



**Система  
практикоориентированных  
мер по повышению  
эффективности  
деятельности классного  
руководителя**

Практическое пособие  
для классных руководителей

**СОСТАВИТЕЛИ:**

Антощук Ю.М. , библиотекарь, ГБОУ  
Школа №2083

Воронина С.Н., учитель начальных  
классов, ГБОУ Школа №2083

Козлова С.А., учитель начальных  
классов, ГБОУ Школа №2083

Лепехина А. С., социальный педагог,  
ГБОУ Школа №2083

Сальникова О.А., учитель английского  
языка, ГБОУ Школа №2083

Москва 2020

Система практикоориентированных мер по повышению эффективности деятельности классного руководителя. Практическое пособие для классных руководителей / Составители: Ю.М Антощук, С.Н. Воронина, С.А. Козлова, А.С. Лепехина, О.А. Сальникова.

Московская система образования мобильно реагирует на новые требования общества и государства к школе, поэтому назрела необходимость пересмотра функционала и формирования новой роли классного руководителя в школе – роли руководителя класса как навигатора возможностей школы и города, интегратора педагогического влияния на ученика, мотиватора и медиатора, наставника и воспитателя обучающихся класса, надежного помощника семьи, полноценного члена управленческой команды школы.

Работа классного руководителя - целенаправленная, системная, планируемая деятельность, строится на основе программы воспитания всего образовательного учреждения, анализа предыдущей деятельности, позитивных и негативных тенденций общественной жизни, на основе личностноориентированного подхода, с учетом актуальных задач, стоящих перед педагогическим коллективом, и ситуации в коллективе группы, этнических, межконфессиональных отношений. Классное руководство складывается из работы по организации жизнедеятельности учащихся, наполненной постоянным решением проблем жизни человека и личных проблем воспитанников.

В настоящем пособии представлена система практических мер для повышения эффективности воспитательной работы классного руководителя московской школы как результат осмысления, переработки и обобщения материалов курса «Психолог детского коллектива».

## Содержание

1. «Я и педагогический коллектив».
2. «Я и Родители». Пути взаимодействия и сотрудничества.
3. «Я и Среда». Комфортная и безопасная образовательная среда.
4. «Я и Класс». Основные принципы воспитания в классном коллективе.
5. «Я и Я». Как не выгореть на работе.

## **"Я и педагогический коллектив школы"**

Школа - единый механизм, открытая система, целостность которой составляют многие элементы. Вы как классный руководитель - часть педагогического коллектива школы, субъект целой системы, основа взаимодействия всех её составляющих. И от того, насколько грамотно Вы построите сотрудничество участников образовательного процесса, будет зависеть успешность обучения и воспитания обучающихся. Цель Вашей работы – обеспечить условия развития каждой личности учащегося и класса в целом. И сделать это надо мастерски, творчески, продуктивно.

В данном блоке представлены практические способы, маршрутные карты эффективного взаимодействия классного руководителя с директором школы, администрацией, учителями-предметниками, педагогами дополнительного образования, социально-психологической службой, другими работниками школы.

Бенедикт Спиноза писал: «Для человека нет ничего полезнее человека, <...> Человек человеку Бог». Эти слова помогают понять важность человеческого общения, понимания наставничества как стратегической инициативы. Классному руководителю важно стремиться стать наставником и частью команды, уметь эффективно использовать опыт коллег и выработать свой методический почерк.

### **Совет № 1**

*Перед тем как взять на себя дополнительную нагрузку классного руководителя, ответьте себе на следующие вопросы, которые рекомендует психолог Евгений Ланге на своих страницах образовательного портала «Мел»:*

- *Могу ли я и хочу нести ответственность за жизнь и здоровье ребёнка?*
- *Могу ли я и хочу по-настоящему интересоваться проблемами ребёнка, его увлечениями и интересами и не относиться к ним снисходительно?*
- *Могу ли я и хочу контролировать свои эмоции и всегда относиться непредвзято и рассудительно к любым проявлениям детей?*
- *Могу ли я и хочу защищать свои личные и профессиональные границы от детей, родителей, коллег?*
- *Могу ли я и хочу по-настоящему увлечь детей, быть для них интересным?*
- *Могу ли я и хочу организовывать для детей внеучебное пространство: игры, экскурсии, походы, поездки?*
- *Могу ли я и хочу всегда при любых обстоятельствах быть справедливым к каждому ребёнку по отдельности и ко всему классу в целом?*

*Конечно же, это далеко не все вопросы, но достаточно Вам ответить хотя бы на один вопрос «нет», и, скорее всего, Вас ждёт профессиональное выгорание. Не зря вопросы «Могу?» и «Хочу?» идут в паре. Если Вас спросят, можете ли Вы вкрутить лампочку или приготовить обед на 15 персон, прочитать «Моби Дика» или «Тихий Дон», Вы, скорее всего, ответите: «Могу». Но хотите ли Вы этого по-настоящему? Может, и да,*

но будете ли Вы это делать с удовольствием? Так и работа с детьми. Для одного она — истинное удовольствие и даже почти не работа, а для другого — сизифов труд.

Для того чтобы понять, действительно ли Вы чего-то хотите, Вам поможет другой вопрос: «Зачем? Зачем (или для чего?) мне это нужно?» Если Вы отвечаете на него так, что Вам понятна выгода (и речь совсем не о деньгах) каждого Вашего «хочу», только тогда смело берите классное руководство, и Вы не пожалеете ни на минуту.

В современной московской школе классный руководитель - личный представитель директора в общении с московским сообществом. Директор делегирует, доверяет Вам полномочия по оптимизации, контролю и коррекции образовательного процесса во вверенном классе на основе использования предоставляемых администрацией ресурсов.

### **Совет № 2**

*Смело идите к директору за информацией, но сначала на сайте школы изучите правовую основу образовательного процесса, уточните моменты, которые остались непонятными. Не бойтесь задавать вопросы!*

**«Никогда не бойся задавать даже самые простые вопросы. Вопросы — это самый эффективный метод просветлённого знания.»**



Робин Шарма

### **Совет № 3**

*В сотрудничестве с заместителями директора, особенно с ответственным за воспитательную работу (а именно он может стать наставником) составьте стратегическое планирование развития классного коллектива на основе общешкольного плана.*

Владение стратегическим планированием и системным мышлением очень важное основание и условие успеха в работе классного руководителя. Любой работник образования с большим или маленьким стажем имеет свое профессиональное мышление, свою концепцию того, что у него за работа. С кем он работает? Кто он в этой работе? Как он должен успешно работать? Есть очень много свойств профессионального мышления, центральным и является системность мышления. Это свойство не только важное, но и дефицитное. Это значимо, так как можно работать много, уставать, но не уметь выделять главное, не видеть связки в своих действиях, не получить

целостную систему, а это может стать источником переживаний и отрицательных эмоций.

#### **Совет № 4**

*При составлении своего стратегического планирования учтите не только школьные традиции, образовательную программу, программу воспитания и социализации, передовые технологии, но и отразите творческую часть своей педагогической миссии, которую сами сможете сформировать.*

Школа – большой коллектив, в нем бывают и проблемные ситуации.

#### **Совет № 5**

*Своевременно информируйте администрацию образовательной организации и педагогов о проблемах, разрешение которых требует их участия; привлекайте заместителей руководителя, любых специалистов образовательной организации для решения конфликтных ситуаций, улучшения динамики образовательных результатов обучающихся вверенного класса.*

#### **Совет № 6**

*Незамедлительно доводите до сведения обучающихся и их родителей (законных представителей) информацию, полученную от заместителей руководителя образовательной организации о предстоящих изменениях в содержании, формах и условиях осуществления образовательного процесса во вверенном классе.*

Педагоги-предметники разъяснят требования школьной программы и способы её реализации. Вы - проводник в процессе усвоения знаний, умений и навыков. Это новый характер отношений, сфокусированный на совместных исследованиях, открытиях и применениях новых знаний.

#### **Совет № 7**

*Скоординируйте работу педагогов, иных специалистов образовательной организации с обучающимися вверенного класса, созывайте и проводите заседания совета педагогов, работающих в классе (малого педагогического совета). Особое значение в общении с учителями-предметниками уделяйте консультации по работе с одаренными и слабоуспевающими детьми.*

Педагоги допобразования раскроют возможности творческой реализации учащихся, подскажут пути развития гармоничной личности.

#### **Совет № 8**

*Для достижения результата осуществляйте анализ, планирование, организацию и регулирование деятельности коллектива педагогов, работающих в Вашем классе.*

*Информируйте педагогов общего и дополнительного образования, иных специалистов образовательной организации об индивидуальных особенностях развития и семейного воспитания обучающихся, избранных ими образовательных траекториях.*

Социальный педагог и психолог научат поддерживать учащихся в любых жизненных ситуациях, станут частью кругов сообщества класса, малых педагогических советов, поддержат при необходимости и Вас самого.

"Научиться можно лишь тому,  
что любишь, и чем глубже и полнее  
должны быть знания,  
тем сильнее, могучее и живее должна  
быть любовь". И. В. Гете

Мотивированный классный руководитель, имея цель стать профессионалом, инновационно-мыслящим педагогом, станет неотъемлемой частью педагогического и ученического коллективов, наполнит жизнь своих учеников и свою собственную смыслом, красками, цветом.

