



Московская школа в кадре: качество образования, старт в профессию, творческая атмосфера

Дорогие читатели!

У вас в руках новый, апрельский, номер «Учительской газеты-Москва», который подготовила команда Медиацентра. В нем собраны десятки материалов на самые актуальные темы в области образования: подготовка к ЕГЭ, обзор столичных предпрофклассов, психологическая поддержка школьников, интервью с молодыми учеными, лайфхаки от учителей и многое другое.

В этом номере вы узнаете подробную историю создания ЕГЭ и его дальнейших трансформаций. В статьях собраны интересные факты об экзамене, последние тренды и нововведения, ключевые сайты для подготовки школьников, мнения экспертов, советы учителей и путеводитель по ЕГЭ-2022.

В этот номер вошел ряд интервью с молодыми учеными. Они рассказали о своих разработках, поделились воспоминаниями о школьных годах и дали советы ребя-

там, которые также мечтают связать свою жизнь с наукой.

Кстати, в апреле проходит заключительный этап открытых городских научно-практических конференций «Старт в медицину», «Инженеры будущего», «Курчатовский проект - от знаний к практике, от практики к результату» и «Наука для жизни». В этом номере вы узнаете, как школьники делают свои первые шаги в науку с помощью таких мероприятий.

О своем опыте рассказали ученикам из московских медиаклассов звездные гости.

Лайфхаками, как помочь ребятам полюбить физику, поделился один из учителей столицы. А для любителей истории в выпуске есть материал, посвященный эволюции образования в России с 1918 года до наших дней.

Надеемся, что знакомство с этим номером поможет найти ответы на волнующие вас вопросы и узнать много нового и интересного. Читайте свежий выпуск «Учительской газеты-Москва» и оставайтесь с нами!

Команда Медиацентра



ПОЛЕЗНЫЕ ССЫЛКИ



**Сайт
«Школа.Москва»**



**Московский
образовательный
канал**



**Вместе против
буллинга**



**Ментальное
здоровье**



**Предпрофес-
сиональные
классы**

ISSN 0233-4488



9 770233 448009

Эволюция школьного

Когда-то в России не было не то что планшетов и электронных досок, но даже учебников. Постепенно знания накапливались, технологии развивались, доступ к образованию получали все больше детей из разных слоев общества. Каждая эпоха привносила свои новшества, многие из которых приживались не сразу. Рассказываем, как менялось школьное образование в нашей стране и столице.

Совместное обучение мальчиков и девочек

Всеобщее совместное обучение появилось в России в 1918 году. «Во всех учебных заведениях вводится совместное обучение учащихся обоего пола. В наименовании всех учебных заведений опускаются слова «мужская» и «женская». Все учебные заведения принимают на свои вакансии учащихся обоего пола на равных основаниях» - говорилось в постановлении от 31 мая 1918 года. Подоплека такого решения была нехитрая: зданий для школ катастрофически не хватало, да и учителей тоже, просто некому и негде было учить ребят по отдельности.

В следующие 90 лет политика в отношении совместного обучения менялась

Уже в 1943 году мальчики и девочки снова начали учиться раздельно, правда, не во всех школах. Аргумент был такой: девочки и мальчики отличаются, жизненные роли у них разные, поэтому и готовить их к взрослой жизни надо по-разному.

Перемены снова вызвали волну споров и обсуждений. С одной стороны, мужские и женские учебные заведения считались элитарными, там готовили будущих студентов престижных вузов. Бытовало мнение, что разделение детей должно было укрепить дисциплину: устранить «не всегда здоровые взаимоотношения, создающиеся между мальчиками и девочками при совместном обучении». На деле же раздельное обучение дисциплину только ухудшило, справляться с классами из одних мальчишек было нелегко.

В итоге в 1954 году школы снова объединяются.

Школьная форма приходит и уходит

Форменные платья и костюмы были обязательны для учеников гимназий времен Российской империи. Постановление от 1918 года отменило униформу для школьников. Причина была

проста: у людей не было денег на покупку особой одежды для детей, у государства средств тоже не хватало.

Школьная форма будет возвращаться в школы и снова уходить несколько раз, так же как совместное обучение мальчиков и девочек, но каждый раз по разным причинам.

В 30-е годы для многих детей форменные костюмы и платья были более качественными и красивыми, чем домашние вещи.

В 1948 году форма уравнила всех детей в школе - одежда шилась по единому государственному стандарту.

В начале XXI века форма возвратилась в школы как фирменный знак учебного заведения. Сейчас каждое учебное заведение самостоятельно решает вопрос униформы для учащихся.

Декрет «О всеобщем обязательном начальном образовании»

Начальное образование стало обязательным для всех детей нашей страны с 1930 года - тогда был подписан декрет. До этого школы были, но их было мало, а учителей для них - еще меньше. Теперь все дети в возрасте 8-10 лет должны были окончить 4 класса начальной школы, а учащиеся в городах, фабрично-заводских районах и рабочих поселках учились 7 лет.



Родители отнеслись к нововведению неоднозначно:

«Не пускайте детей в школу, там, кроме хулиганства, они ничему не научатся. Если все будем грамотные и ученые, работать будет некому».

«Забрали наших ребят в школу... Там их кормят, одевают, а потом и вовсе у нас отнимут».

Однако первые педагоги смогли заинтересовать ребят, ведь даже простая грамотность открывала большие карьерные перспективы. Просвещение пошло по стране. В 1933-1937 годах стало обязательным семилетнее образование, а в 1972-м - всеобщее среднее, не окончившие 10 классов молодые люди могли по-

ступить в школу рабочей молодежи. Сейчас жизнь ребенка без школы представить себе уже невозможно!

Старшие классы - теперь бесплатно

В 1940 году ввели плату за обучение в 8-10-х классах школы. Семилетка по-прежнему оставалась бесплатной, но за более глубокие знания, необходимые для поступления в вуз, нужно было платить 150-200 рублей в год. Сумма ощутимая при средней зарплате в те годы 500 рублей в месяц.

Плату отменили через 16 лет (в 1956-м) «в целях создания наиболее благоприятных условий для осуществления в стране все-

Эволюция школьного образования XX — XXI век



Фотографии предоставлены Главным архивным управлением города Москвы. Фото 1: автор - В.В. Егоров, Москва, 1979 г. Фото 2: автор - В.Х. Маринько, Москва, 1992 г. Фото 3: автор - Н. Максимов, Москва, 1963 г. Фото 4: автор - И. Трубинков, Москва, 1979 год.

образования

общего среднего образования и получения молодежью высшего образования». Страна ощутила нехватку высококвалифицированных специалистов. И теперь поступить в вуз смогли те, у кого не было денег на оплату учебы в старших классах средней школы.

В 7 лет в первый класс!

Возраст первоклашки был снижен до 7 лет в 1944 году. До этого ребенок мог пойти в школу в 8, 9 или даже 10 лет. Это решали родители. Исследования педа-

Отказ от перьевых ручек

Шариковая ручка была запатентована еще в 1888 году. Но в советских школах учителя долго не разрешали писать ими в школе, настаивая на стальных перьях и чернильницах-непроливайках. Некоторые специалисты посчитали, что новые письменные принадлежности якобы могут навредить здоровью ребенка. Мол, при письме шариковой ручкой у ребенка происходит задержка дыхания и сбой сердечного ритма,

тощая с развитием компьютерных технологий эволюционировала в электронную панель. Не все учителя и родители сразу оценили по достоинству преимущества электронной доски, а вот ребятам она понравилась. Сегодня электронные интерактивные доски есть в каждой столичной школе, в каждом классе. Цифровые задания и обучающие материалы экономят тонны бумажной литературы. На экране можно показывать фильмы, презентации, делать урок интерактивным и современным.

машних заданий, а для отметок и замечаний были предназначены отдельные журналы. В России школьный дневник появился примерно в середине XIX века, когда начали открываться государственные гимназии.

С начала 2000-х в мире стали появляться электронные дневники, а в московских школах нововведения постепенно входили в обиход с 2011-2012 годов. Сегодня столичные школьники и их родители пользуются электронным дневником МЭШ. Московская электронная школа стала большим помощником всем участникам образовательного процесса. Электронный дневник позволяет родителю следить за успеваемостью ребенка онлайн, понимать, какие темы ребенок освоил, а с какими есть сложности.

Дети могут вовремя получать задания для самостоятельной работы, делать цифровые домашние задания. Также в электронном дневнике доступны портфолио ученика, статистика посещаемости уроков и много других «фишек».

Создание экосистемы «Московская электронная школа»

Задача современной школы - откликаться на перемены и давать школьникам и учителям инструменты, которые помогут самым эффективным образом подготовиться к вызовам будущего. Именно для этих целей и была создана Московская электронная школа. Это единая образовательная платформа, которая помогает ребенку учиться, педагогу - учить, а родителям - быть в курсе процесса. Она не заменяет традиционную школу, а качественно ее дополняет, делает современной и высокотехнологичной.

МЭШ появилась в 2016 году в 6 пилотных школах. А сегодня ее ежедневно используют в каждой столичной школе. Теперь уроки

стали еще интереснее, ведь в МЭШ столько всего полезного! С ее помощью ребята готовятся к ЕГЭ и контрольным работам, ставят опыты в виртуальных лабораториях, повторяют пройденный материал, просматривая видеоуроки от лучших учителей. И для учителей здесь много полезного: сценарии уроков, тематический каркас, который позволяет планировать занятия и контролировать, как школьники усваивают образовательную программу.

