в произведениях искусства.

И сделать это духовное своим личным достоянием.

Предлагаемые нами формы, методы обучения могут быть различны: экскурсии, учебные прогулки, исследовательская и практическая работа, уроки - созерцания, уроки-путешествия, уроки комплекса искусств, уроки театра, фольклорные уроки.

Воспитание духовности - процесс деликатный, в нём отсутствуют нравоучения, приказы. Работа по освоению духовно-нравственной культуры носит камерный характер, протекает в тёплой, доверительной обстановке. Главное при этом не объем учебного материала, а «погружение» в образ, постижение его духовной сути.

Психическим механизмом урока должно стать «переживание, слитое воедино с пониманием» (М.СКаган).

Примерное учебно-тематическое планирование

	1 класс – 33 часа	
I.	Человек - хранитель своей души.	6
II.	Всё подарила земля моя вечная.	5
III.	Чистый голос воды.	4
IV.	Цветы - тончайшего искусства образец.	5
V.	Благословляю вас, леса.	6
VI.	Птицы - символ неба.	6
VII.	Итоговое занятие.	1
	2 класс - 34 часа	
I.	Введение. Космическое величие Тюменского края.	1
II.	Лесостепь - житница нашего края.	8
III.	Чем удивит и очарует тайга.	12
IV.	Величие тундры.	6
V.	Путешествие на край Земли.	6
VI.	Итоговое занятие.	1
	3 класс - 34 часа	
I.	Здравствуй, музей!	2
II.	Экскурс в историю ремёсел и промыслов.	6
III.	Дом - домашняя вселенная. Мировоустройство дома.	10
IV.	Художественные традиции коренных народов нашего	5
V.	Мастера - умельцы Земли Тюменской.	10
VI.	Итоговое занятие.	1

Человек - хранитель своей души (6 ч).

Рождение человека и души (тело - душа - дух). Красота души. Поэтизированный мир души. Близкие души родных, друзей. Взаимосвязь души и образа человека.

Забота о душе. Глаза души - наши чувства. Мир чувств человека. Духовное здоровье.

Солнце спрятано в каждом. Взаимосвязь понятий Солнца и Сердца. Солнечные люди - люди добра и красоты. Целительная сила любви.

Мать - первый духовный учитель. Сердце матери. Образ матери в культуре народов Тюменского региона. Богородица Милосердная.

Духовный смысл имён. Буква - носитель духовности. Символика, музыка имён близких людей.

Всё подарила земля моя вечная (5ч).

Земля - место, где мы появляемся на свет. Родная земля, родной край, родина. Земля мать - мы её дети. Черты сходства матери Земли с Матерью людей.

Душа земли. Содружество Земли, Неба, Солнца, Ветра, Воды. Состояние земли в разные времена года. Земля - кормилица.

Земля - светлая колыбель для зерна. Зерно - начало всех начал. Образ зерна полновесного и пустого. Обоснование понятия «колосья в поклоне».

Образ земли в фольклоре Тюменского региона. Мифы, легенды, сказки о происхождении земли. Почитание земли в обычаях и традициях народов нашего края.

Маленькие жители земли: муравьи - божьи работнички, пчела - божья «пташка», божья коровка. Духовный смысл названий. Отношение человека к этим насекомым.

Чистый голос воды (4 ч).

Большие и малые реки нашего края. Обь - одна из величайших рек Мира. Иртыш - межгосударственная река. Символика названий. Отношение к реке в культуре народов Тюменского региона.

Душа воды. Вода - кровь земли, царица, матушка, целительница. Поэзия, музыка воды, её очистительная сила. Жизнь воды в разное время года.

Озёра - глаза земли. Тюменская область - край сотен тысяч озёр. Связь с рекой. Символика названий: Липовое, Светлое, Лебяжье. Целебные озёра нашего края.

Цветы - символ душевной чистоты человека (5ч).

Цветы нашего края - источник красоты, радости. Душа цветов, символика, язык, музыка. Стойкость сибирских цветов, противостояние суровому климату. Рождение цветка - рождение новой жизни.

Зелёная аптека под открытым небом. Лекарственные растения нашего края. Забота о растениях нашего края, бережное отношение к их сбору. Полезные и вредные растения.

Солнечные цветы: одуванчик, подсолнечник, ромашка. Верность солнцу, символика.

Человек и цветущая природа. Цветущий куст - дар для созерцания. Сравнение цветка со свойствами души человека. Цветущие деревья, кустарники, травы края, где ты живёшь. Искусство аранжировки.

Мир цветов в творчестве тюменских художников, поэтов, писателей.

Благословляю вас, леса (4 ч).

Лес - храм природы, богатство Тюменского края. Красота, загадочность, величие лиственных и хвойных лесов

Душа леса. Любимые деревья. Возраст деревьев: молодые, старые. Музыка, поэзия леса. Щедрость леса на наряды.

Человек подобен дереву. Смысл народной мудрости о внешнем сходстве человека и дерева: голова - крона, туловище - ствол, ноги - корни. Чувство глубокой сопричастности человека к жизни деревьев.

Пробуждение деревьев. Образ весенней почки - таинство рождения новой жизни. Появление листьев у разных деревьев.

Птицы - символ - неба (6 ч).

Пернатые друзья. Разнообразие птиц Тюменского края. Места обитания. Содружество в птичьем царстве. Забота человека о крылатых созданиях.

Журавль - птица времени и пространства, души, жизненной силы. Облик птицы и её поэтическое значение: Виды журавлей: серый, белый журавль - стерх, редкая птица. Места гнездования.

Лебедь птица верности, царь всей водяной птицы. Облик птицы и её поэтическое значение. Места гнездования. Образ лебедя, журавля в фольклоре и авторской культуре народов региона. Забота человека о сохранности этих редких птицах.

Птичьи стаи. Образ вожака. Поведение птиц в стае - организованность, подчинение общим правилам. Отношение человека к птичьей стае.

Гнездо - родной дом для птиц. Образ птичьего дома. Сравнение с родным домом. Разнообразие гнёзд, уникальность, смысловая целостность конструкций. Птицы-родители. Скворечник - домик для скворцов. Прилёт скворцов - радостное событие в жизни людей.

Птицы, лишившиеся гнёзд, их образ жизни. Вина человека в трагедии этих птиц.

Итоговое занятие (1ч): Природа - мудрый учитель.

Космическое величие Тюменского края
2 класс (34 ч)

Введение: (1ч)

Символика очертания нашей области на карте (похожа на сердце человека). Обоснование понятий земного и духовного путешествия по необъятным просторам страны Тюмени. Содружество природных климатических зон.

Лесостепь - житница нашего края (8 ч).

Обоснование понятия лесостепь. Поиск гармонии в названии этого ландшафта. Ценности лесостепи. Природа и культура народов населяющих эту климатическую зону.

Наше чернолесье - живое воплощение прекрасного в природе. Символика берёзы, осины. Лес - даритель ягод. Лесные ягоды - источник витаминов. Красота и

аромат ягодных полян. Виды ягодных кустарников нашего края. Гриб - дитя леса. Содружество деревьев и грибов: разнообразие грибов тюменских лесов. Заготовка грибов сибиряками.

Хлебное поле - рукотворный пейзаж. Из истории вольных хлебопашцев Западной Сибири. Своеобразие хлебных полей южных районов нашей области. Васильки - украшение хлебных полей.

Сады - творение человека. Экскурс в историю. Садоводческие хозяйства южной провинции нашей области в наши дни. Плодовые деревья, кустарники. Забота человека о саде. Заготовка на зиму плодов и ягод. Овощи - «плоды огородные». Красота природных форм. Понятие огорода. Виды овощей. Аптекарские огороды на территории нашей области.

Животный мир лесостепи. Паши заказники. Лесные и степные звери: (2-3 представителя леса, степи). Значение животных для природы. Среда обитания. Отношение человека к диким животным.

Чем удивит и очарует тайга (12 ч).

Тайга - гордость Тюменской области. Поэтизированный мир тайги. Разноликость нашей тайги: северная, средняя, южная. Наши хвойные леса. Экологическая чистота таёжных массивов. Обоснование понятия «краснолесье», его значение в таёжном сообществе. Кедр - зелёный исполин, хлебное дерево, зелёная коровка. Сосна - жемчужина тюменских лесов, солнечное дерево. Ель - декоративная свеча леса. Пихта - дерево - великан. Лиственница - дерево вечности.

Лесное кладбище. Продолжительность жизни деревьев, их болезни. Особенность умирания хвойных и лиственных деревьев. Тема лесного кладбища в творчестве тюменских художников, поэтов, писателей.

Медведь - хозяин тайги. Соболь - маленький таёжный принц, наша национальная гордость. Глухарь птица-символ тайги. Значение глухаря в лесном сообществе. Красота, величие птицы. Забота тюменских учёных о сохранении уникальных животных и птиц тайги.

Люди, преданные тайге, - ханты и манси, их жизнь хозяйство, культура. Влияние современной культуры на уклад жизни коренного населения тайги.

Лесотундра - соединение двух экосистем, сообществ: леса и тундры. Поиск гармонии в названии этого ландшафта. Красота и разнообразие природных символов. Человек в среде обитания лесотундры.

Величие тундры (6 ч).

Красота холодной земли в разное время года. Ценности тундры. Богатство животного и растительного мира. Травоядные лемминги - ценные животные тундры, их влияние на растительность и особенности природных комплексов этой земли. Сходство и отличие южной и северной тундры.

Мхи - одеяла тундры. Некоторые виды мхов: сфагновый, ягель. Значение мхов в жизни животных и растений.

Загадочный мир болот. Превращение некоторых озёр в болото - копилку воды. Растительность, животный мир болот. Отношение человека к болоту, меры предосторожности. Аптекарские болота. Моховые поляны - красивое зрелище. Целебные ягоды «мокрых боров»: клюква, морошка, княженика, брусника.