### ***Совет № 9***

*Успех – история бесконечная, но это не бег по кругу. Создайте историю Вашего движения!*

## «Я и Родители».

### Чек-лист «Как провести родительское собрание в форме Круга сообщества»

- **Круг сообщества** - процедура, направленная на организацию конструктивного диалога с целью совместного поиска решения ситуации и обсуждения важной для коллектива цели.
- Родительское собрание в форме круга сообщества рекомендуется проводить **в начале учебного года** (особенно для родителей 1, 5 классов), либо при возникновении конфликтной ситуации, требующей участия всех родителей класса.
- Для использования круга общения необходимо соблюдать некоторые **правила**:
  1. Должен быть **ведущий** (Вы - классный руководитель или психолог). Вы задаете темы для обсуждения; смотрите, чтобы все участники Круга соблюдали правила; активно участвуете в работе Круга; во время разговора участников не вмешиваетесь и не комментируете.
  2. Должен быть **«Символ слова»**, в виде небольшой игрушки (желательно мягкой или с контрастной поверхностью).
  3. В помещении достаточно просторном для комфортного размещения всех участников стулья расставляются кругом таким образом, чтобы родители **видели друг друга**.
  4. Начиная Круг, Вы говорите о формате родительского собрания, о **правилах**, которые будут действовать во время Круга: уважать символ слова; говорить от всего сердца; говорить с уважением; слушать с уважением; оставаться в Круге до его завершения; соблюдать конфиденциальность; Символ слова передается только в одну сторону; говорит только тот, у кого символ слова.
  5. Ответы участников Круга **фиксируйте** на ватманах, зеленым цветом запишите заголовок (вопрос), синим – ответы. Для этой работы можно привлечь волонтера Круга (коллегу или психолога).
  6. **Первый круг** - эмоциональный настрой. Вы, держа в руках Символ слова озвучивает с какой целью был собран Круг и первый даете ответ, показывая пример родителям, как отвечать. Далее передаете Символ слова рядом сидящему и просите его высказаться и так по кругу. Когда Символ слова снова приходит к вам в руки, т.е. она совершила полный круг Вы - ведущий подводите итоги услышанному. Это будет окончание 1 круга.
  7. Таких кругов может быть несколько. Но начинаем мы всегда с эмоционального настроения, а заканчиваем выработкой общего решения.
- **Пример вопросов для первого родительского собрания в форме Круга**:
  - 1) Назовите одну из ваших жизненных ценностей и как вы передаете ее своему ребенку.
  - 2) В каком классе я бы хотел, чтоб учился мой ребенок?
  - 3) Что я для этого, как родитель, готов сделать?

## **Методическая разработка родительского собрания «Безопасность наших детей в наших руках»**

*Родительское собрание рекомендовано для проведения в начальной школе. Для проведения полного сценария классному руководителю потребуется помощь коллег (организация работы групп), либо можно провести цикл встреч, посвященный теме безопасности.*

«В семье закладываются корни,  
из которых вырастают потом  
и ветви, и цветы, и плоды.  
На моральном здоровье семье строится  
педагогическая мудрость школы».  
В. Сухомлинский.

### **Цель:**

Повышение педагогической культуры родителей, пополнение их арсенала знаний по нравственному воспитанию и профилактике негативных проявлений в семье.

### **Задачи:**

1. Обсудить с родителями проблемы нравственности и негативных проявлений у младших школьников.
2. Провести практическую работу по решению педагогических ситуаций.
3. Организовать обмен мнениями по воспитанию нравственных качеств.

### **Вступительное слово.**

Здравствуйте уважаемые родители! Эпиграфом к сегодняшней нашей встрече станет высказывание великого русского педагога В. Сухомлинского: «В семье закладываются корни, из которых вырастают потом и ветви, и цветы, и плоды. На моральном здоровье семье строится педагогическая мудрость школы». Семья – это первый коллектив в жизни ребенка. И для того, чтобы были благополучными дети, должны быть благополучными родители, недаром говорят: «Ребенок учится тому, что видит у себя в доме».

Подрастают наши дети.... Из маленьких беспомощных детишек они превращаются в подростков. Растут дети, и более серьезными становятся проблемы, с которыми мы сталкиваемся сегодня. Как уберечь своего ребенка от проступков, правонарушений? Как уберечь ребенка от всевозможных соблазнов и опасностей современного мира.

Эти и многие другие вопросы беспокоят современных родителей. Возможно, мы не найдем сегодня уникального рецепта, но попробуем вместе разобраться в этой проблеме.

### **Работа в группах.**

- 1 группа «Пойманные одной сетью».
- 2 группа «Мой безопасный путь домой».
- 3 группа «Семейные ценности – залог успешного воспитания».
- 4 группа «Здоровому всё здорово».
- 5 группа «Моё здоровье в моих руках».

### **Подведение итогов работы в группах. Обмен мнениями.**

## Заключение.

В процессе формирования личности семья играет главную роль. И каким будет ребенок, во многом зависит от взаимоотношений в семье. Помните, что всегда есть выход из любой ситуации. Очень важно всегда помнить о том, что только любовь, внимание, понимание могут стать надежной опорой в отношениях между вами и вашим ребенком. Только в тесном контакте школы и семьи можно добиться желаемых результатов. И я желаю всем вам терпения, взаимоуважения, взаимопонимания.

### **1 группа «Пойманные одной сетью»**

Цель работы группы:

*профилактика рисков, связанных с интернет–зависимостью младшего школьника; формирование чувства ответственности за использование несовершеннолетними интернет ресурсов в неограниченном количестве.*

**Учитель:** Мы живем в эпоху бурного развития информационных технологий. И они являются неотъемлемой частью нашей жизни. Мы не можем себе представить работу, учебу, досуг без интернета, компьютера, других гаджетов. Давайте попробуем разобраться- так ли они полезны и безопасны, как на первый взгляд кажется? Добро это или зло? К сожалению, человек так устроен, что зачастую склонен видеть лишь «удобную для него правду». В настоящее время отечественные и зарубежные врачи, психологи все чаще говорят о таких явлениях, как компьютерная зависимость (аддикция) и компьютеро-ориентированные дети. Это способ убежать от реальности. Социальные контакты в интернете представляют большую опасность, чем телевидение, так как предполагают общение с другими людьми, внутренний мир которых скрыт за рамками экрана. Интернет захватывает человека целиком, не оставляя ему ни времени, ни сил на другие дела.

<http://mosmetod.ru/urok-bezopasnosti-v-seti-internet.html> (ролик 2013)

Давайте рассмотрим основные формы деятельности за компьютером, которые приводят к зависимости это:

- Зависимость от игр за компьютером (гейм-аддикция)
- Зависимость от сетевых действий (интернет-аддикция).
- Навязчивый веб-серфинг – бесконечные путешествия по Всемирной паутине, поиск информации.
- Пристрастие к виртуальному общению и виртуальным знакомствам – большие объемы переписки, постоянное участие в чатах, веб-форумах, избыточность знакомых и друзей в Сети.
- Навязчивая финансовая потребность – игра по сети в азартные игры, ненужные покупки в интернет-магазинах (ониомания) или постоянные участия в интернет-аукционах.
- Пристрастие к просмотру фильмов через Интернет.

### **Упражнение «КОНСИЛИУМ»**

А теперь, представьте, что Вы не родители, а психологи, которые собрались

на консилиум. Консилиум посвящен решению проблемы, с которой обратился к вам родитель. Проблема: «Мой ребенок просто не отходит от компьютера, сидит днями и ночами в Интернете. Домашние задания выполняет кое - как. Стал хуже учиться. Все попытки оттащить от компьютера приводят к скандалу, истерике! Я не знаю, что делать!». Вашей задачей является обсудить проблему, выработать свод рекомендаций для родителей.

Для работы в группе отводится 7 минут.

### **Бланк к упражнению «Консилиум»**

#### **Протокол**

Дата \_\_\_\_\_

Обратившийся: родитель

#### **Проблема:**

«Мой ребенок просто не отходит от компьютера, сидит днями и ночами в Интернете. Домашние задания выполняет кое - как. Стал хуже учиться. Все попытки оттащить от компьютера приводят к скандалу, истерике! Я не знаю, что делать!»

Рекомендации:

---

---

---

Родителям можно предложить такую форму работы, как викторина

- 1. Ученик 3-го класса Вася Паутинкин зашел на незнакомый ему сайт. Вдруг на экране компьютера появились непонятные Васе сообщения. Что Васе предпринять?**

- ✓ Закрывать сайт
- ✓ Обратиться к родителям за помощью
- ✓ Самому устранить неисправность

*Всегда спрашивай родителей о незнакомых вещах в Интернете. Они расскажут, что безопасно делать, а что нет.*

- 2. Вася Паутинкин, бывая в Интернете, часто сталкивается с неприятной информацией, которая “лезет со всех сторон”, она мешает ему работать в Интернете. Как Васе избавиться от ненужной информации, чтобы пользоваться только интересными ему страничками.**

- ✓ Установить антивирусную программу
- ✓ Установить на свой браузер фильтр
- ✓ Установить новый браузер

*Чтобы не сталкиваться с неприятной и агрессивной информацией в Интернете, установи на свой браузер фильтр, или попроси сделать это взрослых — тогда можешь смело пользоваться интересными тебе страничками в Интернете.*

- 3. Вася Паутинкин на уроке информатики создал себе электронный ящик. Теперь он может обмениваться сообщениями со своими друзьями.**

**Сегодня на адрес его электронной почты пришло сообщение: файл с игрой от неизвестного пользователя. Как поступить Васе?**

- ✓ Скачать файл, и начать играть.
- ✓ Не открывать файл.
- ✓ Отправить файл своим друзьям.

*Не скачивай и не открывай неизвестные тебе или присланные незнакомцами файлы из Интернета. Убедись, что на твоём компьютере установлен брандмауэр и антивирусное программное обеспечение. Научись их правильно использовать.*

*Помни о том, что эти программы должны своевременно обновляться.*

**4. На уроке окружающего мира Васе задали найти изображения динозавров. Он захотел скачать картинку в Интернете, нажал кнопку “скачать”, на экране появилось сообщение отправить SMS на указанный номер в Интернете. Как поступить Васе?**

- ✓ Отправить SMS на указанный номер в Интернете.
- ✓ Проверить этот номер в Интернете.
- ✓ Не скачивать больше картинки.

*Если хочешь скачать картинку или мелодию, но тебя просят отправить смс — не спеши! Сначала проверь этот номер в интернете — безопасно ли отправлять на него смс и не обманут ли тебя. Сделать это можно на специальном сайте.*

**5. Вася Паутинкин познакомился в Интернете с Иваном Неизвестным. Иван не учится с Васей в одной школе, и вообще Вася его ни разу не видел. Однажды Иван пригласил Васю, встретится с ним в парке. Что делать Васе?**

- ✓ Пойти на встречу.
- ✓ Пойти на встречу вместе с мамой или папой.
- ✓ Не ходить на встречу.