Московская электронная школа: аналогов в мире нет

МЭШ - это удобная и технологичная платформа, которая всегда под рукой. Экосистема МЭШ - незаменимый помощник для учителей, школьников и родителей:

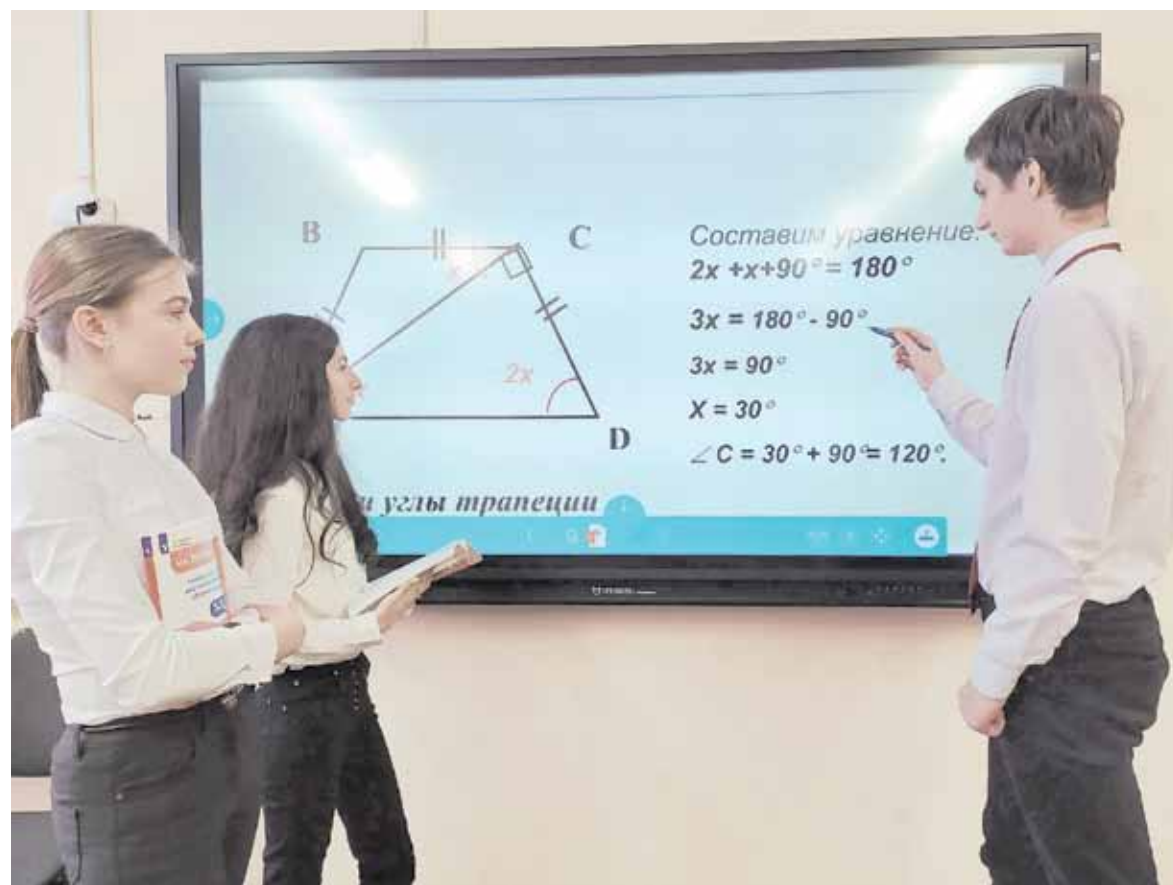
- С МЭШ ребенку учиться интереснее и удобнее. В МЭШ все под рукой: расписание занятий, домашние задания, сценарии уроков, дополнительные материалы в библиотеке МЭШ и многое другое.

- Библиотека МЭШ - это миллионы обучающих материалов в современных форматах, виртуальные лаборатории, видеоуроки, познавательные квесты и тесты для самопроверки, доступные в любое время в любом месте.

- МЭШ делает образование прозрачным, современным и безопасным, а еще помогает родителю быть в курсе, что изучают дети в школе и какие оценки получают, отслеживать посещаемость и даже питание в школе.

- МЭШ открывает учителям новые возможности для творческой и профессиональной реализации (создание контента, гранты, обмен опытом, профессиональное признание).

- По инициативе мэра Москвы Сергея Собянина доступ к библиотеке МЭШ открыт для пользователей всего мира.



гогов-энтузиастов показали, что не нужно ждать дольше, ребенок готов усваивать школьную программу в 7 лет.

И дети, и родители с радостью восприняли это нововведение. Звание школьника до сих пор считается престижным у малышей-дошколят, они и сейчас рвутся за парты и тщательно выбирают свой первый портфель. Родители видели в более раннем старте возможность успеть больше и достичь успехов в карьере.

Тенденция получила развитие: в конце 80-х годов (с переходом на 4-летнюю программу начальной школы) появились нулевые классы для шестилеток, а сейчас стандарты позволяют отдать ребенка в школу раньше семи лет.

Пятерка или «отлично»?

Пятибалльная цифровая система появилась в школах также в 1944 году. До этого оценки обозначались словами «отлично», «хорошо», «посредственно», «плохо», «очень плохо». Учителя и ученики часто путались. Кто-то вспоминал более старые обозначения «удовлетворительно» - «неудовлетворительно». Кто-то приписывал словесные плюсы и минусы: «очень хорошо», «весьма посредственно». В итоге оценка знаний получалась довольно субъективной.

Реформа 1944 года сделала систему более ясной и четкой. Она сохраняется в школах до сих пор.

именно поэтому ею нельзя писать дольше 20 минут подряд. Ну и каллиграфические навыки усваивались намного лучше именно при использовании пера. Родители считали шариковые ручки баловством в основном из-за их высокой стоимости.

Шариковые ручки прочно воцарились в школьных пеналах только в середине 70-х годов. Тогда изменились стандарты каллиграфического письма, и промышленность уже выпускала канцелярию высокого качества по невысокой цене.

В наше время дети уже не только пишут на уроках от руки, но и активно осваивают быстрый набор текста на клавиатуре. Без этого навыка в современном мире уже не обойтись.

Меловую доску меняем на электронную

Первые упоминания о школьной доске известны с конца XIV века. Однако повсеместное использование началось с конца XVIII века, когда сланцевые пластины стали применять во всем мире.

Изначально доски были аспидные (из пластины цветного сланца - аспиды), или грифельные. Они были размером с тетрадный лист в деревянной рамке. Постепенно им на смену пришла меловая доска. Ей пользуются и сегодня. В конце 90-х популярность приобрела маркерная доска, ко-

Отказ от бумажных дневников в пользу электронного

Школьный дневник - изобретение эпохи Просвещения. Он был придуман в Англии в 1789 году педагогом Рональдом Кейрманом, причем в те времена дневник служил только для записи до-



На портале «Школа.Москва» (shkolamoskva.ru) готовится новый раздел, где будут собраны лучшие практики образовательных организаций столицы - школ, колледжей, детских садов. В этой библиотеке проектов столичные школы могут почерпнуть идеи и обменяться опытом, как сделать пространство более удобным и современным, как вдохновить ребят с удовольствием читать, заниматься творчеством и спортом, как использовать цифровые технологии, чтобы учиться было интереснее, как зарядить учителей на креатив, превратить школьные праздники и традиции в настоящее яркое шоу и многое другое.

СЕГОДНЯ МЫ ПРЕДСТАВЛЯЕМ НЕСКОЛЬКО ЯРКИХ ПРИМЕРОВ ПРОЕКТОВ ШКОЛ, КОТОРЫЕ УЖЕ РЕАЛИЗОВАНЫ

**Школа №814.
Буккроссинг:
перекрестный обмен книгами**

Ребята и учителя школы №814 организовали проект обмена книгами для популяризации чтения и ответственного «книжного потребления». Буккроссинг (перекрестный обмен книгами) помогает ученикам находить не только новую интересную литературу, но и друзей со схожими увлечениями. Современный тренд совместного использования (шеринга) позволяет также сэкономить природные ресурсы.

На совете старшеклассников ребята выдвинули идею, которую поддержали администрация школы и управляющий совет. Определили места для установки книжных полок. Выбрали их через «Комус» (ресурс закупки для школы), оформили документы. Пока ждали проведения закупки, начали агитацию среди школьников, чтобы приносили книги. Распределили литературу по возрастам. Получили полки, поставили на них книги - для младшего звена на нижние, для старшего на верхние. Оформили зону буккроссинга цитатами и хештегами.

Обмен книгами - одна из экологических альтернатив покупке книг, позволяет экономить бумагу, ресурсы и пространство в до-

мах. Проект популяризирует чтение, подвигает детей к общению, обмену мнениями, позволяет находить новые точки соприкосновения с другими ребятами, общие интересы и единомышленников.

Важно! Постоянно контролировать контент.

На полках и в зоне буккроссинга должны быть порядок, чистота. А значит, нужны вовлеченные энтузиасты. Те, кто займется подготовкой и реализацией проекта: отбором книг, помощью при доставке их в школу (например, малышам и кому физически тяжело принести), ревизией литературы - поддержанием порядка на полках, расстановкой по рубрикам и возрастам.

**Школа №1515.
Образовательное пространство**

С сентября 2019 года ученики и учителя школы активно конструируют образовательное пространство. Проект основан на идее конвергентного подхода - взаимопроникновения и взаимовлияния различных предметных областей. Продуманы и реализованы тематические решения для стен школы, предназначенные для оформления рекреаций, столовой, коридоров и классов. Креативные решения информативны, объединили образовательные и интерактивные функции. С их помощью формируется образовательное пространство как продуманный и удобный инструмент для работы и учебы. Данная среда живая и мобильная, с возможностью пополнения информацией от самих учеников.

В коридорах на стенах размещены композиции, которые, с одной стороны, украшают и зонировать пространство, с другой - работают как обучающий материал, который постоянно пополняется и является мобильным благодаря QR-кодам. Ученики тоже имеют возможность дополнять материал.

Рядом с кабинетом биологии размещена схема, отражающая видовое разнообразие живых организмов, причем размеры изображений представителей систематических единиц пропорциональны количеству видов. На информационном круге рядом с изображением есть информация с названием класса на русском и латинском языках и кармашек с QR-кодом. По умолчанию данный код ведет на соответствующую статью в Википедии, но ребята могут поставить и свой QR-код, насытив его новой информацией. Рядом с кабинетом информатики отражен целый мир програм-

мирования: известные личности, факты, статистика и кармашки с QR-кодами.

Коридор, ведущий к школьной библиотеке, имеет особые полки с книгами, которые снабжены QR-кодами, считывая их, ученики могут бесплатно скачивать и читать книги онлайн. Это формирует образовательное пространство, где соединены и программа школы, и ее интерьер, и цифровые возможности.

Идея конвергентности осуществлена в рекреации, объединяющей кабинеты физики и немецкого языка, здесь рассказывается об известных физиках и их открытиях на немецком языке.

Учителя также используют это образовательное пространство,

меняя учеников и превратить их из пассивных наблюдателей или пользователей в активных участников, - отметили в администрации школы.

**Школа №949.
Автоматические ячейки хранения «Умный сейф»**

При проведении экзаменов, олимпиад школьникам необходимо оставить личные вещи, телефоны перед входом в аудиторию. В настоящее время в большинстве школ сохранность ценных предметов на время проведения мероприятий обеспечивают администратор или охранник. Это не всегда удобно, не гарантирует сохранность вещей, требуется поиск места складирования.

ные замки, открывающиеся электронным ключом. Прибор легко программируется, им легко управлять. Если ученик забыл комбинацию кода или потерял карту, разработан специальный код, который доступен администратору, - рассказали участники проекта.

Школьники и учителя не только создали прибор, но и сертифицировали его.

Прибор уже использовался при проведении олимпиад и доказал свою надежность. В дальнейшем планируется увеличить количество ячеек и установить звуковую и световую сигнализацию.

В ближайшее время в школе планируют интегрировать «Умный сейф» со школьными картами на проход и питание.

Прокачиваем

Библиотека

давая разные ссылки на обучающие материалы, организуя квесты и игры, а также для решения педагогических задач, вынося обсуждение и объяснение учебного материала из классов в коридоры и рекреации школы.

Видовые стены фойе - это лицо школы, на них разместили логотип, основные ценности, направления и достижения школы, мотивирующие цитаты.