Полярная береза - украшение северных тундр. Стойкость деревца к суровым климатическим условиям.

Олень - вековечный помощник жителей Крайнего Севера. Виды северного оленя: ручные (домашние) и дикие. Праздники оленеводов. Образ оленя в творчестве коренных северных народов.

Коренное население тундры. Ненцы, селькупы, их жизнь, хозяйство и культура. Сфера занятий. Гармония коренных народов с миром природы, умение ориентироваться в безбрежных пространствах тундры. Влияние современной культуры на быт и занятия коренных народов.

Путешествие на край Земли (4 ч).

Арктика - страна вечных льдов, безбрежных снежных просторов. Красота и величие холодной земли. Цветистые арктические тундры: полярный мак, Кассиопея - украшение арктической тундры. Символы Арктики: крас-нозобая казарка - цветок Арктики; белый медведь - хозяин Арктики, вечный скиталец. Забота медведицы о детёнышах.

Карское море - суровое море Северного Ледовитого океана. Среда обитания редких морских животных. Ластоногие: тюлени, моржи, нерпа, лахтак (морской заяц), лысун, (гренландский тюлень); китообразные: гренландский кит, белуха - наш северный дельфин, «морская канарейка». Жизнь морских животных в суровых условиях Арктики. Забота человека о сохранности животного мира.

Путешествие на полярный Урал. Своеобразие природы Уральского субрегиона Тюменской области: сочетание тундры и лесотундры с горной тайгой и каменистыми тундрами. Горные пастбища для оленей. Каменные реки. Сокровища горных недр. Красота, таинственность снежных вершин. Поэзия, музыка гор, их влияние на чувства человека. Забота человека о сохранности уникального природного комплекса.

Итоговое занятие (1 ч): Чем удивил и очаровал Тюменский край.

Родники вдохновения и творчества

3 класс

(34 часа)

Здравствуй, музей! (1 ч).

Из истории создания музеев в нашей области. Музейная педагогика часть педагогики искусств. Музей края, где ты живёшь. Предназначение каждого музея. Диалог ребёнка с музеем. Значение музея в освоении региональной и отечественной культуры. Создание музея в классе, в школе -приобщение к искусству художественной коллекции.

Экскурс в историю ремёсел и промыслов (6 ч).

Тюменская кустарная промышленность, история становления и развития. Промыслы по обработке животного сырья. Участие народных умельцев в ярмарках: Никольская ярмарка - одна из главных ярмарок Сибири. Возрождение ремёсел в наши дни.

Дерево - источник вдохновения. Разнообразие деревообрабатывающих ремёсел нашего края. Мастера-салазочники. Производство экипажей, телег, колёс, саней, кошёвок, повозок, крестьянской мебели, бёрд для ткацких станков, выделка рогож, мочальных верёвок, корзиночные промыслы. Качество и прочность изделий тюменских мастеров, спрос за пределами области.

Мастера клепаной посуды: кадочники, чановщики, ведерники, бочары. Превращение дерева в красивый полезный предмет, путь от материального к духовному. Экскурс в историю развития ремесла. Прочность, удобство в использовании. Развитие сувенирного искусства.

Гончарное искусство - язык земли. Экскурс в историю гончарного ремесла. Виды гончарных изделий, символика: достаток, сытость. Влияние сибирской природы на поэтический мир гончарного искусства. Современные мастера-керамисты.

Значение овчинно-шубных изделий в условиях сибирской зимы. Наиболее крупные центры овчинно-шубной промышленности общесибирского значения: Шатровская волость Ялуторовского района, Тобольский округ, ишимские кустари, Тюменский кустарный центр «Кожевенные цеха Сибири». Виды изделий. Овчинно-шубные изделия современных мастеров.

Сибирские валенки. Производство валенной обуви (пимокаты). Значение валенной обуви в условиях сибирской зимы. Возрождение старинного сибирского промысла в южной провинции пашей области.

Дом - домашняя вселенная. Миростроительство дома (9 ч).

Архитектура дома в культуре народов региона. Любовь человека к родному дому. Душевный комфорт и согласие в семье. Красота и символика вещей, предметов быта.

Сундук - предмет для хранения «добра». Развитие сундучного промысла в нашем крае. Взаимосвязь понятий «Добро» материальное (копить добро) и духовное. Многофункциональное значение сундука. Синтез декора и памятной функции. Шкатулка - заветный сундучок.

Образ лучины как источника света и творчества. Любовь и уважительное отношение людей к лучине, лучинушке. Береза, сосна - материал для создания лучины. Кованые светцы - держатели горящей лучины.

Подсвечник - держатель свечи. Экскурс в историю создания подсвечников. Влияние каслинских (Челябинская область) мастеров на развитие художественного литья в нашем крае. Виды подсвечников, разнообразие декора, символика. Свеча — источник света. Первые свечные промыслы Тобольской губернии, свечники Ишима, Ялуторовска. Свечные изделия фирмы Е.Жернакова. Виды свечей: сальные, стеариновые, восковые, спермацетовые. Обряды и обычаи, связанные со свечой. Дизайн современных свечей.

Творчество для радости - цветные половики. Ткачество - неотъемлемая часть в жизни женщины, ремесло, искусство. Уникальное изобретение мастеров-деревообработчиков - ручной ткацкий станок - кросна. Бережливость - народная черта, вторая жизнь старых вещей. Материал и своеобразие ткачества.

Цветные половики в интерьере современных квартир. Лоскутные шитые покрывала. Превращение лоскутка в красивую декоративную вещь. Изделия из лоскутов: одеяла, покрывала, занавеси, панно. Расположение: на стене, на кровати, на сундуке. Символика узора: знаки солнца, воды, земли, растений. Лоскутная аппликация в культуре народов региона.

Праздничное искусство вязаных кружков. Мастерство художественного вязания крючком и на спицах. Влияние снежной зимы на узоры сибирских мастериц.

Виды изделий: салфетки, скатерть, покрывала, кружевные платки, косынки, подзоры, накидки.

Своеобразие сибирского климата и необходимость иметь тёплые вещи. Неброская красота и полезность вязанных шерстяных изделий. Искусство современных мастериц.

Многовековая история вышивки народов региона, богатство технических приёмов, цветовых решений. Разнообразие вышитых изделий - салфетки, дорожки, скатерти-столешники, покрывала, занавески, одежда. Влияние местных условий, особенностей быта, обычаев и природы на приёмы вышивки, мотивы узоров, их композиционное построение.

Экскурс в историю создания льняных холстов на территории Тюменской области.

Художественные традиции коренных народов нашего края (4 ч).

Декоративно-прикладное искусство сибирских татар. Общественный быт и духовная культура сибирских татар. Богатство и разнообразие декоративно-прикладного искусства. Влияние на орнамент сибирских татар декоративно-прикладного искусства русского населения. Быт и культура народа в наши дни. Роль декоративно-прикладного искусства в духовно-нравственном воспитании детей.

Декоративно-прикладное искусство югорских народов: ханты, манси. Разнообразие изделий из дерева, бересты, меха.

Декоративно-прикладное искусство обдорских народов: ненцы, селькупы. Развитие косторезного промысла. Художественные принципы, орнаментальные мотивы и композиции. Понятие священного (сакрального) орнамента. Образ мира в декоративно-прикладном искусстве народов Севера. Сходство и отличие художественных традиций коренных народов Тюменского Севера.

Мастера - умельцы Земли Тюменской (10 ч).

Тюменские дымники - сказочные терема. Тюмень - царство дымни-ков. Назначение: эстетическая и обереговая функция (от пожара), черный чеканный силуэт дымников. Искусство просечного железа. Недолговечность дымников. Синтез архитектурного, скульптурного и орнаментального начала. Искусство тюменского мастера Н.Г.Долгополова. Коллекция дымников в запасниках Тюменских музеев.

Окна с затейливой резьбой. Влияние местного купечества на развитие тюменской деревянной резьбы. Искусство мастеров-«окопников». Мир сибирской природы в узорах тюменских резчиков по дереву, богатство узорной фантазии. Виды резьбы: глухая, долблёная и объёмная накладная. Описание своеобразия деревянной резьбы нашего края в книге Нелли Шайхетдиновой «Деревянная резьба Тюмени».

Тобольская резная кость. Экскурс в историю развития тобольского косторезного промысла, его патриархи. Влияние заказчиков на развитие промысла. Виды изделий: скульптурки, миниатюры, ювелирные украшения, предметы быта. Материал для резьбы: зуб кашалота, клык моржа, бивень мамонта, пищевая кость. Тема и стиль резьбы: сибирская тематика, северные мотивы, сказочные сюжеты. Современное развитие косторезного промысла.

Тюменские ковры - визитная карточка Сибири. Развитие коврового промысла - ковровщицы Тюмени и других близлежащих населённых пунктов. Тюменский ковёр на картине В.Сурикова «Взятие снежного городка».

Искусство гобелена. Вторая жизнь тюменских ковров. Виды тюменских гобеленов: гладкотканые и объёмные с выпуском длинных нитей. Мотивы узора, композиций в творчестве современных художников: Г.Губина, Н.Гордеевой и других. Радостное мировосприятие, духовная ценность. Природа, культура народов в творчестве мастеров современного искусства гобелена.

Урало-сибирская роспись. История возникновения. Духовно-нравственная ценность- Содружество уральских и тюменских мастеров. Своеобразие письма масляной краской.

Колокол - голос Родины. Образ колокола и счастья. Первые литейные мастерские по отливу колоколов: церковных, дорожных, бытовых. Заслуга семьи Колокольниковых в развитии литейного дела. Литейных дел мастера. Декор тюменских колоколов, символика, своеобразие формы, обереговая функция. Звонарь, звонница, звонари тюменских, тобольских звонниц.