*Не встречайся без родителей с людьми из Интернета вживую. В Интернете многие люди рассказывают о себе неправду.*

**6. Новый друг Васи Паутинкина, с которым Вася познакомился вчера в Интернете, Иван Неизвестный попросил Васю срочно сообщить ему такую информацию: номер телефона, домашний адрес, кем работают родители Васи. Вася должен:**

- ✓ Сообщить Ивану нужные сведения.
- ✓ Не сообщать в Интернете, а сообщить при встрече.
- ✓ Посоветоваться с родителями.

*Никогда не рассказывай о себе незнакомым людям: где ты живешь, учишься, свой номер телефона. Это должны знать только твои друзья и семья!*

**7. Вася решил опубликовать в Интернете свою фотографию и фотографии своих одноклассников. Можно ли ему это сделать?**

- ✓ Нет, нельзя.
- ✓ Можно, с согласия одноклассников.
- ✓ Можно, согласие одноклассников не обязательно.

**8. Васе купили компьютер. Вася теперь целый день проводит за компьютером. Через несколько дней у него стали слезиться глаза, появились боли в руках. Что делать Васе?**

- ✓ Продолжать проводить время за компьютером.
- ✓ Соблюдать правила работы на компьютере.
- ✓ Больше никогда не работать на компьютере.

*Соблюдать правила работы на компьютере:*

*Расстояние от глаз до экрана компьютера должно быть не менее 50 см.*

*Одновременно за компьютером должен заниматься один ребенок.*

*Продолжительность одного занятия – не более 60 минут.*

*После 10–15 минут непрерывных занятий за ПК необходимо сделать перерыв для проведения физкультминутки и гимнастики для глаз.*

*Продолжительное сидение за компьютером может привести к перенапряжению нервной системы, нарушению сна, ухудшению самочувствия, утомлению глаз.*

**9. У Васи Паутинкина много друзей в Интернете, он каждый день добавляет новых друзей в свой контакт-лист в ICQ. Вдруг Васе стали приходить сообщения с неприятным, грубым содержанием. Что Вася должен сделать?**

- ✓ Оскорбить обидчика.
- ✓ Не отвечать обидчику тем же, а продолжить с ним общение.
- ✓ Сообщить взрослым об этом.

**10. У Васи Паутинкина возникли вопросы при работе в онлайн-среде. Родители Васи уехали в командировку, бабушка Васи не может ему помочь. К кому Вася может обратиться?**

- ✓ Ему следует подождать приезда родителей.
- ✓ Он может обратиться на линию помощи “Дети Онлайн”.
- ✓ Он может спросить у одноклассников.

*Если у тебя возникли вопросы или проблемы при работе в онлайн-среде, обязательно расскажи об этом кому-нибудь, кому ты доверяешь. Твои родители или другие взрослые могут помочь или дать хороший совет о том, что тебе делать. Любую проблему можно решить! Ты можешь обратиться на линию помощи “Дети онлайн” по телефону: 8-800-25-000-15 (по России звонок бесплатный) или по e-mail: [helpline@detionline.com](mailto:helpline@detionline.com). Специалисты посоветуют тебе, как поступить.*

**11. Иван Неизвестный попросил Васю Паутинкина порекомендовать ему детские поисковые системы. Вася поторопился и в письме допустил ошибки: указал лишние системы. Какие из них являются детскими поисковыми системами?**

- ✓ [www.yandex.ru](http://www.yandex.ru), [www.rambler.ru](http://www.rambler.ru)
- ✓ [www.kids.quintura.ru](http://www.kids.quintura.ru), [www.agakids.ru](http://www.agakids.ru)
- ✓ [www.google.ru](http://www.google.ru), Апорт

*[www.kids.quintura.ru](http://www.kids.quintura.ru), [www.agakids.ru](http://www.agakids.ru) поисковые системы, в которых будет интересно и занимательно детям.*

**12. Иван Неизвестный посоветовал Васе Паутинкину для просмотра веб-страниц детский браузер. Как вы думаете какой?**

- ✓ Гогуль.
- ✓ Opera.
- ✓ Google Chrome.

*Гогуль – детский браузер для просмотра веб-страниц. Его можно скачать на сайте [gogol.tv](http://gogol.tv).*

**13. Вася Паутинкин на уроке информатики научился заходить в Интернет. С помощью чего он может попасть в Интернет?**

- ✓ Гиперссылки.
- ✓ Веб-страницы.
- ✓ Браузера.

*Браузер – средство просмотра веб-страниц.*

**14. Вася Паутинкин на уроке информатики услышал новое слово “нетикет”. Что оно обозначает?**

- ✓ Правила этикета.
- ✓ Правила работы на компьютере.
- ✓ Правила сетевого этикета.

*Нетикет (Netiquette) – (англ. Net – сеть, Etiquette – этикет)– нравственные правила поведения в компьютерных сетях.*

*Используй при общении смайлики!*

*:-) улыбающийся*

*:-))) смеющийся*

*:-D радостно смеющийся*

*:-| задумчивый, нейтральный*

*:-( грустный*

*:-/ недовольный или озадаченный*

*: -O удивлённый (рот открыт)*

**15. Иван Неизвестный пожаловался Васе Паутинкину, что на адрес его электронной почты стали часто приходиться письма, многие из которых называются “спам”. Что это за письма?**

- ✓ Обычные письма, их можно открывать и читать.
- ✓ Письма, в которых находится важная информация.
- ✓ Письма, которые нельзя открывать и читать.

**Советы по предотвращению**

**развития компьютерной зависимости у детей**

- Так как первопричиной ухода ребенка из реального мира является неудовлетворенность существующей действительностью, необходимо в первую очередь выяснить, что же побудило ребенка уйти «в компьютер».
- Неправильно критиковать ребенка, проводящего слишком много времени за компьютером.
- Если вы видите у ребенка признаки компьютерной зависимости, не обостряйте ситуацию, отведите его к психотерапевту.

- Можно попытаться вникнуть в суть игры, разделив интересы ребенка, это сблизит ребенка с родителями, увеличит степень доверия к ним.
- Рекомендуется ограничивать доступ детей к играм и фильмам, основанным на насилии.
- Пребывание ребенка за компьютером необходимо ограничивать. Недопустимо, чтобы дети младшего школьного возраста играли не более получаса
- Компьютер следует устанавливать в таком месте, где вы будете видеть, чем занимается ребенок. Если вы будете периодически заходить в комнату и проверять, это будет выглядеть как тотальный контроль, да и на ваши шаги ребенок скоро научится быстро "захлопывать" запрещенные страницы. А если удастся найти такое место для компьютера, где вы мимоходом, не привлекая к себе внимания, можете увидеть, какая страничка открыта, это будет ненавязчиво, но в то же время эффективно.
- Ребенку все же лучше не покупать отдельный компьютер. Пусть играет на папином. Тогда у вас в любое время будет веская причина сказать "достаточно" — компьютер нужен папе.
- Лишая ребенка желаемого количества времени в интернете, всегда предлагайте альтернативу. Не позволяйте ему маяться от скуки. Его необходимо задействовать в каких-то мероприятиях. Это, в первую очередь, работа по дому, кружки по интересам, спортивные секции.
- Поднимайте самооценку ребенка. Найдите ребенку занятие, в котором он будет успешен и будет выгодно отличаться от товарищей. Его наградные листы, удачные поделки, медали необходимо выставлять на витрине, чтобы гости семьи видели его успехи.
- Поощряйте дружбу ребенка с другими детьми. Приглашайте в гости его друзей и его отпускайте в гости к друзьям.
- Родителям придется ознакомиться с популярными у их детей играми. Дети часто думают, что родители запрещают им играть потому, что не понимают, насколько это увлекательно. В этом случае мнение родителя, который знает игру, будет гораздо весомей, чем мнение родителя, который "не читал, но осуждаю".

### **Профилактика зависимости от компьютерных игр**

На первое место в системе ценностей нужно ставить качество воспитания детей, основанное на личном примере, взаимном уважении и доверии.

Поэтому:

- Важен личный пример родителей. Если вы разрешаете играть ребенку некоторое время в день, то вы и сами не должны просиживать у компьютера больше времени.
- У ребенка должно быть увлечение, хобби, не связанное с компьютером.
- Поддерживайте общение ребенка со сверстниками: их игры на свежем воздухе, общие увлечения (без компьютера).

- Все должно быть спланировано так, чтобы не оставалось свободной минуты. Это совместные дела, уличные игры, праздники, походы в музеи, театры, парки, путешествия, общение с интересными собеседниками и т.д.
- Используйте компьютер как награду, для эффективного воспитания, в качестве поощрения.
- Важно четко контролировать те игры, в которые играет ребенок. Вы должны знать, что это за игра и отслеживать любые отклонения в поведении ребенка после того, как он поиграл в игру. Могут наблюдаться раздражительность, возбужденность, бессонница. Все это указывает на то, что-либо было превышено время игры, либо игра не подходит ребенку.
- Отдавайте предпочтение развивающим играм и сайтам. Обсуждайте с ребенком те игры, в которые ему было бы, по вашему мнению, полезнее играть.
- Установите специальные сетевые фильтры и специализированное программное обеспечение, позволяющее контролировать и лимитировать общение ребенка с компьютером.

## **2 группа «Мой безопасный путь домой».**

**Цель:** организация совместной деятельности родителей и учителей по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма, повышения культуры участников дорожного движения.

**Учитель:** Какие опасности подстерегают ваших детей по дороге в школу, во время прогулок?

*(составление списка опасностей родителями).*

Далее учитель знакомит родителей со списком опасностей, составленных детьми. Сравнивают, анализируют.