Создали информационные зоны для объявлений и сообщений. Расписания находятся в самом проходном месте - около гардероба. Здесь организовано информационное пространство, заполняемое оперативно и мобильно, в том числе и самими учениками. Информацию можно написать, нарисовать, приклеить фотографию, проявить креатив и поделиться идеей. В данной локации размещают информацию об ожидаемых событиях, поздравления, организуют на совместные дела.

Как показал опыт школы №1515, главное - начать.

- Попробовав трансформацию одного образовательного пространства, школа никогда не остановится на достигнутом. Мы продолжаем трансформировать нашу среду, с каждым изменением подходя к этому более осознанно. Ребята и учителя гордятся сопричастностью формированию образовательного пространства, а главное - пользуются им, расширяя свои возможности. Проект позволил включить в процесс из-



Ученики и учителя школы разработали стильные и надежные ячейки хранения, размещенные в коридоре школы. Ячейки открываются по специальному секретному коду, карте либо отпечатку пальца. Устройство имеет небольшие размеры, удобное для установки в коридоре школы.

Ученики под руководством учителей спроектировали и изготовили прототип устройства, предназначенного для автоматического хранения небольших предметов (телефонов, документов, ключей) в автоматических ячейках. Работа по созданию устройства состояла из пяти этапов:

1. Моделирование конструкции ячеек хранения и управляющего блока.
2. Создание алгоритма работы прибора.
3. Выбор устройства управления и необходимых электронных компонентов. Проект электрической схемы.
4. Создание программы для контроллера блока управления.
5. Сборка и апробация прототипа устройства на практике.

- Корпус прибора изготовлен из черного оргстекла и имеет минимальное количество деталей. Так он менее заметен в помещении. Питание устройства идет от аккумуляторов или блока сети. В ячейках установлены электромагнит-

**Школа №949.
Лаборатория дизайна**

Креативным оформлением школьных кабинетов занимались ученики под управлением взрослых. Причем дети были подключены к работе на всех этапах - от идеи проекта, составления сметы до финальной реализации.

На совете школы старшеклассники выдвинули идею о креативном оформлении рекреаций. Однако после обсуждения идеи с педагогами было решено сформировать комплексное креативное пространство, куда помимо рекреаций были интегрированы и учебные классы.

На втором этапе ученики представили первые разработки оформления пространства. К реализации подключились педагоги по информатике и 3D-моделированию, ученики IT-классов, которые отрисовали макеты в формате 3D.

- Тематику оформления кабинетов разрабатывали сами дети. Мы старались оформить в единое пространство и рекреации, и кабинеты, например естественно-научную зону, куда вошли два кабинета биологии и кабинет медицины, а в перспективе в проект войдет и кабинет химии. Причем изначально оформляются кабинеты, а рекреация как объединяющее пространство - в финале,





ИДЕИ

проектов

- рассказала заместитель директора школы по содержанию образования, конвергенции образовательных программ Наталья Аринина.

Подготовительный этап от идеи до создания макета занял около двух месяцев. В нем участвовали 17 детей и 10 учителей. Все работали во внеурочное время.

Дизайн-проект согласовали на уровне администрации школы. Как пояснила Наталья Аринина, согласование прошло легко и комфортно, кроме того, и во время работы над дизайном споров не возникало.

- Содержательную часть оформления инициировали педагоги-предметники. Учителя информатики, которые владеют навыками 3D-дизайна, обращали внимание на цветовое сочетание и грамотное расположение эскизов, заполняемость макетов, - уточнила она.

Материальным обеспечением проекта занимались взрослые, они составили смету и рассчитали затраты. К расчетам подключили и учеников предпринимательского класса, поскольку смета составлялась отдельно на каждый класс. После утверждения сметы администрация школы закупила необходимые материалы.

На последнем этапе в классах работали дети под управлением взрослых. Этого требуют правила безопасности. Те, кто владел навыками графики, переносили макеты на стены, остальные красили. Оформление одного кабинета занимало около месяца. За летний период успели сделать три кабинета. В марте 2022 года окончательно оформлены пять, шестой в процессе. В основном участники проекта работают в каникулы. Поэтому процесс несколько растянут во времени.

- Мы уверены, что в таком пространстве образование намного эффективнее. Создается особое настроение. Дети быстро вживаются в новое пространство. Им комфортно в таких классах. Мы специально не использовали кричащие цвета. Самые яркие образы в кабинетах информатики. В естественно-научных кабинетах более спокойное оформление, - пояснила заместитель директора школы. - Дети стали бережнее относиться к школе.

По словам педагогов, проект объединил всех учеников независимо от того, обладают они креативным мышлением или нет, ребята из IT-классов и предпринимательских, тех, кто мог разрабатывать макет и красить стены. Длительное время вся школа жила общей идеей.

- Надо дать возможность говорить детям и фантазировать. Именно они будут движущей силой этого проекта. Главное - соблюдать универсальный алгоритм - от идеи к эскизу, далее к смете, потом к реализации. И все получится! - подчеркнула Наталья Аринина.

Школа №950. Сити-ферма и класс благородных девиц

Казалось бы, что может связать эти два разных направления, которые реализуются в школе №950? Оказалось, связь прямая - оба проекта помогают развиваться друг другу.

В проекте задействованы предметы естественно-научного цикла: биология, химия, физика, технология, а также медицинское направление.

Инициаторы проекта - учителя биологии и технологии - спроектировали и сделали стеллажи, создали системы освещения и полива. А первые семена растений посадили ученицы класса благородных девиц. Они же являются и активными участницами - ухаживают за растениями. В проекте задействованы не только ученики, но и дошкольники. Дети под руководством воспитателей и учителей биологии изучают выращенные растения и сравнивают их с другими, полученными в естественной среде. Юные IT-инженеры разрабатывают системы полива и освещения.

Проект «Сити-ферма» активно развивается. В перспективе будет построена уличная теплица, куда переедет часть растений из школьной фермы.

Сити-фермер - профессия будущего. Для ее освоения необходимо знание не только биологии, но также программирования, агротехнологий, биоинженерии. Специалисты этого профиля будут востребованы в мегаполисах и станут заниматься проектированием и обустройством ферм, дающих возможность жителям

выращивать органически чистые продукты в пределах города.

Помимо оборудования, которое спроектировали и создали учителя физики и технологии, педагоги разработали дополнительную общеобразовательную программу «Юный сити-фермер», а также тематический план. Программа рассчитана на один год обучения, включает в себя еженедельные занятия (1 раз в неделю) для ребят 11-14 лет. Юные фермеры изучают условия выращивания растений, в том числе и на гидропонике, критерии отбора растений и семян, технологии выращивания, субстраты для гидропонике и многое другое. Даже те дети, которые в дальнейшем не свяжут свою жизнь с этой профессией, будут иметь прочные навыки в области биоинженерии, биологии и других наук.

Что же касается особого класса только для девочек, то именно здесь, по мнению учителей, родителей и самих воспитанниц, девочки смогут стать настоящими леди, получить возможность максимально комфортного и всестороннего образования.

Три года назад родители учениц, которые переходили из начальных классов в основную школу, обратились с предложением к администрации организовать для девочек отдельное образовательное пространство. Аргумент - в такой среде девочкам будет легче адаптироваться к основной школе, повысить мотивацию к обучению, побороть неуверенность и тревогу с учетом психофизических особенностей. По просьбе родителей такой класс был создан.



- Наше преимущество - гендерная индивидуализация обучения, - рассказала классный руководитель Валентина Ковешникова. - Здесь воспитанницы получают всестороннее глубокое образование, ориентирующее их на профессиональную и творческую деятельность.

Воспитанницы находятся в школе с 8.00 до 17.00. Первая половина дня занята традиционным образовательным процессом, вторая построена по особому плану, куда включены дополнительные уроки технологии - домоводства (девочки изучают кулинарию, шитье и занимаются на сити-ферме), хореография, музыка (хор благородных девиц), риторика, школа хороших манер и даже игра на барабанах. Помимо насыщенной учебы у воспитанниц яркая и внеурочная деятельность. Они готовятся к олимпиадам, изучают Москву, участвуют в движении «Юнармия», знакомятся с традициями и праздниками народов страны, получают навыки финансовой грамотности.

Проект «Класс благородных девиц» реализован силами учи-

телей школы и педагогов дополнительного образования.

- Мы открывали класс по решению управляющего совета и администрации школы. Работа по организации учебного процесса началась со сбора мнений родителей. Путем опроса было выявлено, какие учебные и дополнительные предметы необходимы для всестороннего развития наших девочек. Далее мы оценили возможности школы, составили программу и утвердили ее. Параллельно велся подбор классных руководителей, которые бы создали для воспитанниц максимально комфортную атмосферу в классе. Также было принято решение о школьной форме, которая состоит из платья и фартука, - рассказала Валентина Александровна.

После согласования учебного плана проект был запущен и успешно реализуется три года. Рассчитан до 9-го класса.

Воспитанницы стали чувствовать себя более комфортно и уверенно. Научились публичному выступлению, грамотному ведению дискуссии.

- Эти классы отличаются великолепной дисциплиной. Здесь не бывает опозданий и нарушений школьного распорядка, несоблюдения правил или дресс-кода. Наши воспитанницы в том числе благодаря изучению этикета знают, как вести себя в обществе. Девочки мотивированы и ответственны. Успеваемость в этих классах высокая. Классы небольшие - 14-15 человек. Здесь царит атмосфера доверия, - отметила Валентина Ковешникова.

Школа №1450 «Олимп». Город в городе

В здании школы создана особая территория - улицы, перекрестки, дома, светофоры. А полноправными участниками дорожного движения здесь являются ученики 1-4-х классов - пешеходы, водители и даже инспекторы ГИБДД. «Город в городе» - это комплексная система по профилактике дорожно-транспортного травматизма. Занятия в интерактивном пространстве прочно вошли в образовательный процесс.

Ученики младших классов изучают не только правила дорожного движения как пешеходы, но и как настоящие водители. Ребята занимаются почти каждый день. Они, несмотря на юный возраст, уверенно чувствуют себя за рулем автомобилей. Но не позволяют себе лихачить. Зато уже умеют парковаться даже в ограниченном пространстве.

Дети вместе с педагогами на занятиях и переменах моделируют различные дорожные ситуации, потом анализируют их, постигают культуру поведения на дороге. Во время занятий получают практические и теоретические знания.

Помимо правил поведения на дороге благодаря проекту школьники получают знания о городе. Каждый дом, изображенный в интерактивном пространстве, снабжен QR-кодом. С помощью смартфона можно узнать историю дома и место его расположения. Оказавшись на улице возле дома, который ребята видели у себя в школе, они точно не растеряются на дороге, а значит, будут в безопасности.

Как отметил педагог школы №1450 Антон Барышев, на занятиях дети более глубоко изучают правила дорожного движения и как пешеходы, и как будущие водители.