Бубенцы, колокольчики. Значение колокольчиков для ямщицкого промысла. Магический смысл звона бубенчиков, колокольчиков, сигнальное значение в быту. Сравнение тюменского колокольчика с валдайским. Встреча с бубенцами в литературе, поэзии, музыке. Ямщицкие песни. Бубенцы, колокольчики в интерьере современных квартир.

О чём звонят колокола? Образ колокола и всеобъемлющая полнота мира. Колокольный звон - своеобразный эпос народа. Рисунок звона: басовый, альтовый, мелкий зазвонный. Толкование слова «перезвон»: благозвучный, узорчатый, степенный. Легенды и поверья, связанные с образом колокола, бубенцов.

Итоговое занятие (1ч): Чем удивили и очаровали народные мастера.

Понятийно-терминологический комментарий

Целесообразно внести предлагаемые

дефиниции в ваш «краткий педагогический словарь»

Духовность - это высшие переживания. Следуя классической научной методологии, можно выделить четыре формы психической жизнедеятельности, для которых характерны высшие переживания: творчество, любовь, религиозная жизнь и развитие.

Душа - это совокупность психических характеристик личности. Душа «связывает» внутреннее в человеке с внешним.

Дух - ценностно-мировоззренческий пласт души.

Душевный мир - это переживание, влечение. Всё, что происходит «в нас», представляет собой специфическое душевное качество, состояние души.

Духовное - особая сфера действительности, для которой характерны специфические проявления духа - язык, нравственность, идеология, религия, искусство, философия. К духовному относятся также высшие ценности человеческого существования - Свобода, Любовь, Творчество, Вера. Понятие «душа» и «дух» относятся не только к человеку, но и к миру в целом.

Истина - адекватное отражение действительности, воспроизведение её такой, какова она есть вне и независимо от сознания.

Истина характеризует как результат процесса познания, так и методы, с помощью которых осуществляется познавательная деятельность. Истина - внутренне противоречивый процесс, связанный с постоянным преодолением заблуждений. Истина относительна, поскольку мышление отражает объект не полностью, а в известных пределах, условиях, отношениях, которые постоянно изменяются и развиваются. В каждой относительной истине содержится «частичка» абсолютного знания. Путь от относительной истины к абсолютной безграничен.

Совесть (со + весть - совместное знание, ведать, знать) - способность человека осознавать свой долг и ответственность перед другими людьми. «Дело совести есть дело человека, которое он ведёт против себя самого» (И.Кант). Совесть может выражаться в чувстве стыда, раскаяния, сожаления о содеянном. Совесть требует от человека самооценки, самоосуждения с точки зрения интересов, надежд, чаяний окружающих.

Счастье - эмоционально-приподнятое состояние удовлетворённости человека своей жизнью. Счастье каждый человек понимает по-своему. «Стараясь о счастье других, мы находим своё собственное» (Платон). Нельзя быть счастливым ценой несчастья других людей.

Самосознание - «осознание», оценка человеком своего знания, нравственного облика и интересов, идеалов и мотивов поведения; целостная оценка самого себя как чувствующего и мыслящего существа, как деятеля. Общение - это источник и канал информации: при этом в процессе общения (коммуникации) человек приобретает и передаёт не только факты, представления, идеи, но и ценностное отношение, интересы, настроение, чувства.

Эмпатия - «перенесение», «вживание», «вчувствование», «перевоплощение», «идентификация». Э.В.Ильенков пишет о том, что «самая драгоценная способность, которая составляет необходимый момент творчески-человеческого отношения к окружающему миру - это способность видеть предмет глазами другого человека, не превращаясь реально в этого другого», «...постижение эмоциональных состояний человека в форме сопереживания»: способность человека с помощью чувств проникать в мир душевных переживаний другого человека, разделять его переживания.

Гносеология - учение о познании, раздел философии, в котором определяются возможности и границы познания мира (объекта) и выявляются условия достоверности и критерии истинности человеческого знания.

Онтология - учение о бытии или о сущем (от греч. онтос - сущее и логос-учение) в целом, а не в каких-либо его конкретных формах.

Аксиология - наука о ценностях, их природе и происхождении, месте, роли в жизни человека и общества. Ценность - суть тех явлений природы и общества, которые полезны, нужны людям исторически определённого общества в качестве действительности, цели или идеала. Ценностным свойством обладают многие явления, в том числе и красота.

Толерантность (от лат. Tolerantia- терпение) - терпимость к чужим мнениям, верованиям, поведению.

Литература для самостоятельной работы учителя

1. Азаров В.И. Редкие животные Тюменской области и их охрана. - Тюмень:

- Вектор-Бук, 1996.
2. Балашов Э.В. Мир через культуру. - М.: Сов. писатель, 1990.
 3. Балюк Э. А. Родословная от земли. - Тобольск, 1992.
 4. Басин Е.А. Творчество и эмпатия //Вопросы психологии. - 1986. -№ 8.
 5. Беспалова А.Г. И дум высокое стремление. - Свердловск, 1980.
 6. Валов А.А. Тобольская резная кость. - Свердловск, 1987.
 7. Валов А.А., Скрябин Н.И. Художники Тюмени. - Тюмень, 1994.
 8. Валеев Ф.Т. Сибирские татары: культура и быт. - Казань, 1993.
 9. Головнёв А.В. Говоряие культуры: традиции самодийцев и угров.- Екатеринбург, 1995.
 - 10.Ю.Головнёв А.В., Зайцев Г.С., Прибыльский Ю.П. История Ямала. - Тобольск - Яр-Сале, 1994.
 - 11.Заварихин С.П. В древнем центре Сибири. - М.: Искусство, 1987.
 - 12.Зеличенко А.И. Психология духовности. - М., 1998.
 - 13.Зись А.М. Декоративно-прикладное искусство хантов Нижней Оби. -Тюмень, 1995.
 - 14.Иваненко А.С. Окрестности Тюмени. - Свердловск, 1998.
 - 15.Иванов СВ. Орнамент народов Сибири как исторический источник. * М.-Л., 1963.
 - 16.Ильенков Э.В. Об эстетической природе фантазии //Вопросы эстетики. -1964. - № 6.
 - 17.П.Ильин И.А. Путь к очевидности. - М.: Республика, 1993.
 - 18.Кириллов В.В. Тобольск. - М: Искусство, 1984.
 - 19.Кторов В. Государство чувств. - М.: Новая школа, 1996.
 - 20.Кугультинов Д. Трудное поле жизни. - М: Современник, 1983.
 - 21.Лагунов К.Я. Сказки. - Екатеринбург, 1994.
 - 22.Лихачёв Б.Т. Философия воспитания. - М.: Прометей, 1995.
 - 23.Лихачёв Д.С. Природа как духовное хозяйство//Наше наследие, 1991,№1
 - 24.Ломакин С.К. Минувшее тревожит нас. - Тюмень, 1996.
 - 25.Лопатина А., Скребцова М. Мир твоей души. - М., 1997.
 - 26.Никонов Г.И. «Живое серебро» Обь - Иртышья. - Тюмень, 1998.
 - 27.Очерки истории Ишима/Под ред. Т.П,Савченкова, Ю.А.Дворяшина, Н.Н. Проскурякова. - Ишим, 1993.
 - 28.Пашук А.Г. В глухаринном краю. - Свердловск, 1990.
 - 29.Пашук А.Г. Встречи с природой. - Свердловск, 1978.
 - 30.Пиманова Л.А. Земля открытий. - Екатеринбург, 1993.
 - 31.Пришвин М. Времена года. - Можайск, 1993.
 - 32.Пришвин М. Избранная проза. - Воронеж, 1979.
 - 33.Пухначёв Ю. Колокол //Наше наследие. -1991.- № 5.
 - 34.Солоухин В.А. Стихотворения. М.,1982.
 - 35.Солоухин В.А. Письма из русского музея. - М.: Современник, 1986.
 - 36.Сурина Л.Н. Травы целебные. - Свердловск, 1991.
 - 37.Теплова З.И. Мир народной культуры. - Тюмень, 1997.
 - 38.Теплова З.И. Солнце зримое и духовное в художественной культуре. -Тюмень, 1998.
 - 39.Фёдорова Л.М. Научимся видеть очами духовными //Школа духовности. -

Программа
«Спасибо, сердце! Духовность и здоровье»
4 класс

В здоровом теле - здоровый дух
Ювенал

Пояснительная записка

Формулу здоровья римского поэта Ювенала (60-127 г.г.) "уж столько раз твердили миру", что неловко повторять ее вновь: настолько это общеизвестно. И все же она необходима в современной школе с позиций обеих сторон здоровья - здорового тела и здорового духа.

С позиции телесного здоровья необходимость создания этой программы вызвана резким ухудшением здоровья российских школьников. Дети, по сравнению с взрослыми, более чувствительны и ранимы, поэтому стрессы особенно опасны для здоровья ребенка. К тому же, за последние 15 лет учебная нагрузка в школе выросла в полтора раза, усугубив проблемы здоровья детей. По современной статистике, каждый десятый школьник России проходит через самый крайний рубеж: жить или не жить.

С позиции здорового духа, необходимость создания предлагаемой программы обусловлена тремя основными потребностями современной России. Во-первых, потребностью утверждения здорового образа жизни. В сознании россиян недостаточно развита личная ответственность за свое здоровье, слаба забота о нем в повседневной жизни. Между тем, здоровье является высшей ценностью человеческой жизни. Такое суждение высказывал еще Аристотель. Л.Н. Толстой в "Войне и мире" утверждал, что у человека есть лишь две абсолютные ценности: чистая совесть и здоровье. Многие люди не умеют жить в мире со своим телом и духом, а потому неосознанно "воюют" со своим здоровьем. Они начинают усиленно заботиться о здоровье, когда заболеют, а когда здоровы, растрачивают дар здоровья по мелочам. Мы больше надеемся на внешнюю помощь - врачей, лекарств, санаториев и пр., не сознавая, что главный источник здоровья находится внутри нас: это наш здоровый дух, способный разумно и бережно управлять нашей жизнью. Научно доказано, что здоровье человека более чем наполовину зависит от ценностного отношения к нему.