### **Список опасностей, составленный детьми**

- движущиеся автомобили;
- стоящие на обочине дороги автомобили, особенно автобусы (они закрывают обзор дороги);
- припаркованные во дворах автомобили (могут неожиданно поехать);
- растения (среди них могут быть ядовитые);
- деревья и кусты вдоль дороги (закрывают обзор дороги);
- люки канализации (могут быть открыты или плохо закрыты)
- животные (могут быть агрессивны или являться переносчиками опасных заболеваний, особенно птицы);
- подворотни и арки (из них могут неожиданно выехать автомашины);
- край тротуара (слишком близко от движущихся автомобилей);
- нерегулируемые перекрестки (опасность в момент перехода);
- крыши домов, на которых в оттепель образуются сосульки (могут упасть на голову);
- открытые окна и балконы домов (из которых могут выпадать тяжелые предметы);

- тротуары, покрытые коркой льда, или глинистая сырая почва (опасность поскользнуться);
- качели во дворе (можно получить травму, если нарушить безопасное расстояние);
- нетрезвые граждане, незнакомцы, склонные к агрессивному поведению (риск нападения);
- уличные грабители (риск ограбления).

#### ***Задания для группы родителей:***

- составить схему пути от дома до школы;
- отметить на этой схеме самые опасные участки;
- описать источники опасности и способы ее избегания;
- выделить красным цветом наиболее опасные участки пути;
- отметить красными восклицательными знаками источники повышенной опасности;
- определить, насколько безопасен обычный путь до школы; можно ли выбрать более безопасную дорогу.

#### **Деловая игра для родителей «Ловушки на дорогах».**

Работа в группах.

Учитель: Сейчас мы проверим, как родители усвоили услышанное и смогут научить ребёнка, как вести себя, чтобы предотвратить несчастные случаи на дорогах. Часто нас поджидают ловушки, при которых необходимо своевременно принять правильное решение.

##### Ловушка № 1.

**КОГДА РЕБЕНОК СПЕШИТ НА АВТОБУС, ОН НЕ ВИДИТ НИЧЕГО ВОКРУГ**

Что нужно объяснить ребёнку в данной ситуации?

Вывод: Научите ребенка быть особенно осторожным в этой ситуации

##### Ловушка № 2.

**РЕБЕНОК ЧАСТО НЕ ПОДОЗРЕВАЕТ, ЧТО ЗА ОДНОЙ МАШИНОЙ МОЖЕТ БЫТЬ СКРЫТА ДРУГАЯ**

Что нужно объяснить ребёнку в данной ситуации?

Вывод: "Машина медленно идет, успею перебежать", - думает ребенок... и попадает под автомобиль. Показывайте своему ребенку подобные ситуации, объясняйте ему на улице, почему медленно приближающаяся машина может скрывать за собой опасность!

##### Ловушка № 3.

**ОСТАНОВКА - МЕСТО, ГДЕ ДЕТИ ЧАЩЕ ВСЕГО ПОПАДАЮТ ПОД МАШИНУ**

Что нужно объяснить ребёнку в данной ситуации?

Вывод: Где опаснее всего переходить улицу: в зоне остановки или на перекрестке? Задайте этот вопрос ребенку. Обычно дети говорят: "На перекрестке опаснее". Это не так. В зоне остановки попадают под машину в три раза больше детей, чем на перекрестке.

##### Ловушка № 4.

## УЧИТЕ ДЕТЕЙ НАБЛЮДАТЬ ЗА ДОРОГОЙ, ВИДЕТЬ И ПРЕДВИДЕТЬ ОПАСНОСТИ

Что нужно объяснить ребёнку в данной ситуации?

Вывод: Дети попадают под машину в типичных дорожных "ловушках". Нельзя переходить дорогу, не убедившись в безопасности. Подожди, когда будет полный обзор.

### Ловушка № 5.

**ОБЫЧНО ДЕТИ, ПРОПУСТИВ МАШИНУ, ТУТ ЖЕ БЕГУТ ЧЕРЕЗ ДОРОГУ. ЭТО ОЧЕНЬ ОПАСНО!**

Что нужно объяснить ребёнку в данной ситуации?

Вывод: Впервые мгновения только что проехавший автомобиль нередко закрывает собой встречную машину. Под нее может попасть ребенок, если он, пропустив первый автомобиль, сразу побежит через дорогу. Показывайте ребенку на дороге, как только что проехавшая машина закрыла собой идущую в противоположном направлении, и объясняйте ему, как он должен вести себя в подобных обстоятельствах.

Затем родители получают еще одно задание, уже индивидуальное: им предлагается наметить для себя, как провести со своим ребенком "работу над ошибками", используя полученные новые знания о способах эффективного обучения.

В заключение желательно, чтобы участники группы ответили на вопросы:

- Что вы сегодня узнали нового о безопасности вашего ребенка?
- Что вы узнали нового о способах обучения безопасному поведению?
- Какие планы на будущее у вас возникли в связи с обсуждаемой темой?

## СОВЕТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Как обезопасить ребенка от дорожно-транспортного происшествия?»

- Помните, за случаем детский травматизм стоит безучастность взрослого к совершаемому детьми правонарушению.
- Дорожное движение начинается не с проезжей части, а с порога дома. Пройдите с ребенком весь путь от дома до школы и ненавязчиво укажите на наиболее опасные участки дороги.
- Обратите внимание ребенка на опасности, возникающие при посадке и высадке ребенка из общественного транспорта.
- Расскажите своему ребенку о том, что он является участником дорожного движения и разъясните правила, которые помогут ему ориентироваться с дорожной ситуации.
- Формируйте устойчивый навык «Переключения на дорогу»: ребенок замедляет движение, останавливается, выдерживает паузу для психологического переключения в связи с переходом в опасную зону.
- Регулярно объясняйте детям, где можно играть.

- Объясните детям, что роликовые коньки и роликовые доски – это тоже виды транспорта и для них существуют особые правила. Покажите, где они могут безопасно кататься.
- Всегда пристегивайтесь ремнями безопасности и объясняйте ребенку, зачем это нужно делать. Если это правило автоматически выполняется вами, то оно будет способствовать формированию у ребенка привычки пристегиваться ремнем безопасности.
- Помните, дети до 12 лет должны сидеть в специальном детском удерживающем устройстве (кресле).
- Учите ребенка правильному выходу из автомобиля через правую дверь, которая находится со стороны тротуара.

### **3 группа «Семейные ценности – залог успешного воспитания»**

**Цель:** формирование у родителей представления о семейных ценностях в современных семьях.

**Учитель:** Уважаемые родители, перекидывая мяч, перечислите, пожалуйста, слова-ассоциации, которые у вас вызывает понятие «*семья*». У кого в руках мяч, тот и озвучивает свои ассоциации. Итак, начали:

*Если бы это был цветок, то какой это цветок...? (здание, мебель, одежда, море, погода, картина, еда, и т.п.)*

Зачем мы делали это упражнение?

После всех выступлений резюме ведущего:

Оказывается, ассоциации являются не только отражением значения понятия, но и выражают определенные эмоциональные состояния, связанные со словом «семья». Причем эти эмоциональные состояния, как правило, имеют положительную окраску.

Есть дом, в котором я живу,  
И для меня он лучший самый,  
В нем и во сне и наяву  
Я слышу добрый голос мамы.  
А вечерами папа мне,  
Когда смолкают птицы в гнездах,  
Расскажет о луне,  
Ракетах, спутниках и звездах,  
Пускай мой дом пребудет вечно,  
Пускай в нем будут хлеб и смех.  
Туда я буду возвращаться бесконечно,  
И только с ним возможен мой успех.

**Семья** — понятие, имеющее особый смысл для каждого из нас. Семья- это самые близкие, дорогие нам люди, любящие нас и заботящиеся о нас. Это они радуются нашим победам и огорчаются из-за неудач. Их внимание и забота помогают нам.

Стремление родителей создать собственный уклад семейной жизни отражает их нравственную позицию и взгляды на жизнь. Оно помогает понять и ту

роль, к которой они готовят своих детей в жизни. Те постоянные усилия, которые затрачивают мать и отец для достижения своих идеалов, закладывают основу нравственного воспитания ребенка. Однако самые лучшие примеры не дадут ожидаемого результата, если ребёнок остается в стороне, не станет активным участником построения так называемой благополучной, счастливой семьи.

Предлагаю вам «построить» домик идеальной семьи из кирпичиков-качеств, которые необходимо взять в наши дома, наши семьи.

*Родители произвольно делятся на группы и создают проекты домов, используя слова-карточки из приложения.*

*Работа в группах, защита получившихся проектов каждой группой.*

### **Подведение итогов**

Чувства, связывающие людей, не могут быть полностью одинаковыми, они многогранны и различаются по интенсивности. Известно ещё, что любовь требует каждодневного подтверждения. На это не у всех хватает душевных сил.

**Даже в самой счастливой семье могут возникать ссоры и конфликты.**

Так было всегда и у всех народов. Марк Твен писал одному юноше, который жаловался, что его родители малопонятливы: «Потерпите. Когда мне было 14 лет, мой отец был так глуп, что я с трудом переносил его. Но когда мне исполнился 21 год, я был изумлен тем, насколько этот старый человек за истекшие 7 лет поумнел».

***На определенных временных этапах дети меняют мнение о родителях, и вот, что они думают:***

1. до 5 лет – полная вера родителям: «родители знают, понимают, разбираются во всем»;
2. 6-11 лет – частичная вера родителям, возникают подозрения, что родители чего-то все-таки не знают;
3. 12-16 лет – нет веры родителям: «родители не знают ничего, не понимают ничего, не разбираются ни в чем»;
4. 17-25 лет – зачатки веры в родителей: «родители многого не знают, но...»;
5. 26-35 лет - восстановление частичной веры в родителей: «родители все-таки что-то знают, что-то понимают и в чем-то разбираются»;
6. 36-45 лет – полная вера в родителей: «родители многое знают, многое понимают, во многом разбираются»;
7. Старше 45 лет – полное признание родителей: «родители знали ответы на все вопросы, были во всем правы»
8. **Ребенок – удивительное существо, признающее свои ошибки, опыт других людей и бесконечно благодарное.**

### **Рефлексия:**

- Что полезного почерпнули Вы для себя сегодня?
- Что было самым неожиданным?