- Мы изучаем и теорию, и практику. У нас есть дорожная разметка, максимально приближенная к реальной. Дети уже с самого маленького возраста понимают, как двигаться на автомобиле, как парковаться, как реагировать на сигнал светофора, как соблюдать ограничения дорожной разметки. Кроме того, подобная площадка расположена и на улице. То есть дети могут применить свои знания в разных локациях. Что получаем в результате? Ответственных участников дорожного движения - пешеходов и будущих водителей, - подчеркнул Антон Барышев.

1. Необходимо создать дизайн-макет, в который будут включены детали и объекты проезжей части: перекресток, повороты, карманы, тротуары, светофоры, дорожные знаки.

2. Одновременно выбрать автомобили, которые смогут комфортно перемещаться по созданной проезжей части. При создании дизайн-проекта необходимо учитывать ширину велосипеда.

3. Перенести макет непосредственно на локацию.

4. Начинать занятия. В конце учебного года можно провести экзамен на знание ПДД и правил вождения велосипеда. В экзамен можно включить элементы «змейка», «парковка в ограниченном пространстве», «разворот».

Отметим, что школьная форма - обязательное условие обучения в таком классе. Еще одно условие зачисления в класс - высокая мотивация воспитанниц на изучение не только обязательного, но и дополнительного материала.

1. До начала реализации необходимо оценить возможности школы. Найдутся ли пространство и педагоги для дополнительного обучения.

2. Также до запуска необходимо собрать обратную связь от родителей, получить ответ на вопрос, нужен ли такой класс школе.

3. Нужно составить учебный план, в том числе по дополнительному образованию, и «дорожную карту» реализации проекта. Согласовать план с администрацией школы.

4. Подобрать классных руководителей, которые до формирования классов смогут общаться с педагогами начальной школы и оценить возможность набора классов.

5. Разработать и реализовать рекламную кампанию по набору в класс благородных девиц.

Стартап со школьной скамьи

Учеба в предпринимательском предпрофессиональном классе глазами старшеклассников

Создать бизнес-план, оценить риски и обойти конкурентов - ученики московских предпринимательских классов знают о бизнесе если не все, то гораздо больше многих взрослых. В начале этого учебного года городской проект «Предпринимательский класс в московской школе» стартовал в 44 образовательных организациях столицы. Ключевой партнер проекта - Российский экономический университет имени Г.В.Плеханова. Будущие бизнесмены, а сегодня пока еще десятиклассники, углубленно изучают математику, экономику, право, обществознание и иностранные языки, а также с большим рвением осваивают дополнительные курсы по основам предпринимательства и финансовой грамотности. А после уроков стремятся применить знания для развития собственного дела.

курс), а также бизнес-английский, бренд-менеджмент, бизнес-планирование, информационные технологии в решении бизнес-задач и другие практико-ориентированные курсы.

Преимущества предпринимательских классов

Выпускники предпринимательских классов не только получают теоретические знания, необходимые для успешного поступления в вузы, но и осваивают перспективные технологии в сфере предпринимательства.

Ученики предпринимательских классов активно участвуют в различных конференциях, бизнес-инкубаторах, проектных сессиях, олимпиадах и конкурсах.

Старшеклассники приобретают навыки разработки и реализации бизнес-идей, способных в ближайшей перспективе повлиять на развитие мегаполиса и страны в целом.

В процессе обучения школьники включаются в предпринимательскую экосистему города, ко-

торая позволяет реализовывать бизнес-проекты и включает сеть компаний-партнеров, бизнес-акселераторов, технопарков, общественных и профессиональных организаций в сфере бизнеса.

Победители и призеры городских научно-практических конференций и чемпионатов бизнес-идей могут получить дополнительные баллы при поступлении в РЭУ имени Г.В.Плеханова.

Интерактивная карта предпрофклассов на сайте «Школа.Москва» shkolamoskva.ru/predprof

На сайте «Школа.Москва» создан удобный и понятный раздел, посвященный предпрофессиональным классам в Москве, на котором можно найти описания всех проектов, фотогалереи и видеовизитки, а также интерактивную карту школ Москвы с предпрофклассами.



Комментарии

Яна КЕЛЕП, ученица школы №1367:

- Я выбрала предпринимательский класс, потому что чувствую, что у меня предрасположенность к гуманитарным наукам. Хочу поступать на психологический факультет, но также дополнительно задумываюсь о фрилансе и предпринимательстве. Для этого и нужны знания в этой области.

Мне всегда интересно узнавать что-то новое из области малого бизнеса. Например, с чего стоит начать вести собственное дело, как его развивать и продвигать. Предпрофессиональное обучение поможет мне в этом! Думаю, что знания по предпринимательству и малому бизнесу особенно актуальны сейчас, они могут служить дополнительным источником дохода. Еще огромным плюсом для меня стали разные мастер-классы, которые проходят на дополнительном обучении.

Ксения ЛЕБЕДЬ, ученица школы №1788:

- На занятиях мы изучаем бизнес: учимся применять экономические технологии для решения разных задач, создаем индивидуальные проекты и реализуем первые бизнес-идеи. Например, изучая базу предпринимательства, мы можем составить свой бизнес-план, провести оценку рынка, узнать о финансах и научиться их использовать.

Интересно ощущать себя маленьким предпринимателем. Думаю, я свяжу жизнь с маркетингом. И обучение в предпрофессиональном классе - это большая помощь для достижения моей цели.

Кристина ЯГУПОВА, ученица школы №1788:

- Меня всегда привлекала предпринимательская деятель-

ность, ведь бизнес-сфера - это творческое и свободное пространство. Во-первых, ты можешь заниматься делом, которое тебе по-настоящему нравится. Во-вторых, у тебя есть свобода выбора: можно регулировать свой рабочий график, обустроить рабочее пространство на свой вкус, определять внутреннюю политику своего предприятия. В-третьих, занимаясь предпринимательством, мы показываем миру себя и свои способности. Поэтому для меня предпринимательский класс был наилучшим вариантом. Здесь я могу уделять внимание тем предметам, которые мне интересны и необходимы: финансовая грамотность, основы предпринимательской деятельности, экономика и право.

Мы с классом часто посещаем мероприятия по нашему профилю. В начале ноября при чемпионате Business Skills для школьников и студентов колледжей проходили онлайн-активности по формированию предпринимательского мышления. Мне очень понравились эти вебинары, они расширили мои знания. Теперь в рамках этого чемпионата я со своей напарницей буду представлять свой собственный бизнес-проект по созданию экологичного бренда одежды «Кека». Фэшн-индустрией я начала интересоваться несколько лет назад. Меня привлекает мода тем, что она дает людям возможность самовыражаться и обретать уверенность в себе. Знания и опыт, полученные за полгода учебы в предпринимательском классе, помогли мне разработать собственный бизнес-план.

В предпринимательском классе ты можешь развивать себя как предприниматель, экономист, юрист, маркетолог или банкир. На занятиях мы решаем разные бизнес-кейсы: составля-

ем маркетинговые планы компаний, отстаиваем права потребителей и предпринимателей, рассчитываем доходы и расходы. Например, в первом полугодии мы посещали вебинары от проекта «Финскиллс», созданного при содействии Центрального банка. По итогу каждый из нашего класса прошел личный финансовый зачет на высокие баллы. Еще мы посещаем «Университетские субботы», особенно лекции и тренинги при РЭУ имени Г.В.Плеханова. На них можно узнать много нового и интересного в сфере предпринимательства, маркетинга и экономики.

Артем АНДРЕЕВ, ученик школы №1788:

- После 9-го класса решил продолжить свое обучение в школе. Я хотел изучать любимые предметы на углубленном уровне, поэтому остановился на предпринимательском классе. За первые месяцы обучения я ни разу не усомнился в своем выборе. Мы изучаем обществознание, экономику, право, финансовую грамотность и предпринимательство. На каждом уроке я испытываю удовольствие не только от самого процесса получения знаний, но и от того, в какой манере и форме учитель подает информацию. Он является большим специалистом в предпринимательском направлении. В будущем хочу работать экономистом, менеджером или аналитиком. Возможно, свяжу свое будущее с предпринимательством.

Герман ТИХОНОВ, ученик школы «Дмитровский» имени Героя Советского Союза В.П.Кислякова:

- Предпринимательский класс дает обширную базу знаний, необходимых для развития и работы в области предпринимательства. Планирую стать менеджером, несмотря на все трудности этой профессии. Данная сфера хорошо оплачивается, а это поможет мне достигнуть многих целей, которые я ставлю перед собой. Обучение в предпрофессиональном классе - это фундамент для моей будущей карьеры менеджера. Благодаря обучению я смогу поступить в вуз своей мечты, что в дальнейшем позволит мне реализовать мои планы.



В 2021-2022 учебном году стартовал новый городской проект «Медиакласс в московской школе», который предлагает обучение по различным направлениям: медиакоммуникации в социальных сетях, фото-, теле- и радиожурналистика, реклама и связи с общественностью, а также медиажурналистика. Ученикам предпрофессионального медиакласса доступны курсы по блогингу, копирайтингу, технологиям создания современного медиатекста и управлению в креативных индустриях, искусству публичных выступлений.



Ребята могут выбрать одно из направлений:

- медиажурналистика;
- медиакоммуникации в социальных сетях;
- фотожурналистика;
- тележурналистика;
- радиожурналистика;
- реклама и связи с общественностью.

В рамках проекта ученики медиаклассов учатся создавать уникальный мультимедийный контент в современных оборудованных школьных медиа студиях.

Регулярно участвуют в профессиональных мастерских, брифингах и пресс-конференциях с известными специалистами медиакомпаний и крупных СМИ, посещают тренинги и практические занятия на базе вузов - партнеров проекта.

Старшеклассники изучают корпоративную культуру российских медиакорпораций и бизнес-процессы в развивающихся сегментах медиарынка. И что немало важно, ребята получают возможность учиться у профессионалов медиасферы, участвовать в мастер-классах, форумах, экскурсиях и других мероприятиях в качестве юных журналистов.

Медиацентр регулярно организует мастер-классы - звездные уроки с представителями креативных индустрий, которые от первого лица рассказывают о секретах и лайфхаках профессии, своим опытом, а также дают практические советы ребятам. Записи медиауроков можно посмотреть на сайте Московского образовательного, а также на сайте «Школа.Москва».

Медиаурок Алексея Франдетти: главное в команде - доверие

Артистам важно не просто видеть обратную связь от аудитории, но и чувствовать ее.

Алексей Франдетти - российский режиссер театра и кино, актер, художник, лауреат премии «Золотая маска».

Одно из главных правил любого театра, музыкального или драматического, - это команда и диалог. Как говорится, один в поле не воин. Какие бы у вас ни были амбиции и желания, все равно театр, кино, телевидение - это дело всего коллектива. Для того чтобы состоялся спектакль, работает огромная команда людей.