Во-вторых, современная Россия нуждается в новом типе образования, основанном на духовно-нравственной культуре личности, которую многие русские философы называли культурой сердца. Кризис культуры России 20 века, по мысли И.А. Ильина, вызван тем, что она "захотела быть культурой свободы, и была права в этом; но она не сумела стать культурой сердца и культурой предметности, - и это запутало ее в противоречии... Россия выйдет из этого кризиса, в котором она

находится, и возродится к новому творчеству и новому расцвету - через сочетание и примирение трех основ, трех законов духа: свободы, любви и предметности. Вся современная культура сорвалась на том, что не сумела сочетать эти основы и блюсти эти законы. Данная программа связывает в культуре сердца три закона духа - свободу, любовь и предметность. Сердце предметно, материально - мы всегда ощущаем его биение, замечаем боль, знаем место в пространстве (теле). Сердце свободно, что издавна закреплено в народной пословице "сердцу не прикажешь". Сердце живет любовью, оно является общепризнанным символом любви. В нашей программе культура сердца основана на искренности, чистой совести, милосердии, любви к жизни, благодарности. Благодарность понимается нами двояко: с одной стороны, это благодарность телу, поскольку сердце - вечный труженик. Мы живем, пока бьется сердце. Принимая на себя все наши беды, не получая энергии любви и добра, в отрыве от природы сердце быстро изнашивается. Статистика свидетельствует, что в экономически благополучных, промышленно развитых странах более 50% людей умирают от болезней сердца и кровеносных сосудов. С другой стороны, это благодарность духовности (сердечности), о чем говорит любимая песня многих поколений россиян: "Спасибо, сердце, что ты умеешь так любить!" Любовь к жизни во всех ее проявлениях - к себе, людям, природе, родине, миру проходит через все темы этого курса. Она дает человеку и обществу мощный заряд здоровья, помогает решить многие личностные, социальные, экологические проблемы. Желательно, чтобы изучение больших по объему, ключевых тем курса включало уроки благодарности в нетрадиционной форме (праздники, величания, именины, клуб интересных встреч, у нас в гостях и т.п.)

В-третьих, в современных условиях натиска западных ценностей необходимо выяснить их соотношение с общечеловеческими, российскими, региональными и этнокультурными ценностями. Ценности фиксируют то, что сложилось в жизни. В основе российской духовности лежит коллективизм, а западной - индивидуализм. Западный человек решает свои проблемы, исходя из личной инициативы и выгоды, расчетливости, конкуренции, а россиянин привык жить по принципу "как у людей", "все так делают", исходя из уравнилельных коллективистских идеалов. Делая выбор ценностей, нелишне помнить, что западные ценности имеют низкий статус в незападном мире. К такому выводу пришел, например, в 1993г. американец С. Хантингтон, проводя анализ ста сравнительных исследований ценностей в различных странах мира. В ходе учебных занятий по данной программе педагогу и школьнику предстоит сделать личный выбор ценностей, но в любом случае российские духовные ценности не должны быть забыты.

Данная программа исходит из важности формирования в духовно-нравственной культуре школьника чувства сопричастности своей родине, землякам, месту жительства. Социальная поддержка оказывает огромное положительное влияние на наше здоровье. Не зря в народе говорят: одному жить - сердце холодит, а на людях и смерть красна. Поэтому овладение региональными культурными ценностями, воспитание уважения к ним являются важными резервами здоровья человека и общества.

Цель предлагаемой программы - развитие духовности и укрепление здоровья учащихся. Ее задачи:

1. Развитие в личности учащихся таких духовных и нравственных ценностей, как благодарность, милосердие, усердие, доброта, жизнерадостность, искренность, дружелюбие, взаимопомощь, мужество, честность, доверие людям, уверенность в себе;

2. Воспитание здорового образа жизни, личной ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих людей, неприятие любых форм саморазрушающего поведения (курения, наркомании, раннего секса и т.д.);

3. Развитие здравомыслия, способности к самодисциплине, самоконтролю, самообладанию, саморазвитию;

4. Патриотическое воспитание учащихся в процессе формирования у них чувств любви и заботы об окружающих людях и родной природе;

5. Развитие эмоциональной сферы личности школьников, их воображения, сердечности, эмоциональной отзывчивости и устойчивости.

Первая особенность предлагаемой программы состоит в том, что духовность рассматривается нами в светском понимании, наименее исследованном в современной отечественной науке.

Вторая особенность этой программы - ориентация не только на передачу этических и валеологических знаний от взрослых к детям, но главным образом, на переживание учащимися ценностей духовности и здоровья путем обретения собственного духовного опыта.

Третья особенность нашей программы выражается в предоставлении педагогам и школьникам возможности выбора учебного материала на основе различных "Азбук природы Тюменской области" - ветра, дождя, снега, рек, болот, растений, животных, объединенных важнейшей проблемой духовно-нравственной культуры личности: "Образ Родины - образ души". Работа с этими азбуками позволяет полнее реализовать принцип вариативности образования.

Четвертая особенность - опора на образы духовности и здоровья. Это вызывается тем, что понятия духовности абстрактны. Поэтому надо "перевести" их на язык младшего школьника - чувства и образность, раскрыть незримые категории духовно-нравственной культуры в наглядных и понятных ребенку образах. Отсюда в нашей программе большая роль отводится сказкам, рисункам, различным ассоциациям, метафорам, мифологическим образам. Через игру и сказку учителю легче всего ввести детей в духовные ценности окружающего мира. Самая большая опасность в реализации этой программы состоит в скатывании к морализированию. Учитывая возраст ребенка, содержание духовно-нравственной культуры должно быть доступным ему, но не упрощенным, деятельным, а не назидательным.

Пятая особенность программы - опора на положительные эмоции: удивление и радость. Американский социолог Дж. Лофланд выделил три типа преобладающих эмоций, объединяющих людей и направляющих их коллективное поведение: страх, враждебность и радость⁴. В этом курсе необходимо уйти от "серости" и штампа, поскольку духовность несовместима с жесткой нормированностью и шаблоном. Чем больше на занятиях будет радости, смеха, улыбки, игры, самостоятельности суждений, тем ближе мы окажемся к поставленной цели развития духовности и укрепления здоровья.

Основные идеи программы состоят в следующем:

- воспитание есть передача духовных и нравственных ценностей;

-ценность здоровья должна пронизывать всю образовательную деятельность;

-формирование ценностных ориентации школьников происходит путем выбора ценностей, исходя из основополагающей идеи Августина (4 век): "В главном - единство, в спорном - свобода, во всем - любовь".

Содержательные линии курса:

1. Ценности духовности и здорового образа жизни. Сердце заботится обо мне и мире, я благодарен ему и забочусь о нем. Роль здоровья в моей духовной жизни. Роль духовности в моем здоровье. Моя повседневная забота о здоровье души и тела. Личная ответственность за состояние своего здоровья. Знание того, что укрепляет и разрушает мое здоровье. Моя забота о здоровье окружающих людей. Умение управлять своими чувствами, эмоциями, характером, поступками. Самообладание, самоуважение, уверенность в себе, коллективизм.

2. Ценность времени, уважение и бережное отношение к времени. Умение управлять своим временем, правильно использовать свое учебное и свободное время.

3. Ценность Родины. Радостное и плодотворное общение с окружающими людьми и природой. Личная и социальная ответственность за природу и судьбу своего края.

4. Мужские и женские духовные ценности. Внешний облик, особенности труда и душевного склада мальчика и девочки, мужчины и женщины. Умение вести себя и нравиться друг другу.

В результате реализации этой программы учащиеся должны знать, что здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов, осознавать взаимосвязь своего здоровья и образа жизни. Итогом осуществления предлагаемой программы должны стать умение ребенка не падать духом, заботиться о своем здоровье, чувствовать духовное родство со своими земляками и окружающей природой, испытывать радость от общения с ними, проявлять благодарность и заботу о них.

Программа рассчитана на 34 ч, учебных занятий, включая экскурсии на природу, спартакиады, юморины, конкурсы Айболитов, фестивали здоровья и другие оздоровительные мероприятия.

Примерные названия тем уроков обозначены жирным шрифтом.

Курсивом выделены эпиграфы, пословицы и поговорки, взятые из сборника В.В. Князева "Русь" и других произведений наших земляков.

Учебно-тематический план

4 класс (34 часа)

1	Путешествие в страну Здоровья.	7
2	Заботы моего сердца.	4
3	Семь чудес доброго сердца.	7
4	Общественное (социальное) здоровье.	2
5	Ключи к тайнам здоровья и сердца.	3

6	Сердце к сердцу тянется. Дружба.	2
7	Добры молодцы и красны девицы.	1
8	Источники моих физических и духовных сил.	5
9	Опасности вредных привычек.	2
10	Контрольный урок. Праздник благодарности моему	1
	Итого;	34

Содержание программы

Тема 1. Путешествие в страну Здоровья

Здоровье - всему голова

Что такое здоровый дух? Признаки здорового духа: бодрость, жизнерадостность, творчество, саморазвитие, чистая совесть, искренность, коллективизм, общительность, уверенность в себе, сила воли, умение преодолевать трудности.

Что, Иванушка, не весел?

Что головушку повесил?...

Аль, мои милый, не здоров?