➤ Какие вопросы, пожелания возникли в ходе сегодняшней встречи?

**Приложение (слова для домика):**

Трудолюбие

Уважение

Поддержка

Забота

Любовь

Счастье

Доверие

Общение

Доброта

Смех

Мир

Внимание

Вера

Совесть

Ласка

Честность

Правда

Сопереживание

Порядок

Жадность

Конфликт

Лицемерие

Оскорбление

Крик

**Группа 4 «Здоровому всё здорово!»**

*“Человек рождается здоровым,  
а все его болезни приходят  
к нему через рот с пищей”*

*Гиппократ*

**Цель:** способствовать осознанию родителями ответственности за формирование у ребенка бережного отношения к своему здоровью.

**Учитель:** Утро обязательно должно начинаться со вкусного и здорового завтрака. Врачи уверены, что можно пропустить обед и ужин, но завтрак должен стать в семье традицией. Что же такого важного в утреннем приеме пищи?

Полноценный завтрак заряжает энергией, которая крайне необходима ребенку с утра и для того, чтобы он был активным на протяжении всего дня; сделает ребенка более внимательным на уроках, позволит сконцентрироваться на обучении, а значит, ему будет проще запоминать новую информацию; каждодневный здоровый завтрак поможет избежать

проблем с пищеварительным трактом, с сердцем и сосудами; завтрак – единственный прием пищи, когда можно закатить “пир горой”. Дело в том, что вся еда, которую вы съедите утром, успеет перевариться до вечера, а в обед позволит вам не переест и не набрать лишнего веса. В течение всего дня детям будет легче контролировать чувство голода. В школе голодный ребенок чаще покупает то, чем можно быстро перекусить: шоколадные батончики, булочки, печенье. Из-за этого дети пропускают обед и нормально кушают уже только дома. Конечно, это нельзя назвать здоровыми пищевыми привычками и грозит впоследствии проблемами со здоровьем. Правильный завтрак создает ощущение сытости до обеда, поэтому у ребенка будет меньше соблазнов купить что-нибудь из близлежащего магазина, чтобы “заморить червячка”. Кроме того, вкусный завтрак поможет ребенку проснуться, поднимет его настроение и будет способствовать хорошей успеваемости.

Но есть и такие продукты, которых лучше избегать за завтраком: Нельзя употреблять на голодный желудок сладости и выпечку. Сдоба приводит к тяжести в желудке, а сладости с утра плохо влияют на поджелудочную железу. Сок на завтрак – также не лучший вариант. Альтернатива – свежие фрукты, но после того, как ребенок покушал. Кисломолочные продукты и йогурт следует оставить на вечер. Кофе не стоит давать детям до 10-12 лет. Сухие завтраки содержат слишком много сахара и мало полезных веществ. Они не дают ощущения сытости. Хлопья и мюсли лучше заменить кашами.

Полноценный завтрак заряжает энергией, которая крайне необходима ребенку с утра и для того, чтобы он был активным на протяжении всего дня; сделает ребенка более внимательным на уроках, позволит сконцентрироваться на обучении, а значит, ему будет проще запоминать новую информацию; кроме того, вкусный завтрак поможет ребенку проснуться, поднимет его настроение и будет способствовать хорошей успеваемости.

Для того, чтобы облегчить соблюдение режима ребенка, можно составить самостоятельно образец расписания на учебную неделю.

**Группа получает задание:** *составить 5 полноценных сбалансированных завтраков для школьника на неделю. А также составить расписание школьника.*

По окончанию работы группа родителей получают памятки с примерным меню завтраков и распорядком дня

(Приложение №1 и Приложение №2)

### **Приложение № 1**

Примеры блюд, которые можно приготовить детям и всей семье на завтрак:

- ✓ яичница или омлет с овощами или отварным мясом (можно и с колбасой, если вы уверены в ее качестве);
- ✓ блинчики с творогом, сыром или мясной начинкой,
- ✓ оладушки;
- ✓ творожная запеканка,

- ✓ творог с добавлением фруктов,
- ✓ сырники;
- ✓ бутерброд с маслом как дополнение (например, после основного приема пищи, к чаю);
- ✓ каши с маслом,
- ✓ каши с фруктами или с овощным гарниром;
- ✓ фрукты стоит есть после основного приема пищи либо как дополнение к каше или творогу;
- ✓ молоко, чай, компот.

## Приложение № 2

### Расписание школьника

6-30	Утренний подъем
6-30 до 7-00	Заправка кровати, зарядка
7-00 до 7-20	Гигиенические процедуры
7-20 до 7-40	Завтрак
7-45	Выход из дома в школу
14-00 до 15-00	Приход домой с учебных занятий
14-20 до 15-00	Обед
15-00 до 16-00	Отдых, сон
16-00 по 17-30	Выполнение домашних заданий
17-30 до 19-00	Прогулки на свежем воздухе
19-00 до 19-20	Ужин
19-20 до 20-30	Свободные игры и занятия на свое усмотрение
20-30 до 21-00	Подготовка ко сну, принятие ванн
21-00 до 21-30	Ночной сон

## 5 группа «Моё здоровье в моих руках»

**Цель:** объединить усилия семьи и школы в профилактике вредных привычек младших школьников.

С людьми живи в мире,

А с пороками сражайся.

Латинская пословица.

**Учитель:** Как бы мы ни ограждали ребёнка, но однажды это может случиться. К вашему ребёнку подойдут - и предложат попробовать сигарету, алкогольные напитки или наркотик. Аргументация может быть различной: это безвредно, но от этого «ловишь кайф», «у нас в компании все употребляют это», «попробуй - и все проблемы снимет как рукой» или «докажи, что ты взрослый». К такой встрече ребёнка надо готовить заранее. Воспользуйтесь несколькими простыми рекомендациями, которые многократно использовались педагогами и родителями во всём мире и доказали свою эффективность.

- Разговаривайте с ребёнком о наркотиках, курении и алкоголе.

- Эксперты утверждают. Что разговор о наркотиках - первая ступень помощи детям. Помните, что нет возраста, когда ребёнок не нуждался бы в объективной информации о наркотиках и объективных последствиях злоупотребления ими. Задача таких бесед не только в доведении до ребёнка информации о наркотической опасности, но и в установлении доверия, открытости по вопросам о наркотиках. Учитесь слушать.

Ребёнок должен знать, что вам интересен его внутренний мир, его переживания и тревоги. Постарайтесь понять, что его беспокоит, какие проблемы он решает в настоящее время. Попробуйте вместе с ним найти выход из проблемы. Никогда не используйте информацию, полученную от ребёнка, во вред ему.

- Давайте советы, но не давите советами.
- Подумайте о своём примере.

Трудно поверить, что кто-то поверит советам родителям, которые сами злоупотребляет курением, алкогольными напитками или наркотиками. Не забудьте, что даже невинные пороки требуют объяснения ребёнку.

- Поддерживайте в ребёнке самоуважение и думайте о его самореализации.

Пожалуй, это самое важное и трудное. Дети, принимающие участие в семейных ужинах, менее склонны к вредным привычкам

- Здоровый сон.

Ночной сон продолжительностью менее восьми часов, частые кошмары, трудности с засыпанием обычно встречаются у подростков, которые пристрастились к алкоголю. Привычка курить также распространена среди подростков, которые спят менее восьми часов в день, ложатся за полночь, страдают от прерывания сна кошмарами. Им сложно заснуть, и перед сном они привыкли принимать лекарство.

Количество сна, которое получает человек, влияет на его физическое здоровье, эмоциональное состояние, умственные способности, продуктивность. Последние исследования показали, что недостаток сна связан с серьезными проблемами, такими как повышенный риск развития депрессии, накопление лишнего веса, сердечно-сосудистые заболевания и диабет.

**Учитель:** Беседуя с ребенком о вредных привычках не говорите слово «нельзя», говорите слово «опасно».

**Задание для родителей:**

Составить синквейн на тему «Курение», «Игромания», «Алкоголь» «Игромания» и т. д.

Синквейн (от фр. *cinquains*, англ. *cinquain*) — это творческая работа, которая имеет короткую форму стихотворения, состоящего из пяти нерифмованных строк.

Синквейн – это не простое стихотворение, а стихотворение, написанное по следующим правилам:

- 1 строка – одно существительное, выражающее главную тему синквейна.
- 2 строка – два прилагательных, выражающих главную мысль.
- 3 строка – три глагола, описывающие действия в рамках темы.
- 4 строка – фраза, несущая определенный смысл.
- 5 строка – заключение в форме существительного (ассоциация с первым словом).

### **Правила построения синквейна**

1. Первая строчка стихотворения — это его тема. Представлена она всего одним словом и обязательно существительным.
2. Вторая строка состоит из двух слов, раскрывающих основную тему, описывающих ее. Это должны быть прилагательные. Допускается использование причастий.
3. В третьей строчке, посредством использования глаголов или деепричастий, описываются действия, относящиеся к слову, являющемуся темой синквейна. В третьей строке три слова.
4. Четвертая строка — это уже не набор слов, а целая фраза, при помощи которой составляющий высказывает свое отношение к теме. В данном случае это может быть как предложение, составленное учеником самостоятельно, так и крылатое выражение, пословица, поговорка, цитата, афоризм, обязательно в контексте раскрываемой темы.
5. Пятая строчка — всего одно слово, которое представляет собой некий итог, резюме. Чаще всего это просто синоним к теме стихотворения.

В заключение желательно, чтобы участники группы ответили на вопросы:

- Что вы сегодня узнали нового о профилактике вредных привычек у детей?
- Какие планы на будущее у вас возникли в связи с обсуждаемой темой?

### **Анкетирование для родителей**

Уважаемые родители! Предлагаем Вам оценить взаимоотношения с Вашим ребенком.