В процессе создания любого спектакля сначала рождается

Мастер-классы для медиаклассов

Известные писатели, журналисты, режиссеры и другие профессионалы творческого цеха проводят звездные уроки

замысел. Дальше ты собираешь единомышленников - людей, которым ты доверяешь. Доверие - основа.

Если говорим про музыкальный театр, то самое главное в мюзикле - это музыка. Для этого нужен композитор, который создаст эту музыку. Дальше появляется поэт, который создает тексты. Тот, кто придумывает историю, - это драматург. Режиссер часто появляется после того, как произведение уже создается.

Продюсер помогает координировать все рабочие процессы. Если режиссер - сердце спектакля, то продюсер - это мозг спектакля.

Еще нужны костюмеры - это те, кто надевает костюмы на артистов. Чтобы эти костюмы сделать, нужны художники по костюмам. Сценографы - это художники, которые создают пространство на сцене. И еще один важный человек в музыкальном театре - хореограф-постановщик.

Еще нужны два человека, чтобы спектакль состоялся: музыкальный руководитель, который будет помогать разучивать музыку и с оркестром, и с вокалистами, и художник по свету. Свет может скрыть многие недостат-

ки декораций, хореографии. Если затемнить сцену или «поморгать» светом, можно отвлечь внимание зрителя и скрыть какой-то «косяк».

Но какую бы сложную сцену ни придумали - невероятные трюки, полеты, бои, шпаги и все что угодно, все это ничто. Самое главное на сцене - мы наблюдаем за человеком, за артистом. Он держит внимание зрителя.

Если в драматическом театре мы можем поставить два стула и сыграть на них «Вишневый сад», «Гамлета», «Чайку», то в музыкальном театре как минимум нужен оркестр. Зритель должен удивиться. Даже если стоят два стула, они должны мигать, превращаться в стол, потом еще во что-то.

В последние несколько лет музыкальный театр смог пробиться в первую очередь к молодому зрителю. Почему вдруг поющие и танцующие люди рядового зрителя перестали раздражать? Обычно существовало такое разложение: мюзикл, опера и балет - это не для всех. Там люди поют, танцуют... И вдруг по каким-то причинам в последние несколько лет



нечто произошло, и мы стали легче воспринимать танцы и песни. Это связано с появлением соцсетей. Мы с командой сделали полностью виртуальный спектакль: это был мюзикл с оркестром, танцами и вокалистами. И у нас все получилось!

Но ни один классный фильм, ролик, любая трансляция не заменят живого театра. Артистам важно не просто видеть обратную связь от аудитории, но и чувствовать ее. Это постоянный энергетический пинг-понг.

У меня порядка 50 кинокартин, в которых я снялся. Но, положив руку на сердце, скажу: я не люблю кинопроцесс. Когда ты работаешь с камерой, она тебе ничего не отдает, а только ты ей. И после киносмены ты возвращаешься домой абсолютно никакой.

При этом после многочасовой репетиции в театре и уж тем более после трехчасового спектакля, когда ты очень много отдаешь, ты столько же и получаешь. И ты можешь просто лететь на крыльях и

еще отыграть после этого, как тебе кажется, 25 спектаклей.

Любой артист, стоя на сцене, должен задавать себе вопрос: «Чего я хочу?» И как только он отвечает на него, все отвлекающие моменты уходят на второй план: звонок мобильного телефона в зале, шуршание конфет и так далее. Нужно четко понимать, что ты делаешь и чего хочешь.

Вообще очень важно то, чем ты занимаешься, делать в удовольствие. Если не получаете кайфа от процесса, будь это театр, журналистика, математика, геометрия, спорт, если это все происходит из-под палки, приходится себя заставлять, стоит задуматься о том, что, возможно, нужно выбрать что-то еще.

В театре и вообще в любом творчестве - живописи, телевидении, кино - важен детский запал, когда человек вдруг по-детски заводится. Я видел много известных режиссеров, дирижеров, директоров театров, но, когда они заходят в репетиционный зал, они превращаются в пацанов, у которых горят глаза. Это очень важно.

Если что-то не получилось, я стараюсь не рефлексировать и не бить себя по рукам. Нужно двигаться дальше. Вот что я говорю своему ребенку. Если даже что-то не произошло, как хотелось, сделать выводы и двигаться дальше. Потому что ты не можешь отдавать энергию на то, что осталось в прошлом.



В апреле проходит заключительный этап открытых городских научно-практических конференций «Старт в медицину», «Инженеры будущего», «Курчатовский проект - от знаний к практике, от практики к результату» и «Наука для жизни».

Ежегодно организаторы - Департамент образования и науки города Москвы и Городской методический центр ДОНМ - расширяют число участников. Так, в рамках конференции «Курчатовский проект - от знаний к практике, от практики к результату» создана отдельная секция «Первые шаги в науку» для учеников начальных классов.

Впервые в конференции «Наука для жизни» открыто новое направление - «Медиаарт». Здесь ученики 7-11-х классов могут представить свои проекты и исследования, посвященные СМИ, образованию, культуре, языкознанию, филологии, технологиям будущего.

- Каждый учебный год мы открываем новые направления предпрофессиональных классов, ориентируясь на запросы школьников, перспективное развитие города и бизнес. С 1 сентября в московских школах начали работу медиаклассы. Соответственно расширяем и количество направлений научных конференций, где старшеклассники могут применить свои знания на практике. Будущим журналистам и пиар-специалистам мы предлагаем попробовать себя в конференции «Медиаарт», - рассказала Наталья Киселева, заместитель руководителя столичного Департамента образования и науки.

На открытые городские научно-практические конференции в 2022 году представили 14876 работ.

«Старт в медицину» - 2126, «Курчатовский проект - от знаний к практике, от практики к результату» - 2539, «Наука для жизни» в направлении «Мегаполис как пространство успеха и социальной ответственности» - 1356, «Многообразие науки» - 3632, «Медиаарт» - 827, «Инженеры будущего» в направлении «Инженеры» - 3136, «ИТ» - 1260.

Старт в медицину

В практической конференции «Старт в медицину» участвуют школьники 8-11-х классов. Они представляют исследования в 16 тематических секциях, среди которых «Анатомия и физиоло-



Первые шаги в большую науку

гия человека», «Биотехнология и биоинженерия в медицине», «Биофизика», «Биохимия» и другие. Цель конференции - независимая оценка качества предпрофессиональной подготовки учащихся и представление учениками умений в области разработки прикладных практико-ориентированных проектов и исследований в современной медицине, а также обобщение, систематизация и распространение эффективного опыта работы образовательных организаций.

- Мы заинтересованы в талантливой молодежи, которая занимается научными исследованиями и проектами и приходит в университет уже подготовленной. Уверены, что именно эти ребята точно останутся в профессии, они выбрали ее осознанно. Поэтому конкурс проектов и исследований является подтверждением того, что произошел отбор талантов. Когда школьник выбирает подходящую ему специальность, он учится с удовольствием и становится хорошим специалистом, - отметила Татьяна Литвинова, проректор по учебной работе Сеченовского университета.

В 2021 году в заключительном этапе конференции приняли участие 966 учеников 8-11-х классов и 16 педагогов из 195 школ Мо-

сковы и 45 образовательных организаций Московской, Брянской, Пензенской и Владимирской областей, Владивостока, Астрахани, Уфы, Красноярска, Хабаровского края, Республики Казахстан и др. Конкурс проходил в течение четырех дней на площадке Сеченовского университета. Наибольшее количество работ было подано в секции «Профилактическая медицина и гигиена», «Анатомия и физиология», «Химия в фармации и медицине», «Безопасность жизнедеятельности человека», «Лекарственные растения» и «Экология человека».

Инженеры будущего

Ежегодная открытая городская научно-практическая конференция «Инженеры будущего» помогает определить актуальные эффективные модели реализации предпрофессионального обучения с учетом потребностей экономики столицы, а также представить образовательные достижения учеников инженерных классов.

Для участия в практической конференции «Инженеры будущего» приглашены ученики 7-11-х классов. Для них в направлении «Инженеры» открыто 12 тематических секций, среди которых «Прикладная физика», «Интеллектуальные робототехнические системы, беспилотные аппараты», «Строительство, дизайн и архитектура», «Иновации умного города. Умная школа», также эта секция представлена для работ на английском языке. В направлении «ИТ» открыто шесть тематических секций, в том числе «Программирование», «Робототехника», «Большие данные» и др. В 2021 году в направлении «Инженеры» было определено 315 призеров и 80 победителей, в направлении «ИТ» - 52 призера и 12 победителей.

- Уровень подготовки наших школьников, будущих абитуриентов, которые планируют связать свое будущее с инженерными ис-

следованиями в данном направлении из 2667 участников были определены 188 призеров и 81 победитель.

В направлении «Мегаполис как пространство успеха и социальной ответственности» открыто семь секций, среди которых «Здоровый образ жизни и спорт в мегаполисе», «Проблемы XXI века».

В направлении «Медиаарт» открыто также семь секций: «Медиажурналистика», «Реклама и связи с общественностью» и др., а также секция на иностранном языке «Городская жизнь: вызовы и возможности - профессии мегаполиса», (английский, французский, немецкий, испанский, китайский).

- Мы видим огромное количество проектов самой различной направленности, посвященных аспектам того, что называется наукой для жизни. Тенденция такая, что школьники начиная уже с 5-6-х классов делают проекты, если хотят специализироваться в исследовательской области. И уже к 8-му классу имеют вполне оформленные и методологически корректно проведенные работы, которые приносят что-то новое в науку, - отметил Михаил Губко, заместитель директора по научной работе Института проблем управления имени В.А.Трапезникова РАН.



пециальностями, растет. Однозначно такие конференции - это путеводитель для них. Они начинают создавать проекты и получать компетенции, которые станут подспорьем для их профессионального развития, - отметил Игорь Исаев, проректор по безопасности и общим вопросам Национального исследовательского технологического университета «МИСиС».

Наука для жизни

Конференция «Наука для жизни» позволяет ученикам представить предпрофессиональные умения и знания в области разработки практико-ориентированных проектов и исследований, в том числе гуманитарной направленности, а также обобщить, систематизировать и распространить эффективный опыт работы образовательных организаций.

В конференции «Наука для жизни» для учеников 7-11-х классов открыто три направления: «Многообразие науки», «Мегаполис как пространство успеха и социальной ответственности», «Медиаарт» (новое направление). В направлении «Многообразие науки» открыта 21 тематическая секция, в том числе «Нанотехнологии», «Предпринимательство», «Экономика» и др. В

Курчатовский проект - от знаний к практике, от практики к результату

В конференции «Курчатовский проект - от знаний к практике, от практики к результату» принимают участие школьники с 1-го по 11-й класс, а также студенты 1-го и 2-го курсов организаций среднего профессионального образования. Ученики начальных классов предлагают к рассмотрению работы в тематической секции «Первые шаги в науку». Старшие школьники и студенты - в секциях «Идея», «Метод», «Среда» и «Поиск». В 2021 году призерами стали 89 участников, победителями - 38.