П. П. Ершов. Конек-Горбунок

Личная и общественная ценность здоровья. Немудрен привет, а сердца покоряет: смысл приветствия "Здравствуйте!". Об одном и том же на разных языках: пожелания здоровья и благополучия в культуре народов Тюменской области. Хантыйские приветствия в стихотворении Р. Ругина "Усят". Здравницы моего сердца.

Понятие здоровья. Здоровье - состояние полного телесного, душевного и социального благополучия человека. Три кита моего здоровья - закаленное тело, чистая совесть, общественная поддержка. Взаимосвязь телесного, душевного и социального здоровья в здоровом образе жизни людей.

Работа с понятием благополучие по сказке П.П. Ершова "Конек-Горбунок".

Ищи добра на стороне,

А дом люби по старине.

Душевное здоровье героев сказки. Добрые нравы сибирской деревни, трудолюбие, честность, взаимопомощь. Сила добрых народных традиций. Сравнение способов обретения благополучия героями сказки. Заразительность дурного примера: куда привела Данилу и Гаврилу кривая дорожка обмана.

Наше дерево добрых дел.

Дерево смотри в плодах,

а человека в делах.

Плоды духовности: как нам их вырастить. Кто и как лечит тело, душу, общество. Сам себе доктор: рецепты здорового духа. Оздоровительные советы на каждый день. *Доброму человеку что день, то праздник.* Праздник всегда с тобой - дари радость себе и людям.

Черная жемчужина России. Дары Тюменского края.

Надо ль раковин цветистых?

Надо ль рыбок золотистых?

Надо ль крупных жемчугов?

Всё достать для вас готов!

П.П. Ершов. Конек-Горбунок

Путешествие по географической карте Тюменской области. Жили-были три сестрицы - снежная королева Тундра, царица Тайга и прекрасная царевна Поляна: природные зоны Тюменской области, их дары людям.

"Область со страну величиной" - образ нашего края на географической карте и в художественной литературе. Сходство очертаний карты Тюменской области с сердцем человека. "Область - великан" (Б. Галязимов). " Черная жемчужина России " (В. Нечволода). "Мой Ямал на ракету похож" (Л. Лапцуй).

За здоровьем, к морю Карскому. Наш "Край Земли": Ямал. "Вы на карту посмотрите, и Ямал на ней найдите, потому что здесь наш дом - мы на Севере живем!" (И. Г. Истомин). Ненецкая сказка о том, как люди научились слушать и понимать Сердце моря. "Про моё с Эдейкой сердце": встреча с книгой ненецкого поэта Л. Лапцуя "Эдейка". Морские были и чудеса в книгах М.М. Пришвина "Путь колобка" и В.П. Евладова "По тундрам Ямала к острову Белому". Работа с ненецкой сказкой "Побежденный кит".

Рассказы о таежниках и Тюменской тайге. "Край мой дивный, край любимый": знакомство со стихотворением манси Ювана Шесталова "Северная Азия".

Карта страны Здоровья.

Волшебный компас. В путь зовет сердце моря. Море - колыбель жизни. Символика образа моря в духовно-нравственной культуре.

Море даст, что возьмешь.

На воде ноги жидки: особые требования моря к здоровью и духовности человека. *Море не разгородишь:* отражение в образе моря цельности, свободы, неисчерпаемости, глубины, силы духа.

Острова духовности. Как до них добраться? На острове воспоминаний.

Крепкое сибирское здоровье, его истоки, примеры из родословных, истории, литературы, жизни. Работа с воспоминаниями из книги Н.А. Абрамова "Торос Тюмень". Современные проблемы здоровья, причины ухудшения здоровья моих земляков, пути нашего оздоровления. Остров Семейный. Семья - колыбель духовности и здоровья. Остров сокровищ. Остров приключений. Остров счастья. Остров Везения. Гора Знаний, мой путь к ее вершинам. Маяк Милосердия. Залив Благодарности. Гавань Взаимопомощи. Причал Здравомыслия. Как узнать их в тумане?

Приметы сердечной благодарности: признательность за оказанное внимание, ответное добро, справедливость в отношениях к людям.

Чем отплачу я добрым
людям

За чистоту и доброту?
Боюсь суда, а вдруг осудят,
Коль сыщут в сердце
пустоту?

А. Т. Сбродов

Умение выразить благодарность. Письмо, поздравительная открытка, телефонный звонок, цветы и другие весточки благодарности. Отличие благодарности от уродливых подделок под нее - взяточничества и подбострастия. Благодарность и

подобострастие в сказке П.П. Ершова "Конек-Горбунок". Черная неблагодарность. Моя благодарность окружающим людям.

Взаимопомощь - защита от бед. Особая арифметика сердца: *горе на двоих - полгоря, радость на двоих - две радости*. Важность поддержки и взаимовыручки в трудных условиях. Наши добрые спутники - доброжелательность и сочувствие окружающим людям. Взаимопомощь в сказках К.Я. Лагунова "Городок на бугре", "Ромка и Медведь", "Мишель", "Белый Пес, Синий Хвост". Многим ли я помогаю в жизни?

Признаки здравомыслия: способность давать прямой ответ на поставленный вопрос, основательное и правильное суждение о чем-либо. Здравомыслие Лесовика Мудреича (по сказке К.Я. Лагунова "Белый Пёс Синий Хвост"). Надежен ли мой причал? Проверка на прочность моего здравомыслия: "хитрых" вопросов.

Остров Невезения. Маяк Сердитый. Мыс Отчаяния. Залив Наживы. Гавань Одиночества. Порт Робости. Острова-миражи: обман зрения, обман сердца. Причины несчастий жителей острова Невезения: лень, болезненное самолюбие, малодушие и пр.

Попутный ветер в страну Здоровья.

У ветра крыл нет, а та же птица.

Что такое духовность? Аналогия воздуха и духовности, работа с фрагментами сказки К.Я. Лагунова «Белый Пёс Синий Хвост». Как стать здоровым и сильным: подсказка сказки Н.Н. Зинченко "Ветерок-Летунок". Трудлюбивый и заботливый вестер перемен: хантыйская сказка "Ветер-Вот". Ветер разлуки и душевная буря, пути их преодоления. Работа с "Азбукой ветров Тюменской области".

Море начинается с ручейка. У истоков жизни: первые пожелания здоровья и счастья новорожденному малышу нениев, ханты, манси, селькупов, русских, татар и других народов Тюменской области. Выяснение мудрости пожеланий бабки повитухи новорожденному мальчику - "Чтобы рос сынок, как пшеничный колосок" и девочке - "Будь здорова, как вода". Уроки духовности колыбельных песен. Духовный и нравственный смысл имени.

Морское очарование сухопутной Тюмени: по страницам произведений В.П. Крапивина. Герб Тюмени - веселый кораблик: о чем он рассказывает? Мой кораблик мечты. Мои мечты, способы их осуществления. На маленьком плоту: путь к морю вместе с героями сказки К.Я. Лагунова "Мишель".

Путь к морю покажет моя река. Чему научишь, Реченька? Работа с "Азбукой рек Тюменской области".

Свет милосердия. Приметы милосердия: бескорыстная помощь природе и всем нуждающимся, готовность помочь каждому человеку, не разделяя людей на "чужих" и "своих", способность простить кого-нибудь из сострадания, человеколюбия. Милосердие в сказках Г.И. Слинкиной "Как Мышата и Лягушата внучатами стали", "Поссам-Лучик" А.М. и других произведениях тюменских авторов. Милосердные люди в жизни.

Милосердное отношение к пожилым и больным людям. Трагедия инвалидности. Помощь инвалидам, забота о них. Судьбы инвалидов: воля и любовь к жизни побеждают недуг. И.Г. Истомин "Встань-травка" (отрывок из романа

"Живун"). Милосердие к сиротам и беспризорным детям. Помним: милосердие к тем, кого уже нет с нами.

плиты,

Как автографы, скромные

*И лесные цветы, как друзья.
Здесь угасли мирские обиды,
Милосердье живо бытия.*

А. Тарханов. Лесное кладбище

Наш долг перед ушедшими из жизни. Проявления духовности в поминальных обрядах народов Тюменской области. Милосердное отношение к животным.

*Милосердно охраняй все, что в мире дивно, -
И гусей, и собак, и иную живность.*

Ю. Шесталов

Дружба людей и животных. Животные - наши целители. Анималотерапия: лечение и оздоровление с помощью животных.

Милосердие в моей жизни.

Земля кормилица и луг духовный.

*Цветы кругом знакомые цветут,
Родной земле не уставая*

кланяться.

*Частицу сердца я оставил тут –
И сердце к ней неудержимо*

тянется.

Р. Ругин

Пресветлый хлеб и рыцари пашины - хлебоборобы в сказе И.М. Ермакова "И был на селе праздник". Когда цветет духовный луг: условия расцвета моей души и духовности общества. Цветы моей души: нежность, чуткость, скромность, отзывчивость, бескорыстие, любовь к родному краю.

За здоровьем, на Юг Тюменской области. Духовно здоровые и нездоровые люди в сказке-были И.М. Ермакова "Голубая стрекозка".

В гостях у царевны Природы - работа с "Азбукой дождей" и "Зеленой азбукой Тюменской области".

Где вы, мои золотые острова детства? Открытия продолжаются: обязательно есть неизвестные, неоткрытые острова! Почему мы любим загадки, открытия, приключения.

Тема 2. Заботы моего сердца.

*День и ночь стучит оно,
Словно бы заведено.
Будет плохо, если вдруг
Прекратится этот стук.*

Сердце - двигатель тела. Роль сердца в моем физическом и душевном здоровье. Сердце - центр нашей телесной и духовной жизни. Сердце - мой советчик. Сердце вещун, пророк, предсказатель. Сердце - обитель любви и ненависти.

О чем тревожится и болит мое сердце.