#### **Тест «Искусство жить с детьми»**

Ответы: да, нет, иногда, отчасти.

1. Считаете ли вы, что в вашей семье есть взаимопонимание?
2. Говорят ли ваши дети с вами «по душам», советуются ли с вами по «личным вопросам»?
3. Интересуются ли они вашей работой?
4. Знаете ли вы друзей ваших друзей?
5. Бывают ли они у вас дома?
6. Участвуют ли дети с вами в хозяйственных заботах?
7. Есть ли у вас с ними общее занятие, увлечение?
8. Проверяете ли вы, как они выполняют домашнее задание?
9. Участвуют ли дети в подготовке к семейным праздникам?

10. А в «детских праздника» - предпочитают ли ребята, чтобы вы были с ними или хотят их проводить без взрослых?
11. Обсуждаете ли вы с детьми прочитанные книги?
12. А телепередачи и фильму?
13. Бываете ли вместе в театрах, музеях на выставках и концертах?
14. Участвуете ли с детьми в прогулках, туристических походах?
15. Предпочитаете ли проводить отпуск вместе с ними?

Ответы «да» - оцениваются 2 балла

Ответы «иногда» - 1 балл

Ответы «нет» - 0 баллов

Результаты

Более 20 баллов - отношение с детьми можно считать благополучными

От 10 до 20 баллов – удовлетворительные, но недостаточно многосторонни, нужно дополнить, улучшить.

Менее 10 баллов – контакт явно недостаточен, видимо, нужно принимать срочные меры к улучшению

## "Я и Среда"

Образовательная среда имеет важное значение для развития детей. Здесь всё имеет значение: цвет стен, мебель, разделение пространства на функциональные зоны, наличие места для обучения, отдыха и досуга обучающегося, от того, насколько комфортно организована предметно-развивающая среда в школе и классе, во многом зависят показатели интеллектуального и личностного развития ребенка, уровень его воспитанности, готовности к познанию, эмоциональное состояние.

Для того, чтобы создать комфортное пространство учебного кабинета, важно знать основные принципы построения общественных пространств, такие как:

**1. Принцип обеспечения здорового образа жизни и физического развития.** Оборудование помещения мебелью и пособиями должно отвечать задачам развития всех систем организма, своевременному овладению ведущими навыками, способствовать охране нервной системы ребенка.

**2. Принцип обеспечения педагогического процесса в условиях общественного воспитания.** Оборудование группы должно способствовать соблюдению условий жизни ребенка, входящих в одну группу, но живущих по разным режимам соответственно их возрасту и состоянию здоровья.

**3. Принцип надежности и безопасности.** Интерьер должен включать предметы мебели и оборудования, конструкции которых обеспечивают надежность и безопасность их использования: исключены случаи падения с высоты, выпадения с боковых поверхностей изделий, удары и ушибы в результате неустойчивости последних, травмирование об острые углы и т.п.

**4. Принцип гигиенического соответствия.** Предметы мебели и оборудование должны быть выполнены из экологически чистых материалов, иметь водоотталкивающее покрытие, при гигиенической обработке не терять структуры материалов, из которых они изготовлены, и не деформироваться.

**5. Принцип эргонометрического соответствия.** Предметы мебели и оборудование должны быть выполнены на основе размеров, утвержденных Министерством здравоохранения России для детей.

**6. Принцип вариативности.** Предметы мебели и оборудование должны быть удобны для ребенка, создавать ощущение комфорта. В их конструкции должен быть заложен принцип вариативности, позволяющий в случае необходимости изменять пространственные характеристики изделий в секциях.

**7. Принцип гарнитуры.** Необходимо комплектование всех изделий, входящих в один гарнитур, по стилю, цветовому решению, обеспечение сочетаемости предметов мебели, их секционного перестроения соответственно техническим характеристикам.

**8. Принцип рациональности.** Оборудование и мебель должны быть выполнены по принципу рационального использования.

**9. Принцип складирования.** Оборудование должно быть легким в использовании, с одной стороны – обладать устойчивостью, с другой –

мобильностью: в случае перемещения должно иметь держатели или какие-либо устройства, которые позволяли бы стационарно фиксировать предмет к стене, к какой-либо поверхности и в случае необходимости легко открепляться и перемещаться.

#### **10. Принцип возрастного и гендерного соответствия.**

Взяв за основу данные принципы, классный руководитель может изменить пространство своего кабинета так, чтобы всем ученикам было комфортно и безопасно в нем находится. Рассмотрим конкретные изменения, которые при соблюдении СанПина и других требований может внести педагог:

1. Изменить цветовое решение (покраска стен, смена напольного покрытия)
2. Свет
3. Подобрать подходящую мебель
4. Организовать пространство для хранения личных вещей учеников
5. Зонировать пространство для разных видов деятельности (учебная зона, игровая зона, пространство для уединения)
6. Выделить место для размещения работ, наград и благодарностей (для идентификации пространства и создания эмоциональной привязанности)

При планировании изменений важно учитывать мнение учеников, это можно сделать при помощи сопричастного проектирования.

#### **Практические советы:**

- Вандальность снижается в тот момент, когда в пространстве повышается персонификация. Если в школе есть место, где ребенок может увидеть результат своей деятельности, он ощущает себя свободнее.
- Начните налаживать связь с учениками. Проведите эмоциональную оценку школы. Спросите детей, какие места в школе или предметы кажутся им потенциально опасными? Пусть каждый расскажет, что в интерьере школы хотелось бы изменить, а что убрать или добавить. Это можно сделать и без дополнительного бюджета. Важно просто прислушаться к мнению учеников и улучшать пространство сообщца.
- Где взять деньги на преобразование школьной среды? Вместо того чтобы из года в год перекрашивать стены из бежевого в бежевый, лучше запланировать следующий ремонт как образовательную задачу. Можно не только провести исследование, но и включить в этот процесс детей.

Дети могут сами участвовать в разработке проекта и показать, чего им не хватает в пространстве школы — это повышает субъектность, снижает вандализм, воспитывает бережное отношение к школе.

## «Я и класс»

### Основные принципы воспитания в классном коллективе:

- Разберись в *собственной мотивацией!* Цели воспитания в порядке важности для педагога-воспитателя:
  1. Внутренние изменения личности ребёнка.
  2. Знания и умения ребенка.
  3. Высокие достижения воспитанника.
  4. Самореализация взрослого.
- Думай о *ценностях!* Они главный компас в определении процесса воспитания: семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, окружающие люди, Я сам. Ценности НЕВОЗМОЖНО списать, придумать или притянуть за уши. Их можно «вытащить» из себя, ответив на вопрос: «Что для меня (педагога) по-настоящему ценно?» Ценностей НЕ должно быть слишком МНОГО. В каждом классе\школе ценности могут быть свои; их определяют всем коллективом. Ценности коллектива можно вывесить в классе. Раз в год их можно переосмыслить и при необходимости изменить. Ценности формируются личным позитивным примером.
- *Уважай* детей и *заботься* о них (не опекай)!
- Найди *общее дело!* Увлекай тем, что нравится и близко ТЕБЕ. При реализации общего дела выстраивай отношения сотрудничества. Путь к коллективу через общее дело



- *Формируй и поддерживай детско-взрослую общность!* Это состояние эмоционально-психологической близости, возникающей как результат совместных переживаний в совместной деятельности и общении. Общности присущи сопереживание и взаимопонимание. Люди значимы друг для друга.
- *Общаясь, оставайся самим собой!*
- *Устанавливай правила и границы допустимого!* Их отсутствие ведёт к беспорядку во взаимоотношениях. Принципы установления правил:
  1. Правила отражают, что должно выполняться и что недопустимо;
  2. Правила логичны и продиктованы исключительно интересами успешной жизнедеятельности сообщества (а не своими личными!);
  3. Их НЕ должно быть МНОГО;
  4. НЕ должно быть двоякого истолкования правил;
  5. Правила НЕ должны быть обидными, НЕ должны содержать УГРОЗ.
- *НЕ жди быстрого результата!* (иначе можно скатиться до авторитарности)

## Индивидуальная диагностика особенностей обучающихся.

При знакомстве с классом\учащимся обрати внимание на:

1. Поведенческие особенности: поведение, реакции, положительные\негативные проявления в разных ситуациях, позиционирование себя в группе, склонность к занятию тех или иных позиций\ролей в коллективе. *Метод – наблюдение* в разных ситуациях.
2. Семейная ситуация. Способы изучения: а) опосредованно (при взаимодействии с ребёнком), б) контакт с родителями (любым доступным способом, лучше всего – живая встреча).
3. Психологические характеристики: темперамент, акцентуация, интроверсия\экстраверсия. Метод – наблюдение и анализ хобби, увлечений, склонностей.
4. Учебная мотивация – наблюдение за отношением к учёбе, активность.

На основе  выработай стратегию эффективной работы на основе **позиций**:

- Взаимодействие с родителями как с партнёрами и сотрудниками;
- Индивидуальный подход: включение ребёнка во внеклассную деятельность в соответствии с его потребностями\наклонностями\индивидуальными особенностями;
- Дополнительное образование: помочь направить энергию ребёнка в нужное русло, подобрать кружки\секции;
- Информирование коллег об индивидуальных особенностях ребёнка.

## Роли в классном коллективе

Распределение ролей (занятие экологических ниш) происходит в первые недели формирования классного коллектива. На основе распределения ролей формируются микрогруппы. НЕ допусти их соперничества!



### Позитивные роли

зритель  
исполнитель  
организатор  
энтузиаст  
старейшина  
рядовой  
шут  
юморист  
генератор идей (теневого лидер)

### Негативные роли

отвергаемый  
антилидер (лидер оппозиции)

#### *Отвергаемый*

- в момент распределения ролей не нашёл себе устраивающую его роль, не сложились отношения в коллективе, не нашёл себе друзей;
- часто становится объектом насмешек, буллинга;
- отвергается коллективом из-за особенностей внешности или поведения, внешнего вида\гигиены, неблагополучности семьи.