- Конференция «Курчатовский проект - от знаний к практике, от практики к результату» демонстрирует впечатляющие итоги реализации междисциплинарного подхода в образовании. Мы видим, что состав участников с каждым годом расширяется, наравне со старшеклассниками научной деятельностью увлеклись и младшие школьники. Этому способствует в том числе и оснащение школ - участниц Курчатовского проекта современным высокотехнологичным учебным оборудованием, - отметил директор Городского методического центра Андрей Зинин.



Комментарии

Анна ГАЛОЯН, ученица 11-го класса школы №2114 (разработала действующий прототип роботизированного реабилитационного устройства - экзозуки, которое позволяет восстановить функции моторики и управляется через смартфон при помощи Bluetooth. Анна представила проект на конференции «Инженеры будущего» и стала призером):

- Проект «Инженерный класс в московской школе» позволяет всем ребятам, заинтересованным в области инженерного дела, продвинуться вперед. Создано много возможностей для заинтересованных учеников в получении дополнительных знаний: мастер-классы от вузов, школ, практики (многосторонняя инженерная практика для обучающихся). Организованы инженерные конкурсы (конференция «Инженеры будущего»), позволяющие показать собственные достижения и увидеть проекты других ребят, познакомиться, расширить круг общения, обсудить различные вопросы. Мне очень нравится обучаться в инженерном классе, ведь ни один другой обычный класс не сможет обеспечить такое большое количество возможностей для роста учеников.

Алексей ШТЕЙ, ученик 8-го класса школы №1533 «ЛИТ» (разработал мобильное приложение для распознавания E-добавок Efinder и стал победителем на конференции «Инженеры будущего»):

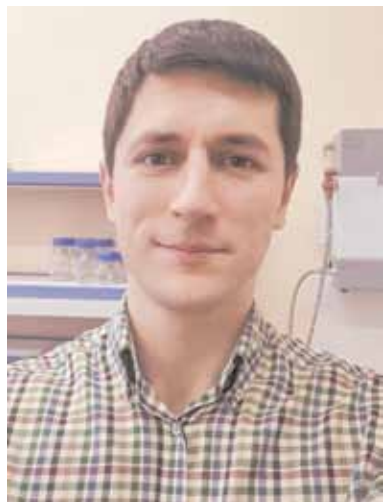
- Тема поиска и определения в продуктах E-добавок - веществ, добавляемых в пищевые продукты при производстве, упаковке, транспортировке или хранения для придания им желаемых свойств, на мой взгляд, актуальна в наши дни как никогда. Люди часто не замечают опасные E-добавки в покупаемых продуктах и включают их в свой рацион, постепенно отравляя организм. Или, наоборот, видят в составе продукта ингредиент с префиксом «E» и не берут товар, в котором E-добавка может указывать на полезные для человека вещества. Чтобы исключить такие неприятные случаи, была предложена идея определения уровня опасности добавок.

Проект, на мой взгляд, удался, получилось не только освоить инструменты для создания приложений и изучить влияние различных веществ на организм, но и пройти цикл разработки и завершить программную часть. Участие в конференции «Инженеры будущего» позволило встретиться с людьми, заинтересованными в создании чего-то большего, посмотреть, на что способен я сам и что создают мои сверстники. Это опыт презентации проектов и возможность получить отзывы о моей работе.

Научно-практические конференции - важнейшее образовательное событие для участников проектов предпрофессионального образования. Педагоги и школьники проводят длительную подготовку, прежде чем представить свои исследования и проекты на суд авторитетного жюри. Для большинства школьников участие в конференции - шаг навстречу осмысленному выбору профессии, возможность представить себя как перспективного исследователя, заявить о себе на уровне столицы как о будущем высококвалифицированном специалисте. В дальнейшем, после окончания школы и вуза, юные ученые продолжают участвовать в научных фестивалях, форумах и конференциях.

Особым вниманием молодых исследователей пользуется конкурс на соискание премий Правительства Москвы молодым ученым, проводимый Департаментом образования и науки города Москвы. Стать победителем конкурса престижно. Но главное - разработку талантливых специалистов в сфере биотехнологий, IT, фармацевтики и других направлены на улучшение жизни мегаполиса и страны, а значит, находят применение в жизни. Претендовать на получение премии могут научные, инженерно-технические, научно-педагогические работники, аспиранты, докторанты, специалисты, осуществляющие экспериментальные разработки, не достигшие возраста 36 лет, и доктора наук до 40 лет включительно. Размер премии - 2 миллиона рублей.

В 2021 году на конкурс поступило 1083 заявки, премию получили 82 участника, которые представляли свои исследования как индивидуально, так и в составе коллективов до трех человек.



Егор АНДРЕЕВ, номинация «Наука мегаполису», проект «Носимые биосенсорные электроанализаторы для неинвазивной персонализированной диагностики и телемедицины», кандидат химических наук, выпускник Московской школы-интерната СУНЦ МГУ:

- Я окончил Школу-интернат СУНЦ МГУ, профильный химический класс. Могла бы быть серебряная медаль, но вместо нее меня ожидал приз гораздо лучше. Благодаря подготовке в 10-11-х классах немало учеников, вклю-

чая меня, получили грамоты различных степеней по профильным олимпиадам от факультетов МГУ и поступили в университет по выпускным экзаменам. Для меня отправной точкой в научной карьере стал химический факультет МГУ.

Отмечу, что все учителя увлечены своим предметом и стремятся привить это ученикам независимо от выбранного профиля. Будучи подразделением МГУ, школа задавала высокую планку - часть материала, даже не обязательного профильного в от-

дельном классе, давалась не на школьном, а на университетском уровне. Это очень здорово.

Во внеучебное время преподаватели вели тематические кружки: кинематограф, латинский язык, углубленные лекции и многое другое. Это позволяло переключиться с учебы и не давало, как сейчас принято говорить, деградировать. Многие ребята увлекались спортивными играми, это тоже отличный досуг, который помогает основной задаче - научиться учиться.

Как будущему ученому-химику школа дала мне в первую очередь практикум на том же уровне, что и студентам 1-3-х курсов. Первое представление об университетском образовании, когда читаются лекции на большую аудиторию, общение с преподавателями, научными сотрудниками, профессорами МГУ - эдакий экскурс в научную жизнь. Некоторые из учеников могли наравне со студентами проводить научные эксперименты в лабораториях под руководством сотрудников. При этом только часть выпускников, включая меня, избрали научную карьеру, но в любом случае достойное образование получили все независимо от отметок в аттестате.

Молодые ученые России

Школа - старт к успеху

Мой научный руководитель Владимир Анатольевич Левин говорит, что любить и творить изпод палки нельзя. Можно многое заставить человека делать кнутом или пряником, но вот любить и творить точно не заставишь.

Желаю ребятам прислушиваться к самим себе. Понимать, к чему душа лежит. Я вот с первых лет в школе понял, что мне интересны математические кружки, олимпиадные задачи. Мой жизненный путь в этом направлении и сложился. Когда любишь свое занятие, тогда работа будет в чем-то похожа на хобби. Именно тогда и будут настоящие результаты.

Мой научный руководитель Владимир Анатольевич Левин говорит, что любить и творить изпод палки нельзя. Можно многое заставить человека делать кнутом или пряником, но вот любить и творить точно не заставишь.

Желаю ребятам прислушиваться к самим себе. Понимать, к чему душа лежит. Я вот с первых лет в школе понял, что мне интересны математические кружки, олимпиадные задачи. Мой жизненный путь в этом направлении и сложился. Когда любишь свое занятие, тогда работа будет в чем-то похожа на хобби. Именно тогда и будут настоящие результаты.

Желаю ребятам прислушиваться к самим себе. Понимать, к чему душа лежит. Я вот с первых лет в школе понял, что мне интересны математические кружки, олимпиадные задачи. Мой жизненный путь в этом направлении и сложился. Когда любишь свое занятие, тогда работа будет в чем-то похожа на хобби. Именно тогда и будут настоящие результаты.



Алиса БАРАНСКАЯ, номинация «Науки о земле», исследование «Берега Российской Арктики: прошлое, настоящее, будущее», кандидат географических наук, выпускница предвуниверсария МГЛУ:

- С благодарностью вспоминаю наших учителей. У нас замечательно преподавали иностранные языки, историю и литературу. Хотя отдельные какие-то факты и знания, конечно, теряются, в целом кругозор остается. В последних классах отдельным предметом был перевод. Очень полезный предмет и навык, там много от литературного редактирования. Важно, на мой взгляд, при переводе любых текстов переводить не дословно, а передавать смысл. Язык дал мне возможность подрабатывать, пока после университета я училась в аспирантуре.

Как исполнить мечту в науке? Мой совет нынешним школьникам: обязательно идти учиться дальше туда, куда хочется, даже если все вокруг говорят, что там

неперспективно. Если желаний несколько или все неявные, не бояться ошибиться. Потому что всегда можно все изменить. Да и в 17 лет, поступая куда-то, невозможно представить, где потом окажешься и как твоя работа будет выглядеть. Важно искать, как получать удовольствие от учебы, работы и всего того, что обязательно и нужно. Искать, как сделать это не из-под палки, а потому что интересно или приятно. Искать, что поменять в себе, в том, чему учишься, или вообще в своей жизни.



Дмитрий АНФИМОВ, номинация «Приборостроение», проект «Методы и средства дистанционной локализации и идентификации химических соединений в атмосфере и на различных поверхностях»:

- В составе группы мы создали ряд устройств, которые определяют различные химические вещества в атмосфере и на поверхностях, а также оценивают их концентрацию. Область применения этих приборов широка: экология (мониторинг экологической ситуации), безопасность (химический контроль в местах большого скопления людей), промышленность. Устройства уже внедрены в серийное производство и выпускаются в Смоленске.

От начала разработки до запуска прошло немногим более пяти лет. Я подключился к проекту, когда учился на 3-м курсе МГТУ имени Н.Э.Баумана. Пришел на практику в лабораторию спектроскопии кафедры физики МГТУ имени Н.Э.Баумана.

Что мне дала школа? Безусловно, базовые знания, которые позволили мне поступить в университет и заниматься научной деятельностью. Я учился в Реутове, в школе №2. Отмечу, что я не ограничивался только школьной программой, изучал самостоятельно дополнительные материалы. Все это позволило мне успешно сдать ЕГЭ и поступить в вуз. Кстати, ЕГЭ до сих пор считаю одним из самых сложных испытаний в жизни. Но уже сейчас понимаю, что при достаточном уровне подготовки, вдумчивом подходе к изучению материала и мотивации, для чего тебе это нужно, большинство вопросов, особенно психологических, во время экзаменационного периода снимается.