Не забудь: хоть весна торжествует,

*где-то и холод, и голод, и мгла.
Кто-то ликует, а кто-то горюет.
Как же иначе? Земля-то кругла!*

Ю. Шесталов

Проблемы духовности человека и общества в художественном творчестве моих земляков. Чужого горя не бывает: краткий обзор горячих точек планеты по сообщениям средств массовой информации.

Сердце на ладони.

Сердце да руки - в людях поруки

Ладошка Здоровья. Наши руки не для скуки. Сердечность и бессердечность. Портреты сердечных людей. Работа с фрагментами из повести И.М. Ермакова "О чем шептал олененок".

Каким бывает сердце. Золотое сердце. Каменное сердце. Зоркое сердце. Жар сердца. Образ сердца в культуре народов Тюменской области. "У манси сердце - птица", "Сердце - пылающая рябина" (Ю.Шесталов). "Сердце - рыбка в груди" (ханты Р. Ругин). Сердце - конь (татары). Сердце - колокол, набат сердца (русские люди). Серебряные колокольчики детского сердца. Чем вызваны такие сравнения? Сказка о добром сердце из книги Ю. Афанасьева "Сказки дедушки Ай-По".

"Болейте" на здоровье! Мир моих увлечений.

*Скучен день до вечера,
Коли делать нечего.*

Презентация своих любимых занятий, выставка поделок. Наука отдыхать: ярмарка идей о том, как надо с пользой для здоровья души и тела проводить свое свободное время. Шоу "Мяу": парад любимых домашних животных.

Тема 3. Семь чудес доброго сердца.

Чудо доброты.

*Час в добре побудеешь,
Все горе забудеешь.*

Что такое чудо. Люди и чудо: сказка тюменского крестьянина Л.Л. Заякина "Старик и Дрож". Чудеса в моей жизни.

Жизнь дана на добрые дела. Признаки доброты: стремление делать добро, чуткость, мягкость, заботливость, отзывчивость. Хантыйская легенда о березе и добром сердце. Премьера сказки "За водой пойдешь" (Ишим). "Ягодка Брусничка" и другие сказки из книги Г.И. Слинкиной "Как Мышата и Лягушата внучатами стали". Мое восхождение к доброте.

Чудо искренности.

Проявления искренности - чистое сердце, правдивость, прямотушие, открытость человека. Премьера сказки "Саночки для вас". Несовместимость искренности с лицемерием, изворотливостью, лукавством, лестью.

Лестью и душу вынимают.

Лестью и душу вынимают: Черные дела лести. Сказка Маши Белоглазо-вой "Пётунько".

Мое отношение к искренним и неискренним людям. "Это наш заклятый враг" - Оборотень в сказке КЛ. Лагунова "Белый Пёс Синий Хвост". Оборотни в

жизни: обманщики, притворщики, ханжи, проныры. Пути преодоления их коварной и злобной силы.

Чудо радости.

Веселого нрава не купишь.

Веселое настроение - первый признак здоровья. Добрый смех - не грех; со смехом-то и беда в полбеда живет. Юмор народных сказок. Веселые страницы сказки П.П. Ершова "Конек -Горбунок", сказов И.М. Ермакова и других произведений литературы Тюменской области. Премьера сказки «Полыганье». Народные байки. Анекдоты. Смеховая культура народных и семейных праздников. Скоморохи. Ряженые. Святки. Масленица. День Смеха. У наших ворот всегда хоровод: юморина, конкурсы Мистер Смех и Мисс Улыбка.

Чудо мужества.

Тот герой, кто за правду горой.

Мужество - стойкость в беде, храбрость, отвага, доблесть, решительность. Духовно крепкие люди, их умение собрать свои силы, преодолеть страх и неуверенность в себе. Высшее проявление мужества - героизм. Мансийская сказка "Таня-богатырь". Самовоспитание мужества и героизма. "Герой" по приказу: премьера сказки "Петух - генерал" (Ишим). Герой по зову сердца: мужество моего ровесника в сказе И.М. Ермакова "Стоит среди лесов деревенька". Взаимосвязь мужества и самообладания. Слабость духа: робость, трусость, отчаяние. Опасность злобного бессилия. Исцеление слабого духа терпением и добрыми делами.

Чудо воли и свободы

Своя воля, своя и доля.

Сила воли. Воля самое правдивое зеркало человека. Отражение в воле настойчивости, смелости, характера, ума человека. Выбор жизненного пути. Великая тайна свободы. В королевстве кривых зеркал: упрямство, строптивость, заносчивость, своеволие. *С пушком, с душком и нос на вздёржке.* Сказка о заносчивой и упрямой Мышке из книги "Огонь-камень. Сказки народов Тюменского Севера". Могу ли я делать все, что хочу? В королевстве тусклых зеркал: бесцветная унылая жизнь, безволие, вялость, слабохарактерность в жизни и сказке К.Я. Лагунова "Ромка и его друзья" (главы "Спиешьпей", "Сладкий плен", "Бунт"). Как сделать жизнь яркой и интересной: подсказки сказки К.Я. Лагунова "Белый Пёс Синий Хвост". Волевой человек - мой ровесник в сказке В.П. Крапивина "Тополиная рубашка". Моя сила воли.

Чудо любви.

Где любовь да совет, там и горя нет.

Любовь к жизни - источник духовности и здоровья. Великая сила любящего сердца. "Душою мир, любя" - знакомство с книгой стихов нашего земляка П.Р. Черкашина "Память детства". *Себялюб никому не люб.* Преображающий свет любви в жизни и сказке Н.Н. Зннченко "Агафьюшка".

Чудо счастья и уверенности в себе.

Счастье в нас, а не вокруг нас.

Обретение физических и духовных сил. Работа с былинной- сказкой Л.Л. Заякина "Исцеление Ильи-Муромца".

Честь и достоинство былинных богатырей. Былина - сказка Л.Л. Заякина "Никита Добрынич". Премьера сказки «Умник» (Ишим).

*Свой ум - царь в голове. Я - хозяин своего сердца, творец всех его чудес.
Хозяин добр, и дом хорош. Как стать добрым хозяином своей жизни.*

Тема 4. Общественное (социальное) здоровье.

*Это Родина, это Отечество,
Это все, что было и есть
У меня и у человечества:
Жизнь, радость, честь.*

А. И. Зобнин

Влияние общественной поддержки на мою жизнь и здоровье. Человек и общество в рассказе Н. И. Наумова "Яшник". О том, как важно верить своей земле и людям. Общительность, умение жить и работать в коллективе.

Сказка - зеркало общественного здоровья. Общественные болезни в сказке К.Я. Лагунова "Городок на бугре", былине-сказке Л.Л. Заякина "Илья Муромец". Если бы я был начальником: строим город (школу) своей мечты.

Тема 5. Ключи к тайнам здоровья и сердца.

Сердце без тайности - пустая грамота.

Ключи природы. Здоровый - значит сильный, крепкий, сделанный из хорошего берева. Деревья здоровья. Наши добрые целители - береза, сосна, кедр, рябина; конкурсы рисунков, стихов, песен о них. Зеленая аптека. Береза - символ России. Березовый хоровод: по страницам произведений писателей и поэтов Тюменской области. Сладка ягода в лес поманит. Моя благодарность и забота о тюменском лесе.

Ключи мифа, былины, сказки. Мифологические образы здоровья. Целители манси в образе стрекозы (Сехрин-ойка) и медведя (Ятиус-ойка). Ненецкий талисман здоровья с Моржового мыса. Хозяйка Чума ненцев. Дарительницы здоровья в славянской мифологии: Заря-Заряница, Красная Девица и бабушка Дрема, их лучшие на свете лекарства - утренняя бодрость и сладкий сон.

Золотой ключик от моего дома.

*Он столько раз выручал меня,
мой ключик от родного дома.
В, П. Крапивин. Дети синего*

фламинго

Обретение силы рода. Мои родные - люди, творящие для меня обыкновенное чудо. Дома и стены помогают. Худо тому, кто не умеет жить в доме. Сказка "Старый дом" В.П. Крапивина. Сочиняем сказку сами: сказки о вещах моего дома. Рассказы о семейных реликвиях. Благодарные слова: Величальная Дому. Дом моей мечты: рисунки и сочинения школьников.

Тема 6. Сердце к сердцу тянется: дружба.

*- Что на свете светлее всего?
- Сердце. Сердце друга.*

Ю. Шесталов

Духовное родство друзей. Дерево живет корнями, а человек друзьями. Без друга на сердце вьюга. Когда рядом друг, боль слабеет. Сердечный

друг. Дружба - это помощь. *По товарищу и слава.* Неписанный "кодекс" дружбы: взаимопонимание, доверие, взаимопомощь, бескорыстие. Тема дружбы в сказке П.П. Ершова "Конек-Горбунок". Хантыйские сказки о дружбе в книге Г.И. Слинкиной "Как мышата и лягушата внучатами стали" - "Как кукла Акань друзей искала", "Отчего карась плоский" и др.

Тема 7. Добры молодцы и красны девицы.

Богат сынами, славен дочерями

Образы красавицы и доброго молодца в культуре народов Тюменской области. Сказка "Как Морковка замуж выходила" (Ишим). Мужественность: сила, выносливость, самостоятельность, упорство в достижении цели, активность, решительность, твердость. Женственность: сострадание, терпение, заботливость, мягкость, интуиция. Проявление мужественности и женственности в обычаях и традициях моего народа, края. Работа сказкой А.М. Коньковой "Аринэ и Санки Оленьи Рожки".

Это нужно всем; вера, надежда, любовь, трудолюбие и другие общечеловеческие духовные ценности.

Тема 8. Источники моих физических и духовных сил.

У нас на Руси силу за пазухой носи.

Усердие. За дело - всем сердцем. Сам себе помощник. Дисциплина и упорство в достижении цели, прилежание, добросовестное исполнение поручения.