#### **Как не допустить?**

1. С самого начала постарайся предугадать, кто может занять эту роль.
2. Интегрируй его в группу, помоги сформировать отношения в группах\коллективе.
3. Поговори с родителями, можно ли хоть как-то минимизировать «несхожести» (например, гигиена).
4. «Тасуй колоду»: постоянно включай ребят в РАЗНЫЕ микрогруппы, меняй состав микрогрупп;
5. Найди в ребёнке особенность, полезную для группы, подчеркни её.

*Антилидер* провоцирует, собирает вокруг себя сверстников, которые тоже готовы противостоять педагогу.

#### **Как не допустить?**

«Подставь» его под успех и введи в деятельность.

## Мотивы негативного поведения

*Негативное поведение (НП)* возникает, когда ребёнок НЕ СПРАВЛЯЕТСЯ с задачами, которые перед ним стоят.

*Мотивы НП* (по Рудольфу Дрейкурсу):

- Привлечение внимания (отвлекает(ся), дёргает всех, мешает, шумит)  
Причины: ребёнок часто бессознательно реализовывает естественную потребность в получении внимания, компенсирует недостаток внимания в семье.  
НЕЛЬЗЯ!!!
  - подкреплять
  - реагировать
  - читать моралиНУЖНО!!!!
  - давать индивидуальные задания
  - уделять внимание, когда ведёт себя ХОРОШО
  - уделять внимание ПОСЛЕ уроков.
- Борьба за власть (спорит, провоцирует, не соглашается ни с чем, саботирует)  
Причины: а) культ «крутизны» (насилие информации окружающего мира); б) нет иерархии в семье (гиперопека или, наоборот, авторитарность взрослых).  
НУЖНО!!!!
  - справиться со своими эмоциями и страхами (не эскалировать конфликт);
  - не вестись на манипуляции;
  - уметь ставить стенку;
  - на начальной стадии не реагировать, не устраивать разборок;
  - ПОСЛЕ уроков оставить на разговор и предъявить СВОИ требования;
  - все свои правила оговаривать заранее и сдерживать обещания;
  - не пугать тем, что сделать невозможно;
  - вовлечь в деятельность;
  - загрузить работой, требующей власти.
- Мсть (хамит, изощённо агрессивует, вандализм, физическое насилие).  
Причины: глубокие травмы ребёнка (боль, унижения) в прошлом или в настоящем; пережил\переживает жестокое обращение (физическое\психологическое\сексуальное\ пренебрежение потребностями).  
НУЖНО!!!!
  - поддержать личность ребёнка;
  - научиться его прощать (для себя);
  - проступок должен быть исправлен (не наказывать жестоким обращением).

- Избегание неудач (низкая мотивация к обучению).

Причины: критика.



Пассивная позиция  
(отказ от деятельности)  
потенциальной неуспешности)  
НУЖНО!!!!

- ситуация успеха;
- позитивная обратная связь.

Активная позиция  
(агрессия в ответ на ситуацию)

## **Уровни развития группы (формальной группы) (по отношению к педагогически организованной деятельности)**

### **Уровень принуждения.**

У участников группы нет мотивации к совместной деятельности. Деятельность совершается только под присмотром педагога. «Нет педагога – нет деятельности».

### **Уровень пассивно-исполнительский.**

Деятельность происходит вне зависимости от присутствия педагога, но цель деятельности еще не осознаётся. «Почему-то это нужно делать».

### **Уровень личностно-групповой.**

К ребёнку приходит осознание целесообразности деятельности. Подрастает мотивация к деятельности.

### **Уровень коллективно-групповой.**

Дети начинают объединяться в группы в зависимости от степени понимания деятельности и отношения к ней. Коллектив (НЕ педагог) начинает влиять на своих участников. Почти все дети замотивированы на выполнение деятельности.

### **Уровень коллективный.**

ВСЕ осознают смысл деятельности, стремятся к единой цели, которая воспринимается как своя. Эта цель в итоге может сформировать ценность.

*Группа может остановиться на любом уровне. Всё зависит от педагога!*

## Сопровождение организаторской деятельности ребёнка

5-7 классы – при организации мероприятий дети чаще всего *исполнители*.  
С 7-8 классов дети хотят быть сами организаторами. Этому надо УЧИТЬ!

1. Без авторитарных методов. Основной инструмент - просьба.
2. Организатора выбирает группа.
3. Организатор для группы, а не группа для организатора.
4. Совместное выстраивание плана действий.
5. Кураторство. Помощь в поиске подходов и подбора ролей.

### Коллективная деятельность

*Коллектив* – это группа объединённых общими целями и задачами людей, достигшая в процессе социально ценной совместной деятельности высокого уровня развития.

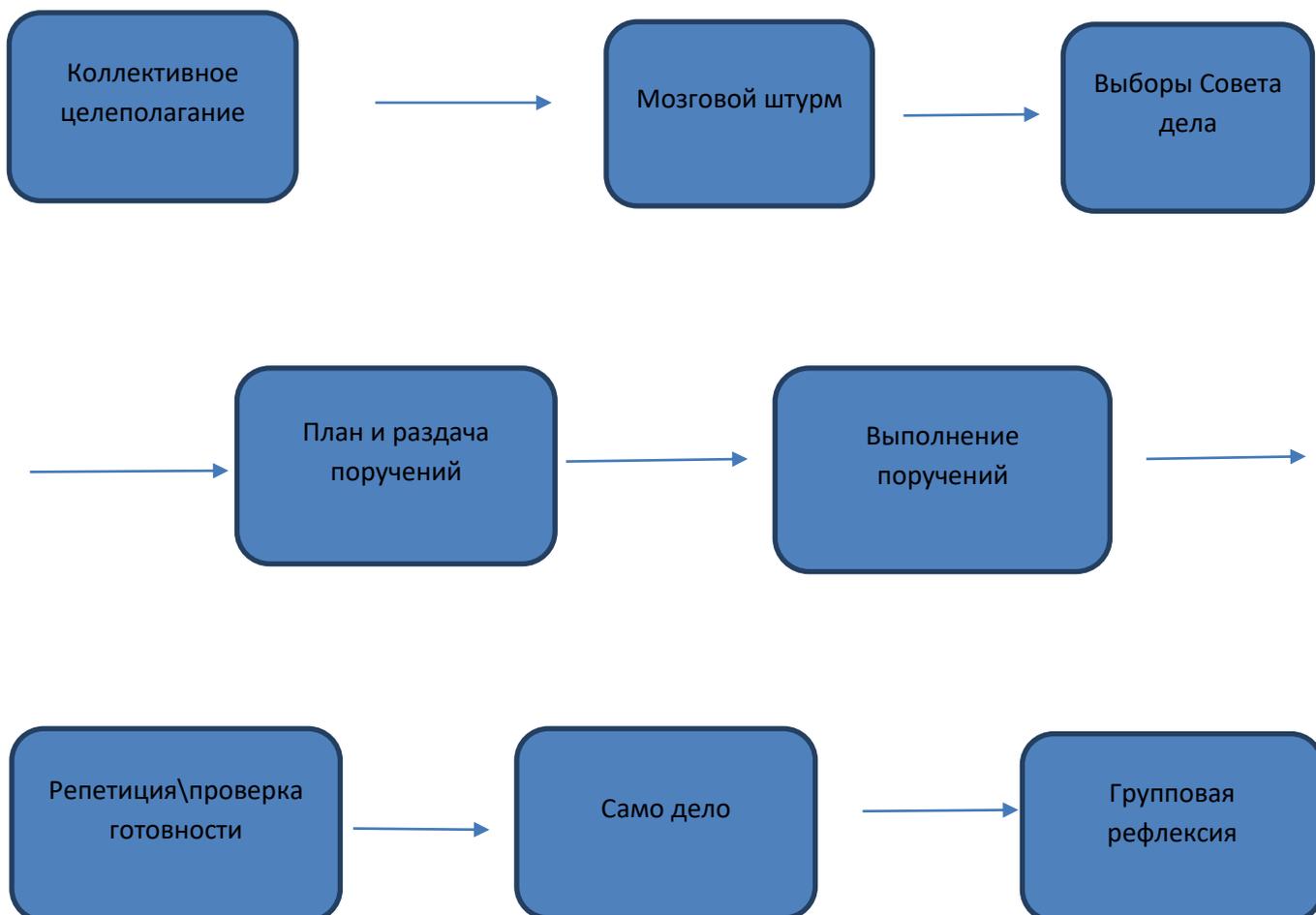
Коллектив важен!!!!!! Ребёнок ориентируется на сверстников, поэтому можно на него влиять опосредованно, через коллектив!

Чтобы коллектив сформировался нужна ПЕРСПЕКТИВА!

ОБЩИЕ ЦЕЛИ\ОБЩИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ  $\longrightarrow$  ВЗАИМОЗАВИСИМОСТЬ  
 $\longrightarrow$

ПАРТНЁРСТВО  $\longrightarrow$  СОЗНАНИЕ

### Технология совместной деятельности



Далее опять ПЕРСПЕКТИВА (ближайшее последствие)!

После каждого общего дела – групповое обсуждение (что получилось, что нет) с целью анализа\рефлексии собственной деятельности. Обсуждение проходит в круге.

## Принципы организации деятельности

1. *Принцип конечной ответственности* – организуй деятельность таким образом, чтобы ребёнок принимал на СЕБЯ риски и результаты того, что ОН делает САМОСТОЯТЕЛЬНО.
2. *Принцип максимальной открытости* – понимание ребёнком цели деятельности, своего места в деятельности, места самой деятельности и т.д.
3. *Принцип опоры на ценности* – строй деятельность не ради деятельности, а ради качественных изменений личности ребёнка, формирования новых качеств с опорой на ценности, которые в процессе деятельности должны проговариваться.
4. *Принцип отсутствия иерархии* - не будь авторитарным с детьми, строй отношения на доверии и уважении.

## Формы организации внеурочной деятельности

**Внеурочная деятельность (ВД)** – это ограниченная по времени и месту структура взаимодействия участников образовательных отношений за пределами пространства урока.