В 2022 году единый государственный экзамен отмечает день рождения - 15-летие. В 2007 году Президент РФ Владимир Путин подписал закон о введении ЕГЭ, и с 2009 года он стал основной формой итоговой аттестации на всей территории страны. С тех пор ежегодно совершенствуется как процедура проведения экзамена, так и ее содержательная часть. Сегодня на экзамене применяются самые современные технологические решения, включая технологии искусственного интеллекта. Как совершенствовался единый госэкзамен за прошедшие годы и какие нововведения ждут выпускников в этом году?

Факт

Автором идеи единого экзамена в России стал Владимир Михайлович Филиппов - советский и российский математик, государственный деятель, экс-председатель Высшей аттестационной комиссии Минобрнауки России.

История вопроса

Раньше, чтобы поступить в вуз, школьнику нужно было сдавать экзамены дважды: вначале выпускные в школе (не меньше пяти), а затем вступительные испытания выбранного учебного заведения (не менее трех). Кроме того, не для всех абитуриентов были равные права и возможности. Если вуз располагался в другом городе, то семью будущего студента ждали расходы на проезд и проживание на время экзаменов. Вопросы в экзаменационных билетах каждый вуз разрабатывал самостоятельно. И зачастую они не совпадали с программой, по которой ребенок учился в своей школе.

Одна из главных задач ЕГЭ - создать равные условия для поступления в вузы для выпускников из разных уголков страны. Экзамен стал своеобразным социальным лифтом для многих школьников.

ПРЕИМУЩЕСТВА ЕГЭ

Равные права и возможности для всех учеников.

Независимая оценка качества знаний.

Открытость, объективность и безопасность экзамена.

Снижение эмоционально-психологического напряжения учеников в связи с сокращением экзаменов.

Особые условия проведения ЕГЭ для ребят с особыми образовательными потребностями.

Не угадываем, а аргументируем

Сегодня экзаменационные задания направлены на проверку умения выпускников формулировать свою точку зрения и аргументированно ее доказывать. А на экзамене значительную часть итогового балла дают задания с развернутым ответом, где ученики могут продемонстрировать

свободное владение различными знаниями.

Тренды и нововведения

Искусственный интеллект. С 2020 года впервые следить за ходом экзаменов начал помогать искусственный интеллект - специально разработанная технология анализа поведения с использованием нейросети («машинное зрение»). В онлайн-режиме он одновременно просматривает видеопоток из аудиторий, а в офлайн - архивные видео.

Технологии, исключающие утечки информации. Материалы для ЕГЭ передаются в пункты проведения экзаменов в зашифрованном виде на электронных носителях. Они расшифровыва-

ЕГЭ - 15 лет!

ются непосредственно в аудитории в присутствии учеников. Таким образом, исключаются попытки утечки экзаменационных заданий заранее.

Компьютерный формат. Постепенно в экзамен вводятся задания, которые выполняются на компьютере. Так, с 2021 года ЕГЭ по информатике полностью переходит на компьютере.

Изменения в структуре КИМов (контрольно-измерительных материалов). В 2022 году ЕГЭ будет проводиться с использованием усовершенствованной структуры КИМов, разработанной на основе современных федеральных государственных образовательных стандартов: включены новые модели заданий на применение предметных знаний.



ношения. Мы, учителя, понимаем, что, как и прежде, получить высокий балл на экзамене могут те, кто хорошо освоил предмет.

Скорее усилилось волнение учеников, поскольку они сдают ЕГЭ в незнакомой школе, за ними наблюдают не их педагоги. Но в этом есть свой плюс. Ребенок получает именно ту оценку, на которую он знает предмет. Только за свои знания.

Зато ЕГЭ за этот период подтвердил свой неоспоримый плюс - возможность поступления в вуз, причем независимо от того, в какой школе или даже регионе ребенок учился. Важно показать знания, получить высокие баллы и подать документы в выбранные учебные заведения. Качественное высшее образование

**Мнение эксперта**

Леонид ЗВАВИЧ, народный учитель Российской Федерации, стаж работы в школе №67 54 года (был одним из педагогов, кто составлял задания государственных экзаменов по математике перед введением ЕГЭ, и экспертом-составителем вариантов ЕГЭ по математике первых лет):

- За годы существования ЕГЭ в России принципы подготовки к экзамену, в частности материала по математике, существенно не изменились. А вот дети, конечно, изменились колоссально! В их жизнь плотно вошел виртуальный мир. Но, пожалуй, непосредственно к ЕГЭ это не имеет прямого от-

благодаря ЕГЭ стало более доступным.

Путеводитель по ЕГЭ-2022

Где искать расписание и результаты экзаменов, какие изменения в заданиях стоит учитывать при подготовке, на каких сайтах смотреть актуальную информацию о школьной аттестации.

Контрольные измерительные материалы (КИМы) для выпускников 9-х классов в этом году не изменятся.

Новшества в КИМах коснутся единого госэкзамена (ЕГЭ) практически по всем учетным предметам.

Теперь экзаменационные материалы ЕГЭ больше ориентированы не на проверку знаний по определенному предмету, а на то, как усвоенные знания можно

Выпускники 11-х классов сдают с использованием компьютеров информатику и ИКТ.

Экзамены по остальным предметам будут сдаваться традиционно - на бумажных бланках.

Когда пройдут экзамены в 2022 году**ОГЭ-2022**

Основной период - с 20 мая по 2 июля. Досрочный период - с 21 апреля по 17 мая. Дополнительный период - с 5 по 24 сентября.

ЕГЭ-2022

Основной период - с 26 мая по 2 июля. Досрочный период - с 21 марта по 18 апреля. Дополнительный период - в сентябре 2022 года.

Ключевые сайты

При подготовке к экзаменам рекомендуем пользоваться только официальными источниками - сайтами федеральных и региональных ведомств и учреждений,



применять в жизни. Например, выпускник школы должен уметь аргументировать свою точку зрения, показать, что он может анализировать информацию и решать практические задачи.

В экзамене по математике базового уровня появилась практико-ориентированная задача. В ЕГЭ по профильной математике исчезли задачи с вариантами ответа, угадать решение больше не получится. На экзамене по русскому языку у ребят проверяются логичность и убедительность текста. Контрольное испытание по английскому языку теперь больше ориентировано на практическое применение, чем на заучивание синтаксиса. Из экзамена по истории убрано историческое сочинение, но появилось задание с развернутым ответом. В нем выпускнику нужно показать, как он умеет пользоваться разными источниками, и так далее.

Демоверсии ЕГЭ-2022: изучить структуру и изменения в экзаменах на сайте Федерального института педагогических измерений (ФИПИ) в разделе «Демоверсии, спецификации, кодификаторы».

Какие экзамены пройдут в электронном формате

Выпускники 9-х классов используют компьютеры для экзаменов по информатике и ИКТ, географии, физике и иностранным языкам (английскому, немецкому, французскому и испанскому).

которые занимаются вопросами школьных экзаменов.

РЦОИ - Региональный центр обработки информации города Москвы (<http://rcoi.mcko.ru>) - здесь размещено расписание экзаменов для 9-х и 11-х классов на 2022 год (по всем предметам в досрочный, основной и дополнительный периоды). Также опубликованы разные нормативные документы, актуальные новости по экзаменам. У родителей есть возможность задать вопросы по государственной аттестации школьников.

Рособрнадзор (<https://obrnadzor.gov.ru>) - навигатор по итоговой аттестации поможет пройти открытые варианты и демоверсии ЕГЭ, подобрать литературу и пособия для подготовки к экзаменам и многое другое.

ФИПИ (<https://fipi.ru>) - здесь размещен открытый банк заданий по разным предметам плюс собраны рекомендации по самостоятельной подготовке к экзаменам.

Горячая линия 8 (499) 653-94-50.

Написать на почту: rcoi77@mcko.ru (в общественную приемную).

Специалисты информационно-консультационного центра РЦОИ ответят, как подавать апелляцию, исправить ошибку в бланке регистрации, записаться на экзамен после установленного срока и т.д.

Репетиция взросления

Решая вариант за вариантом

Ученики Сергея ГОРБУШИНА, учителя физики школы №1514, сдают ЕГЭ на высокие и высшие баллы. В чем его секрет подготовки школьников? Сам педагог говорит, что никакой тайны нет: надо тщательно готовиться.

Сергей Александрович, ваши ученики ежегодно сдают ЕГЭ по физике на высокие баллы, а некоторые ученики даже пишут на высший балл. В чем секрет вашей подготовки?

- Секрета никакого нет. Вторая часть варианта ЕГЭ по физике - это, по сути, обычная итоговая контрольная работа. И ее надо выполнить. Для этого ученики просто должны уметь решать задачи. Знания параграфов покрывают только первую часть, выполнение которой даст средний результат. Получить высокий балл позволяет именно вторая часть. В ней 5-6 сложных, но при этом вполне типовых задач. И у ученика должен быть устойчивый навык решения таких заданий. Так что решаем много задач. Очень много! С подробным разбором, с подсчетом баллов.

Как научиться решать задачи самостоятельно?

- Здесь тоже нет секретов. Надо просто каждый день решать задачи, и вы обязательно научитесь. Есть огромное количество сборников: помимо саκραментального, Гольдфарба и Бендрикова, есть вузовские от МГУ, МФТИ, МГТУ имени Н.Э.Баумана. В Интернете есть 25 моих вебинаров длительностью около 2 часов каждый, которые посвящены исключительно решению задач по всем разделам школьной программы. Если ученику необходимо сориентироваться, понять, на каком уровне он сейчас находится, эти вебинары могут быть очень полезны. Стоит обратить особое внимание на варианты ЕГЭ, размещенные в ФИПИ. За последние несколько лет уровень сложности заданий не менялся, поэтому можно решать вариант за вариантом.

В чем особенность подготовки к выполнению 1-й части?

- Если мы говорим о желании получить высокий балл - от 80 и выше, то необходимо оттачивать решение второй части. Но и первая должна быть выполнена на высоком уровне - не более 2-3 ошибок. Готовиться к выполнению первой части очень просто - необходимо решать варианты последних лет. Двадцать и более вариантов независимо от индивидуальных особенностей. Очень полезно подсчитывать баллы. Чтобы видеть динамику, чтобы результат экзамена не стал неприятным сюрпризом. Если готовиться подобным образом, будет понятно, в какой «коридор» по баллам попадает абитуриент.

Можно ли написать ЕГЭ по физике на высокий балл без особой подготовки?

- На 90-95 баллов экзамен невозможно написать с ходу. Если человек учился в школе, решал задачи и понимает, о чем предмет, можно написать на 50-60 баллов. Для высокого результата необходимы глубокое знание предмета и добротный тренинг. Полагаю, что это касается подготовки к любому экзамену. Да, первая часть закрывается большим количеством проработанных вариантов прошлых лет, но для второй, как мы говорили, требуется устойчивый навык решения задач. Для того чтобы решить необходимое число вариантов первой части, возможно, достаточно два-три месяца, для подготовки по второй - два-три года.

То есть в марте уже поздно готовиться к ЕГЭ по физике?