Гигиена души и тела. "Свет мой, зеркальце, скажи": забота о теле, зрении, коже, осанке, походке, причёске, костюме. Соответствие одежды и обуви погодным условиям и виду деятельности. Соблюдение гигиенических требований у себя дома и за его порогом.

Утро каждое неповторимо.

День сегодняшний — лучший из

дней

А. Тарханов

Умение ценить и беречь время. Режим дня на страже моего здоровья. Жизнь без паники. Азбука работоспособности. О том, как надо проводить день и вечер. Сон - лучшее лекарство. "По квартире бродят сны": работа со сказкой К.Я. Лагунова "Белый Пёс Синий Хвост", глава "Тёмной ночью". Я - художник своего сна. Условия доброй ночи и приятного сна. *Какова постель, таков и сон.*

Беседа о том, почему *"утро вечера мудренее"*. Утро - значит "время запрягать": важность преодоления вялости и сонливости, радостная встреча нового дня. Заряд бодрости на весь день, утренняя гимнастика, воздушные и водные процедуры, завтрак. *Трудись, не ленись. Терпение и труд все перетрут.* Куда приводит лень - работа со сказками Г.И. Слинкиной "Налим и карась". "Запрет", "Отец обувается, а сын уже в пути" из книги "Как мышата и лягушата внучатами стали".

Поющее сердце. "Легко на сердце от песни веселой". Музыкальный мир сказки П.П. Ершова "Конек-Горбунок". Сказка А.М. Коньковой "Слепой музыкант". Работа с "Музыкальной азбукой Тюменской области". Мои любимые мелодии Я хочу подарить тебе песню.

Как надо слушать музыку. Береги тишину. "Очарованные тишиной" (по сказке К.Я. Лагунова "Белый Пёс Синий Хвост").

Звукотерапия. Целительные голоса родной природы - песни ветра, шепот листвы, журчание ручья и др.

*Пой мне,
жаворонок, пой!
Песней душу успокой.*
Ю. Вэлла

Слушаем голоса природы. Птичьи трели. Стихотворение ханты Р. Ругина "Мелодии леса". Присказка о дожде в сказке К.Я. Лагунова "Белый Пёс Синий Хвост". Музыканты дождя в сказке В.П. Крапивина "Возвращение клипера "Кречет". Работа с "Азбукой дождей Тюменской области".

Духовная пища

Беседное слово честно.

Духовная жажда, духовный голод. Добрая встреча, беседа, добрые мысли, добрые слова, доброе дело, книги, театр и другая здоровая духовная пища. Здоровая любознательность.

Отношение человека к книге. Любовь к книгам наших земляков. Всегда ли начитанность рождает духовность? Подсказки сказки П.П. Ершова "Конек-Горбунок", сказки "Звери в церкви" (Ишим) и других произведений литературы Тюменского края. Моя благодарность книге. "Сердце слушать стихи научи" (Ю. Шесталов): конкурсы чтецов "Золотой голос" и благодарных слушателей "Золотое сердце".

"Дух благодарностью питаю" - слова из оды ученика 4 класса тобольского народного училища Ивана Трунина первому сибирскому журналу "Иртышу, превращающемуся в Иппокрену" (1789 г.). Благодарное отношение к родной природе. Работа с учебными пособиями "Величальная сибирскому снегу", "Чудо ушастое. Азбука зайцев", "Золотая рыбка. Азбука рыб Тюменской области", "Кладовая солнца. Азбука болот Тюменской области".

"Лучики умного сердца" - праздник благодарности моим землякам. Встреча с хорошими людьми, ветеранами войны и труда, писателями, художниками, поэтами. Конкурсы песен, сказок, пословиц, поговорок, загадок о здоровье и сердце.

Интегрированный урок "Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья": экскурсия на природу, фестиваль здоровья, игры и другие оздоровительные мероприятия на свежем воздухе. Закаляйся, если хочешь быть здоров. Физкультура и спорт в моей жизни. Помощь природы в борьбе с утомлением.

Тема 9. Опасности вредных привычек.

- Горе, горе, где живешь?
- В кабаке, за бочкой.

Враги здоровья. "Леший в доме" - трудности в семье, где есть человек, страдающий наркоманией, алкоголизмом. Описание наркотического действия мухоморов и цены "веселья" наркоманов: быстрое старение и разрушение организма, озлобленность, страхи в сказке М.К. Анисимовой "Жили-были сосновые братья" (по мотивам сказов народов Обского Севера). В 21 век без

пьянства и наркотиков. Рассказ "Алкаш Гек" из книги П.В. Лобача "В урманном краю" (Тюмень, 1995). "Осторожно - опасность": как избежать или выйти из ситуаций, угрожающих нашему здоровью.

Не хочу быть плохим. Маскарад вредных привычек. Самоконтроль и самооценка: *глаза - мера, душа - вера, совесть - порука.*

Совесть без зубов, а грызет. Муки совести, их влияние на жизнь и здоровье человека. Мансийская сказка "Сынок с Оленье Ушко" из книги "Сказки бабушки Аннэ" А.М. Коньковой.

Зависть. *Чужим здоровьем болен:* завистливый человек сам себя губит.

Самые непослушные чувства - обидчивость, жадность, недоверчивость, вспыльчивость. О том, как избавиться от них. Премьера сказки "Почему гусь шипит". Уроки сказок книги Г.И. Слинкиной "Как мышата и лягушата внучатами стали". Кому вредит хвастун: сказка в стихах М.А. Сыровой "Мишка-хвастунишка" (Тюмень, 1954).

Тема 10. Праздник благодарности моему Сердцу.

*Ты человек - и оттого
Ты должен думать шире
О мире сердца своего –
И о всеобщем мире.*

Ю. Шесталов

Подведение итогов изучения курса "Спасибо, сердце! Духовность и здоровье". О том, чему научилось мое сердце за этот учебный год, какие плоды духовности выросли на моем Дереве Добрых Дел.

Весь мир во мне живет - и в мире я живу: жизнь в согласии со своим сердцем, природой, обществом. *"Это Родины милой душа"*: работа со стихотворением ханты Р. Ругина "Родина". Образ родной природы образ моей души. *"Край родной мой, просторы тюменские"* (Н. Денисов) - выставка рисунков любимых уголков Родины. Сердечность моих земляков в жизни и в сказках: гостеприимство, взаимопомощь, дружелюбие, сочувствие, сострадание, отзывчивость. Инсценировки и викторины любимых сказок о любящем, беспокойном, заботливом сердце. Судьба и регион едины. Прослушивание и обсуждение песни из к/ф "Гардемарины, вперед!". Благодарность отзывчивому, любящему, заботливому сердцу.

Понятийно-терминологический комментарий

Бескорыстность - положительная черта характера, состоящая в отсутствии стремления к наживе, личной выгоде. - Психолого-педагогический словарь для учителей и руководителей общеобразовательных учреждений. Автор-сост. В.А. Мижериков. Ростов-на-Дону, 1998

Бесстрашие - качество личности, которое связано с умением подавить свой инстинкт самосохранения, преодолеть объективно возникающий у всех людей в подобной обстановке страх. [Конюхов Н.И. Словарь-справочник по психологии. М, 1996]

Бесхарактерность - образное понятие, применяемое в психологии для подчеркивания аморфности личности, отсутствия целостности и стабильности в

поступках, деятельности, подверженности внешним влияниям других людей. [Конюхов Н.И. Словарь-справочник по психологии. М, 1996]

Благодарность - чувство признательности к человеку (группе, организации) за оказание благодеяния, внимания, услуги и т.д., выражающееся в готовности ответить взаимным действием. Благодарность является одним из неотъемлемых нравственных устоев общества. В современном понимании благодарность - важнейшее проявление принципа справедливости во взаимоотношениях людей. Следует отличать благодарность от подбострастия, взяточничества и других аморальных форм устройства личных и общественных дел.

- Психолого-педагогический словарь для учителей и руководителей общеобразовательных учреждений. Автор-сост. В.А. Мижериков.

Бодрствование - поведенческое проявление активации нервной системы, ее функционального состояния в условиях реализации индивидом той или иной деятельности. В цикле сон - бодрствование различают следующие уровни бодрствования: крайний уровень напряжения; активное бодрствование, спокойное бодрствование; дремота, которая со снижением уровня бодрствования переходит в сон. [Краткий психологический словарь. Сост. ЛЛ. Карпенко. М., 1985]

Боль - психическое состояние, возникающее в результате сверхсильных или разрушительных воздействий на организм при угрозе его существованию или целостности. Боль - величайшее приобретение эволюции животного мира.

Исключительно велико клиническое значение боли как симптома нарушения нормального течения физиологических процессов, поскольку ряд патологических процессов человеческого организма дает себя знать в болевых ощущениях еще до появления внешних симптомов заболевания. С точки зрения эмоционального переживания болевое ощущение имеет гнетущий характер, подчас характер страдания, служит стимулом для разнообразных оборонительных реакций, направленных на устранение внешних или внутренних раздражителей, обусловивших появление этого ощущения, болевое ощущение в известной мере поддается влиянию со стороны высших психических процессов, зависящих от таких личностных особенностей, как направленность, убеждения, ценностные ориентации, мужество, малодушие и др. - Краткий психологический словарь. Сост. Л.А. Карпенко. М., 1985

Боязнь - форма проявления страха, инстинкта самосохранения, выражающаяся в нерешительном поведении, борьбе мотивов. - Конюхов Н.И. Словарь-справочник по психологии. М., 1996.

