

Опыт работы по духовно-нравственному воспитанию через курс ОРКСЭ

В Федеральном государственном стандарте начального общего образования в качестве важнейших качеств, которыми должен обладать современный выпускник, названы духовность, нравственность, самостоятельность, инициативность, предприимчивость, толерантность, мобильность. Показательно, что на первое место поставлены те черты, которые в российском сознании всегда почитались как главные.

Но развитие средств массовой информации, коммуникаций расширили и преобразили информационное поле, выступающее сильным фактором влияния на мировоззрение личности. В условиях высокой доступности информации на детей обрушивается поток продукции, пропагандирующей праздный образ жизни, насилие, преступность, что ведет к возрастанию негативных социально-педагогических последствий в детской среде и ослабляет воспитательную деятельность.

Школа является основным звеном в системе воспитания подрастающего поколения. Учителю требуется не только знание предметов и методика их преподавания, но и умение направить свою деятельность на духовно-нравственное воспитание ребенка. Введение курса «Основы религиозных культур и светской этики» – это принципиальный шаг воссоединения обучения и воспитания.

Здоровье подрастающего человека – это проблема не только социальная, но и нравственная. Приобщение школьников к проблеме сохранения своего здоровья – это, прежде всего процесс социализации – воспитания. Это сознание высокого уровня душевного комфорта, который закладывается с детства на всю жизнь. Для формирования душевного комфорта необходимы знания о законах развития своего организма, его взаимодействия с социальными факторами. Школа сегодня должна стать важнейшим звеном социализации подрастающего поколения, где должно формироваться как индивидуальное здоровье, так и здоровье всего общества.

"Здоровье- это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов". Данное определение крайне сложно применить к здоровью граждан России, живущих в условиях экономической нестабильности и социального напряжения.

Именно поэтому любое общеобразовательное учреждение должно стать "школой здорового стиля жизни" детей, где любая их деятельность будет носить оздоровительно-педагогическую направленность и способствовать воспитанию у них привычек, а затем и потребностей к здоровому образу жизни, формированию навыков принятия самостоятельных решений в отношении поддержания и укрепления своего здоровья, где учебно-воспитательная среда, должна быть насыщена атрибутами, символикой, терминологией, знаниями, ритуалами и обычаями здоровьесберегающего характера.

Создание традиций здорового образа жизни - это то, что должно лежать в основе работы в образовательных учреждениях, и то, к чему нужно стремиться в конечном итоге. Так, формирование культуры ЗОЖ в нашей школе проходит на протяжении всего времени пребывания ребенка в общеобразовательном учреждении.

А более подробно хотелось остановиться на проведении урока по ОРКСЭ, модуль «Основы мировых религиозных культур» по теме «Религия и питание», где целью было формирование понятия «здоровое питание» через ознакомление с пищевыми запретами в мировых религиях.

Ставились задачи:

1. Формировать первоначальное представление об отечественной религиозно-культурной традиции как духовной основе многонационального многоконфессионального народа России.
2. Сформировать представление о выборе продуктов в зависимости от религиозных убеждений.

3. Формировать коммуникативные способности учащихся, умение планировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей.

Мы не раз уже говорили с детьми о здоровом и разнообразном питании, которое имеет важное значение для хорошего здоровья. Во всем мире люди хотят знать, что можно есть, а какие продукты стоит избегать, мы решили посмотреть на питание с точки зрения мировых религий.

Работая в группах, учащиеся должны ознакомиться с правильным питанием, выбранной ими религией, выбрать что можно и что нельзя, подготовиться к выступлению.

Обобщив ответы учащихся по сводной таблице «Религии: практика и ограничения в питании», мы сделали вывод, что культура и традиции народов, связанные с питанием и национальной кухней, существенно зависят от религиозных верований. Религия влияла на жизнь верующих и изменяла традиции питания, чтобы оно было полезным для здоровья.

Сводная таблица

Тип религии	Предписания или ограничения	Обоснования
Ислам	<ul style="list-style-type: none"> Свинина и некоторые птицы запрещены Алкоголь запрещен Отказ от пищи и питья в течение поста	<ul style="list-style-type: none"> Питание для хорошего здоровья Неспособность правильно питаться уменьшает духовное осознание Пост имеет очищающее действие от зла, содействует спокойствию и духовной преданности
Христианство	<ul style="list-style-type: none"> Пост выборочно Ограничения на мясо, молочные продукты и рыбу Принцип умеренности с отказом от крайностей 	<ul style="list-style-type: none"> Соблюдение праздников, включает посты и ограничения на повышение духовного прогресса, учат сдержанности Переедание и пьянство есть грехи, которые нужно контролировать
Буддизм	<ul style="list-style-type: none"> Воздержаться от мяса, желательно вегетарианские диеты Умеренность во всех продуктах Не употреблять алкоголь 	<ul style="list-style-type: none"> Натуральные продукты земли считаются наиболее чистыми Избегать твёрдой пищи после полудня Единение с духом и природой, отменное здоровье
Иудаизм	<ul style="list-style-type: none"> Свинина, мясо верблюда, зайца, тушканчика, пресмыкающихся, некоторых птиц и моллюсков запрещено Подготовка к выбору продуктов и их обработка Нельзя готовить в субботу (шаббат) 	<ul style="list-style-type: none"> Животные, которые не имеют раздвоенные копыта и не жуют жвачку, запрещены, как «нечистые» Кошерный процесс основан на Торе Положительное влияние на здоровье

Что же общего в питании всех религий, что их объединяет?

- Положительное влияние на здоровье
- Очищающее действие от зла, содействует спокойствию и духовной преданности
- Учат здоровому питанию, не переедать, быть сдержанным
- Не иметь вредных привычек (отказ от курения, алкоголя)

Вспомнили главные условия правильного питания: умеренность и разнообразие и золотые правила питания:

1. Главное – не переедайте. Ешьте в меру.
2. Тщательно пережевывайте пищу, не спешите глотать.

3. Перед едой мойте руки с мылом.
4. Фрукты и овощи надо хорошо мыть.
5. Во время еды не разговаривайте и не читайте.

Мы увидели, как они тесно связаны с той или иной религией.

В конце урока сделан вывод, что человек при соблюдении соответствующих правил имеет возможность жить, как правило, до 100 лет и более.

К сожалению, многие люди не соблюдают самого простейшего, обоснованного религией и наукой правильного питания, что приводит к различным заболеваниям. Поддаваясь пагубным привычкам к курению, алкоголю и т.д., люди активно сокращают свой жизненный путь.

СДЕЛАЙТЕ СВОЙ ВЫБОР...

Купить здоровье нельзя, его можно только заработать собственными постоянными усилиями, что крайне затруднительно для ребенка, имеющего недостаточно сформированную эмоционально-волевую сферу. Поэтому в работе с детьми важно помнить и соблюдать заповеди, сформулированные гениальным русским режиссером К.С.Станиславским: «Трудное - надо сделать привычным, а привычное – лёгким и приятным».