*Признаки форм ВД:*

1. Участники (лица\группы лиц), выполняющие какие-либо функции;
2. Задачи, которые можно решить при помощи данной формы (потенциал формы, ее содержание);
3. Организация времени;
4. Набор актов, ситуаций, процедур;
5. Порядок действий (алгоритм);
6. Организация пространства.

Классификация форм ВД на основе способов передвижения участников:

- «представление» - минимум движений (участники сидят\стоят) в рамках ограниченной площадки;
- «путешествие» - упорядоченное движение по маршруту;
- «гуляние» - свободное (неупорядоченное) движение в рамках ограниченной площадки.

Классификация форм ВД на основе способов взаимодействия участников:



Классификация форм ВД на основе изменения состояния в результате эксплуатации предметов:



### Базовая форма организации ВД «представление»

Способ взаимодействия	Примеры
Ритуал	Линейка, Вахта Памяти
Диалог	Ток-шоу (дискуссии)
Показ	Вечерний огонёк («свечка»), Публичное выступление с речью, концерт, спектакль, демонстрация мод
Соревнование	Творческий конкурс, спортивное состязание, интеллектуально-познавательная игра, рыцарский турнир (в роли конкурсанта)
Развлечение	Просмотр кино (видео-, теле-) фильма, спортивного\художественного представления, творческого конкурса (в роли зрителя)
Просмотр	Просмотр кино (видео-, теле-) фильма, спортивного\художественного представления, творческого конкурса (в роли зрителя)

### Базовая форма организации ВД «путешествие»

Способ взаимодействия	Примеры
Ритуал	Карнавальное шествие
Диалог\просмотр	Ток-шоу (дискуссии)
Показ\просмотр	Экскурсия
Исследование\преодоление	Экспедиция, поход

### Базовая форма организации ВД «гуляние»

Способ взаимодействия	Примеры
Ритуал	Представление вокруг прощального костра или Новогодние ёлки
Диалог\соревнование	Ролевая игра
Показ\просмотр	Ярмарка, танцевальная программа (дискотека)
Соревнование	Творческий конкурс, спортивное состязание, интеллектуально-познавательная игра, рыцарский турнир (в роли конкурсанта)
Развлечение\диалог	Вечер общения в импровизированном кафе («Вечер именинника»)
Созидание	Трудовая акция, подготовка к представлению, изготовление выставки

## Современные игровые форматы в работе с детьми

### Базовые требования к игре:

1. Предполагает вызов, задание
2. Есть ограничения\правила
3. Обратная связь

### *Отличия современных образовательных игр:*

1. Высокие требования к режиссуре (наличие структуры)
2. Эстетка, антураж
3. Погружение, проживание ситуаций детьми
4. Соревновательность
5. Осмысление\рефлексия

## Quiz (викторина)

Несколько команд одновременно состязаются в интеллектуальной борьбе.

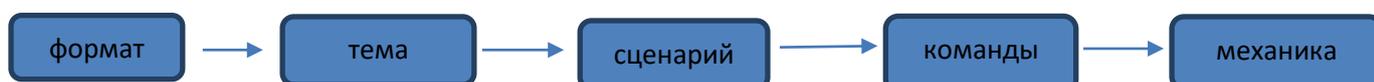
Режиссура	состоит из трёх разделённых актов, подводятся промежуточные итоги, наращивается сложность\разноформатность вопросов, динамика
Эстетика	соответственно оформленное фоновыми элементами пространство для игры
Погружение	происходит за счёт динамики: время на вопросы ограничено, команда должна принять коллективное решение
Соревновательность	участники знают о наличии других команд игроков, ведётся рейтинг, подводятся промежуточные итоги
Осмысление	Команды анализируют сильные\слабые стороны, можно составить список командных правил

## Квест (приключение, поиск)

Цепочка задач (решаются последовательно\линейно\разветвлённо), которая имеет стартовую точку отсчёта и логический финал\набор из нескольких возможных финалов.

Режиссура	Цепочка заданий складывается в последовательность событий. Между которыми есть связь, нарратив, вдоль которого участники следуют, решая возникающие перед ними задачи; трёхактная структура; может предполагать разветвление
Эстетика	оформление пространства для полного погружения, особое оформление пути следования
Погружение	удовольствие за счёт хорошей истории, грамотного нарратива, обеспечивается динамикой и сложностью решаемых задач
Соревновательность	Команды могут состязаться между собой в преодолении отдельных этапов, каждая команда периодически имеет доступ к информации, на каком этапе находятся соперники; соревнование может отсутствовать
Осмысление	Команды анализируют сильные\слабые стороны, можно составить список командных правил

### *Цепочка создания квеста*



## Challenge (вызов)

Режиссура	не имеет сильного значения, имеет мимолётный вирусный характер; нужно продумать, как запустить, поддерживать и чем все закончится
Эстетика	продумать, как это будет смотреться в кадре, как вписывается в логику повседневности человека
Погружение	предполагает какое-то решительное действие, элемент творческого подхода
Соревновательность	отсутствует в прямом виде
Осмысление	не имеет ценности, возможно понимание внутренней мотивации принять вызов; осмысление распространения информации, фейк ньюс, последствия распространения информации

## RPG (Role Play Game)

Режиссура	предполагает очень сложную нелинейную структуру истории, проигрывание ситуаций в соответствии с правилами и ролевым форматом; пространство может включать в себя другие игровые форматы (квесты, вызовы, квизы и т.д.)
Эстетика	воспроизведение формата истории
Погружение	может охватывать как классный коллектив, так и всю школу; элементы отыгрыша (костюмы, предметы быта и др.); человек осознает личные игровые цели
Соревновательность	наличие своей индивидуальной цели, могут быть коллективные цели
Осмысление	Команды рефлексиируют\осмысляют своё поведение\поступки, поиск возможных компромиссов

## Конференция провалов

Отчётность наоборот, рассказ о своих провалах.

Режиссура	предварительное отслушивание каждой истории, которая будет вынесена на конференцию, выстраивание истории в соответствии с трёхактной структурой
Эстетика	нет особых требований; если это постоянная практика можно придумать символы\эмблемы\логотип\награда за лучший провал года
Погружение	за счёт грамотной режиссуры

Соревновательность	не обязательна, если это не конкурс на лучший провал
Осмысление	Способность извлекать опыт, провал – новая точка отсчёта, обратная связь; способность презентовать, понимать\чувствовать аудиторию, удерживать внимание

## «Я и Я»

Современный мир диктует свои правила: выросли требования к личности педагога. Приветствуется - новаторство, творческий подход к работе, использование педагогических технологий в проектной деятельности. Есть очень много ресурсов для повышения профессионального уровня классного руководителя и педагога. Что может грозить синдромом профессионального и эмоционального выгорания.

### **Способы профилактики эмоционального выгорания и поддержка психического здоровья педагогов.**

«Болезни души неотделимы от болезней тела»

Появляющейся из-за отрицательных эмоций и нереализованных желаний мышечный зажим — это остаточное явление напряжения. Он спутник стресса. Мышечный панцирь образуется у людей, не умеющих отдыхать, то есть снимать стресс.

#### 1. Способы физиологической саморегуляции:

- Релаксационные, дыхательные упражнения
- Различные движения потягивания и расслабления мышц
- Посещение бассейна, тренажерного зала, занятия йогой и т. д.

#### 2. Естественные способы регуляции организма

- длительный сон
- вкусная еда
- общение с природой и животными,
- движение, танцы, музыка.

#### 3. Способы эмоциональной саморегуляции:

- смех, улыбка, юмор;
- размышления о хорошем, приятном;
- рассматривание цветов в помещении, пейзажа за окном, фотографий, других приятных или дорогих вещей;
- «купание» (реальное или мысленное) в солнечных лучах;
- вдыхание свежего воздуха;
- чтение стихов;
- занятие любимым делом - хобби.

## «Полезные ссылки и литература»

- Классный руководитель online <http://class.mosmetod.ru/>
- Городской методический центр <https://mosmetod.ru/>
- Ассоциация классных руководителей <https://akr.gppc.ru/>
- Сайт школьных служб примирения [www.школьные-службы-примирения.рф](http://www.школьные-службы-примирения.рф)
- Сайт городского психолого-педагогического центра ДОНМ [www.gppc.ru](http://www.gppc.ru)
- Школа Большого города <https://school.moscow/>
- Московский образовательный телеканал <https://mosobr.tv/>
- Коновалов А. Ю. Школьная служба примирения и восстановительная культура взаимоотношений. Практическое руководство. Под общей редакцией Л. Карнозовой. Издание третье, дополненное. МОО «Судебно-правовая реформа». Томск, 2017 - 264 с.
- Кей Пранис, Барри Стюарт, Марк Уедж. Круги примирения: от преступления к сообществу Пер. с англ. Н.С. Силкиной под ред. Р.Р. Максудова, Л.М. Карнозовой, Н.В. Путинцевой. М.: Р. Валент, 2009. — 240 с.
- Виноградова И.А. Возможности оценки образовательной среды образовательной организации// Образовательная среда современного общества Хрестоматия. Санкт-Петербург, 2015. С.164-176
- Шустова И.Ю. Воспитание в детско-взрослой общности. Монография. – М. Педагогическое общество России, 2018. – 176 с.
- Круглов В.В. Взаимоотношения субъектов воспитательного процесса как условие его эффективности / В.В. Круглов/ Системный подход в воспитании: развитие во времени и пространстве. Материалы международной научно-практической конференции, посвященной 100-летию со дня рождения академика РАО Людмилы Ивановны Новиковой (18-19 октября 2018 г.), г. Москва. Под ред. Н.Л. Селивановой, И.Ю. Шустовой. М.: АНО Издательский дом «Педагогический поиск». 2018, С. 548-554.
- Лизинский В.М. Факторы, влияющие и содержащие профессиональный рост педагога-воспитателя/ В.М. Лизинский // Классный руководитель, 2018, № 6, С. 4–9.