Депрессия (в психологии), от латинского "подавление", - аффективное состояние, характеризующееся отрицательным эмоциональным фоном, изменением мотивационной сферы, когнитивных (связанных с познанием) представлений и общей пассивностью поведения. Субъективно человек в состоянии депрессии испытывает прежде всего тяжелые, мучительные эмоции и переживания - подавленность, тоску, отчаяние. Влечения, мотивы, волевая активность резко снижены. Характерными являются мысли о собственной ответственности за разнообразные неприятные, тяжелые события, происшедшие в жизни человека или его близких. Чувство вины за события прошлого и ощущения беспомощности перед лицом жизненных трудностей сочетаются с чувством бесперспективности. Самооценка резко снижена. Измененным оказывается восприятие времени, которое

течет мучительно долго. Для поведения в состоянии депрессии характерны замедленность, безынициативность, быстрая утомляемость; все это приводит к резкому падению продуктивности. - Краткий психологический словарь. Сост. Л.А. Карпенко. М, 1985.

Добродетя - действия человека, способствующие благополучию других людей и общества, совершенные под влиянием нравственного мотива, т. е. бескорыстного стремления помочь другим в достижении какого-либо блага. Способность творить добро предполагает развитие у человека альтруистических качеств, проявляющихся в его стремлении сознательно подавлять собственный эгоизм, в бескорыстном служении людям, готовности пожертвовать своими интересами в пользу интересов других людей. Это требует развития волевых качеств, самоуправления и самоограничения.

Доброжелательность - отношение к человеку, ориентированное на содействие его благу, на совершение добра. Проявляется в благорасположении, симпатии, сочувствии, благодеянии. С нравственной точки зрения доброжелательность является долгом человека. Она соотносится с идеями равенства всех людей и правом каждого человека на уважение. Доброжелательность - это не только признание в другом человеке его морального достоинства, но практическая деятельность, выражающая миролюбие, дружелюбность, готовность к плодотворному сотрудничеству.

Добросердие, добросердечие, добросердечность - добродушие, мягкость нрава, склонность по доброй воле ко благу, добру. "Толковый словарь живого великорусского языка" В.И. Даля.

Доброта - морально-ценностная характеристика человека, выражающая его способность и стремление делать людям добро. Включает отзывчивость, внимание к людям, щедрость, готовность поступиться своими интересами ради других, способность к самоограничению, бескорыстие. Противостоит злобности. В обыденном сознании доброта понимается как мягкость человека, предупредительность, заботливость, способность к сочувствию. Подлинная доброта - забота не только о материальном благополучии другого человека, но и о его моральном совершенстве, достоинстве.

Доверие - отношение к действиям другого лица и к нему самому (соучастнику в общем деле, партнеру по договору, руководителю, другу), которое основывается на убежденности в его правоте, верности, добросовестности, честности, искренности. Противоположные доверию взаимное недоверие, подозрительность приводят к принижению достоинства личности. Необоснованное недоверие к человеку есть выражение социальной ограниченности и нравственной незрелости - Гусейнов А.А., Кон И.С. Словарь поэтики. М, 1989.

Доверие в воспитании - отношение воспитателя к детям, основанное на глубоком уважении и искреннем убеждении, что каждый из воспитанников обладает широкими возможностями умственного и нравственного развития. Воспитатель, выражая уверенность в наличии положительных черт у своих воспитанников, тем самым вызывает у них стремление оправдать оказываемое доверие, повышает чувство собственного достоинства, стимулирует стремление к самовоспитанию. - Психолого-педагогический словарь для учителей и руководителей общеобразовательных учреждений. Автор-сост. В.А. Мижериков

Дружба - вид устойчивых, индивидуально избирательных межличностных отношений, характеризующийся взаимной привязанностью их участников, усилением процессов аффилиации. Взаимными ожиданиями ответных чувств и предпочтительности. Развитие дружбы предполагает следование ее написанному "кодексу", утверждающему необходимость взаимопонимания, откровенность и открытость друг другу, доверительность, активную взаимопомощь, взаимный интерес к делам и переживаниям другого, искренность и бескорыстие чувств. Серьезные нарушения "кодекса" дружбы ведут либо к ее прекращению, либо к поверхностным приятельским отношениям, либо даже к превращению дружбы в свою противоположность - вражду. Дружба зависит от общности или, интересов, идеалов, намерений, в ней с необходимостью проявляется ценностно-ориентационное единство. Функции дружбы, закономерности ее развития существенно меняются на разных этапах жизненного цикла и обладают спецификой по полу. Наибольшей интенсивности дружба достигает в периоды юности и ранней взрослости, когда отмечается исключительная значимость отношений с друзьями, большая частота встреч и большой объем совместно проводимого времени. При этом отношения между друзьями характеризуются глубоким эмоциональным контактом. Дружба - один из важнейших факторов формирования личности и поддержания стабильности Я - концепции, - Краткий психологический словарь. Сост. Л.А. Карпенко. М., 1985.

Духовность - 1) высший уровень развития и саморегуляции зрелой личности, когда основными ориентирами ее жизнедеятельности становятся не преходящие человеческие ценности; 2) ориентированность личности на действия во благо окружающих, поиск ею нравственных абсолютов; 3) с христианской точки зрения - сопряженность человека в своих высших стремлениях с Богом. - Каджаспирова Г.М., Каджаспиров А.Ю. Педагогический словарь. М, 2000. с.40.

Заражение (в социальной психологии) - процесс передачи эмоционального состояния от одного человека к другому на психофизиологическом уровне контакта помимо собственно смыслового воздействия или дополнительно к нему, может перерасти в массовую панику. - Краткий психологический словарь. Сост. Л.А. Карпенко.

Здоровье - состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких-либо болезненных изменений. Согласно определению, принятому Всемирной организацией здравоохранения, здоровье представляет собой не только биологическую, но и социальную категорию, т.е. здоровье - состояние телесного, душевного и социального благополучия. - Психолого-педагогический словарь. Автор-сост. В.А. Межериков.

Здоровый образ жизни - утверждение в сознании и поведении человека идеала и норм здоровой гармонической и счастливой жизни: осознание опасности наркотического, токсического, алкогольно-никотинового отравления организма и психики, развития нравственно-эстетического отвращения и противодействия пьянству, курению, наркотикам; систематические занятия физическими упражнениями, играми, спортом, соблюдение норм личной гигиены, выполнение нравственных и медицинских предписаний в половой жизни. - Психолого-педагогический словарь. Автор-сост. В.А. Межериков.

Здравствовать - быть здоровым; поживать изрядно, хорошо. "Толковый словарь живого великорусского языка" В.И. Даля.

Здравомыслие - прямое, толковое суждение, правильное понятие, основательное заключение и сама способность к тому. "Толковый словарь живого великорусского языка" В.И. Даля.

Искренность - моральное качество, характеризующее личность и ее поступки; выражается в том, что человек делает и говорит то, в правильность чего он верит, действует ради тех соображений, в которых он готов признаться самому себе и др.

Любовь - 1) чувство глубокой привязанности к кому-либо или чему-либо. Устремленность на другую личность, человеческую общность или идею. - Наумчик В.Н., Савченко Е.А. Этика педагога. Минск, 1999. С.205; 2) высшее чувство, проявляющееся в глубокой эмоциональной привязанности к другому лицу или персонализированному объекту. Как отношения между людьми любовь характеризуется высшей эмоционально-духовной напряженностью и основана на открытии максимальной ценности конкретного человека. Она не скована даже нравственными оценками и этим отличается от дружбы. Любовь как интимное и глубокое чувство может быть устремлено на другую личность, человеческую общность или идею. Однако сущность любви наиболее полно проявляется в отношениях между людьми: самая яркая ее форма - индивидуальная половая любовь. Абсолютное принятие конкретного человека ведет к тому, что практикуемые правила поведения и оценки утрачивают здесь свою непререкаемость, становятся относительными, подчиненными конкретной человеческой связи. Любовь - одна из форм преодоления отчуждения человека от человека, и поэтому может быть признана вершиной нравственного отношения к человеку. - Психолого-педагогический словарь. Автор-сост. В.А. Межериков.

Милосердие - сострадательная и деятельная любовь, выражающаяся в готовности помочь каждому нуждающемуся и распространяющаяся на всех людей и на все живое. В понятии милосердия соединяются два аспекта: духовно-эмоциональный (переживание чужой боли как своей) и конкретно-практический (порыв к реальной помощи: без первого милосердие вырождается в формальную филантропию, без второго - в словесную сентиментальность. О милосердии можно говорить лишь тогда, когда преодолены барьеры между "своим" и "чужим". Милосердный человек не делит людей на "своих" и "чужих". Он оказывает реальную, конкретную помощь всем нуждающимся людям. Сегодня это понятие возвращается к нам после длительного периода забвения. - Гусейнов А.А., Кон И.С. Словарь по этике.

Мужество - личностное качество, выражающееся в способности действовать решительно и целесообразно в сложной опасной обстановке, контролировать импульсивные порывы, преодолевать возможное чувство страха и неуверенности, в умении мобилизовать все свои силы на достижении цели. Высшее проявление мужества - героизм. Краткий психологический словарь. Сост. Л.А. Карпенко. М., 1985.

Оптимизм - (от латинского наилучший) - воззрение на общий ход исторических изменений, согласно которому всегда существует возможность приблизить действительность к идеалу добра; убеждение в торжестве добра над

злом, справедливости - над несправедливостью; вера в возможность безграничного социального развития и морального совершенствования. Вера в лучшее будущее способствует укреплению здоровья и разворачиванию деятельных, творческих способностей личности, помогает формировать у нее положительные нравственные качества. - Гусейнов А.А., Кон И.С. Словарь по этике.

Литература в помощь педагогу

1. Разумовский Е.А. Как стать сильным и выносливым. - М., 1984.
2. Педагогика здоровья.-М., 1990.
3. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология. Генезис.Тенденции развития.-СП., 1995.
4. ШибковаД.З. Наука быть здоровым. - Челябинск, 1997