- Смотря на какой балл рассчитывать. Здесь все определяется «коридором», в который вы хотите попасть. Допустим, вам нужно 70-80 баллов. Если вы умеете решать задачи, такой уровень для вас не проблема. Не умеете? Тогда, боюсь, что у вас мало шансов. Если же ученик пока только в 10-м классе и у него нет проблем с математикой, то еще есть время научиться решать задачи по физике.

Как правильно распределить силы и время на подготовку к трем предметам?

- Самый неприятный момент ЕГЭ в том, что это стресс. И самый эффективный способ его нейтрализации - формирование хотя бы минимальной уверенности, что ученик справится с ним. Правда, вера эта приходит, увы, только со знаниями. Если с навыками все в порядке, например, решено двадцать вариантов, и экзаменационный - двадцать первый, стресс не будет таким сильным, уверенность уже есть. Задания типовые, все знакомо. Но если для подготовки решено всего четыре варианта, и тот, что на экзамене, пятый, стресса не избежать. Ученик должен чувствовать, что знаний достаточно, репетиций было много. Это одна из главных задач - минимизировать стресс.

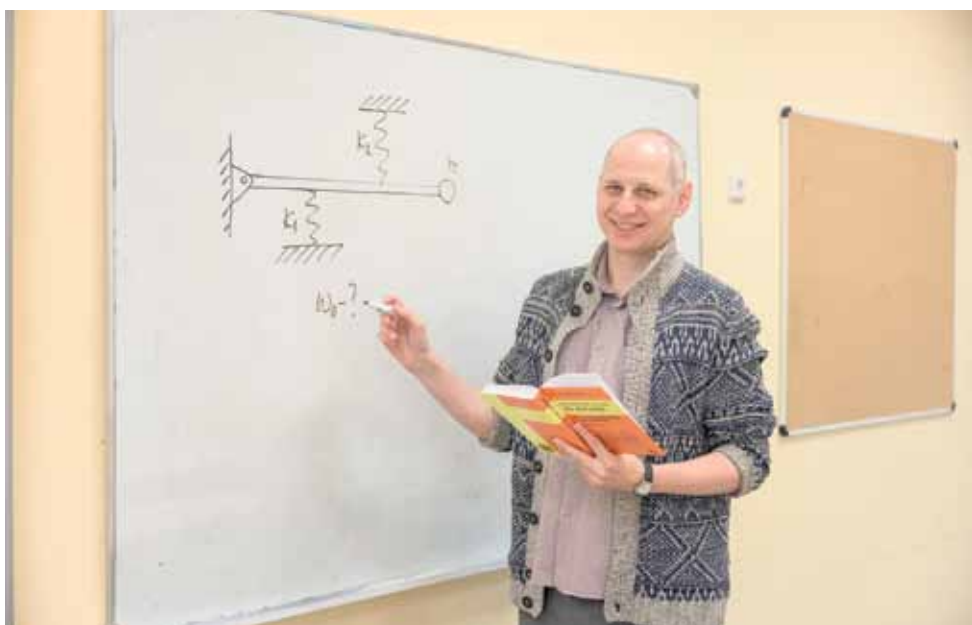
Вы можете помочь детям в решении этой проблемы?

- Да. Постараться как можно лучше их научить. Поскольку самое лучшее средство от стресса - это понимание абитуриентом, что он научен. Надо тщательно готовиться. Я в свое время сам писал ЕГЭ, как и ученики, под камерами. И понял, какое это колоссальное напряжение. Если плавать в предмете, то победить волнение практически нереально.

Что вы говорите ученикам накануне экзамена?

- Обращаю их внимание на то, что все варианты в основном однотипны. Абитуриент должен понимать, что у него спросят те вещи, которые ему хорошо знакомы, а значит, бояться нечего, поскольку «спектакль» был отрепетирован весьма и весьма добротно.

Фаина НЕБЕРОВА



Людмила НИМЕЕВА - учитель русского языка и литературы. Общий стаж работы - 30 лет, из которых 11 она работает в школе-интернате №1 для обучения и реабилитации слепых столичного Департамента труда и соцзащиты. Людмила Сергеевна успешно готовит незрячих школьников к олимпиадам, ЕГЭ и ОГЭ по русскому языку и литературе. Один из ее учеников сдал ЕГЭ по русскому языку на 100 баллов. Необходимо помочь ученику поверить в себя, осознать собственные возможности и реализовать их, уверена педагог.

Создавайте ситуацию успеха!

Если есть мотивация и поддержка педагога, каждый ученик может сдать ЕГЭ на высокий балл

Людмила Сергеевна, какие выпускные экзамены по русскому языку сдают дети с особенностями здоровья?

- Выпускники нашей школы могут выбрать итоговую аттестацию в формате обычного ОГЭ (для 9-х классов) и ЕГЭ (для 11-х классов). Либо ученики с особенностями здоровья имеют право сдавать государственный выпускной экзамен (ГВЭ).

Если ребята выбирают ОГЭ и ЕГЭ, то экзамены ничем не отличаются от тех, что сдают обычные дети. Единственное - для слепых детей увеличивается продолжительность экзамена на 1,5 часа из-за использования рельефно-точечной системы Брайля, и материалы ГИА предоставляются на шрифте Брайля.

Если школьник сдает ГВЭ по русскому языку, то в экзамен входит изложение с творческим заданием или устный экзамен. Этот формат предусмотрен именно для детей с ОВЗ.

Как вы готовите ребят с особыми образовательными потребностями к экзаменам?

- На уроках и факультативных занятиях. На сайтах ФИПИ, «РешуЕГЭ», «СтатГрад» пользуемся экзаменационными материалами и тестами для самопроверки.

Как правило, наши ученики нацелены на получение высшего образования. Они самостоятельные, с высокой мотивацией, так как знают, что для поступления в вуз нужно быть конкурентоспособным. И эти дети поступают в МПГУ, РГГУ - филология, ИГСУ РАНХиГС - факультет журналистики, НИУ ВШЭ - лингвистика, филология и в другие вузы. Это будущие филологи, лингвисты, журналисты.

Как ребенку выстроить свой режим при подготовке к экзамену?

- К итоговой аттестации лучше начать готовиться за два года, в идеале с 10-го класса, чтобы подготовиться и получить хорошие баллы. Рекомендую соблюдать обычный режим: работа на уроках и факультативах, обязательное выполнение домашней работы, самостоятельная работа на сайтах. И не забывать об отдыхе!

Сколько раз в неделю нужно заниматься предметом для хорошего результата?

- 1-2 раза в неделю достаточно для самостоятельной работы на сайтах, где можно проходить тесты, смотреть демоверсии экзаменов, повторять основные правила, учить словарные слова. Ребенку важно получить реальные знания, тогда и будет высокий результат!

В 2022 году экзаменационные программы по ЕГЭ изменились. Какие вы можете дать советы по подготовке?

- Первое, что рекомендую: ознакомьтесь с демоверсией по предмету, изучите кодификаторы и спецификации на сайте

ФИПИ. Второе: поймите, что содержание КИМов ЕГЭ определяется на основе образовательного стандарта среднего общего образования. Если у вас реальные знания по предмету, то новые задания или изменения не вызовут особых затруднений. И третье: систематически занимайтесь, выполняйте задания из открытого банка заданий на сайте ФИПИ.

Как заинтересовать ученика, а особенно отстающего, чтобы он настроился на экзамены и успешную сдачу?

- Необходимо помочь ученику поверить в себя, осознать собственные возможности и реализовать их. Для этого нужно создать ситуацию успеха. На уроках, консуль-



тациях, при проверке самостоятельной работы проводится анализ достижений. Акцентирование внимания на успехе стимулирует ученика на обучение, у него сразу повышается интерес к занятиям.

С отстающим учеником важна индивидуальная работа. Нужно определить для него планируемый результат и проводить дополнительные занятия и консультации.

Также надо использовать интересные и интерактивные платформы, которые помогают подготовиться к экзаменам.

Может ли троечник за год-два подготовиться и сдать итоговые экзамены на высокий балл?

- Да, может! Если есть мотивация, четкий алгоритм подготовки к экзаменам.

С помощью каких пособий вы готовитесь к урокам, узнаете последние новости в сфере школьного образования?

- Это электронные версии журналов «Русский язык в школе», «Литература в школе», «Русская словесность», «Учительская газета» и другие. Всегда под рукой справочно-информационные порталы: ГРАМОТА.РУ, ФИПИ.

Три книги, которые должен прочитать молодой учитель?

- Считаю, что надо прочитать книгу В.А.Сухомлинского «Сердце отдаю детям», «Педагогическую поэму» А.С.Макаренко, работы по психологии выдающегося отечественного ученого Л.С.Выготского.

Татьяна МЫСОВА

По данным исследования VK, половина российских учителей уверены, что их ученики не сталкиваются с буллингом. Но при этом 31% школьников регулярно встречаются с травлей, в том числе в Интернете. Что такое буллинг? Чем он отличается от конфликта? Можно ли с ним бороться и какими методами?

На портале «Школа.Москва» создан большой спецпроект, посвященный борьбе с травлей, - «Вместе против буллинга». Он доступен по ссылке bullying.shkolamoskva.ru. На портале собраны полезные материалы от ведущих экспертов, которые занимаются профилактикой и борьбой со всеми видами травли и буллинга, для трех целевых аудиторий: детей, родителей и педагогов.

Создателями сайта выступили столичные Департамент образования и науки, Департамент труда и социальной защиты населения в партнерстве с Главным следственным управлением Следственного комитета РФ по городу Москве, благотворительной организацией «Журавлик» (проект Травли.NET), спецпроект компании VK (бывшая Mail.ru Group) и другими организациями.

По статистике, каждый третий школьник сталкивается с проблемой буллинга, одни становятся жертвами, другие - агрессорами. Зачастую ни родители, ни сами дети, ни учителя не знают, как с ней справиться и куда обратиться за помощью. Именно поэтому мы объединили знания и умения профессионалов своего дела на одном сайте. Совместно с профильными НКО и социально ответственными организациями из бизнес-сообщества Департамент образования и науки города Москвы и Департамент социальной защиты населения выступили инициаторами создания такого портала - единого входного окна, в котором будет аккумулирован полезный опыт специалистов, собраны ответы на самые важные вопросы, советы психологов, различные тесты и тренинги, а также контакты организаций, которые помогают в трудной ситуации, - отметила заместитель директора Медиациентра Наталья Цымбаленко.

Сайт разделен на несколько блоков: «Теория», «Я - ученик», «Я - родитель» и «Я - учитель»,

где на доступном языке в различных форматах представлены статьи, памятки, инструкции, советы, видеоролики, подборки, онлайн-тесты и другая информация, рассматривающая проблему буллинга с разных ракурсов. Дети узнают, как распознать реальную опасность травли и как обратиться за помощью. Родители и учителя получают профессиональные советы психологов и других специалистов о том, как и когда правильно вмешаться, как защитить ребенка и вернуть здоровую атмосферу в классе. Отдельный блок посвящен юридическим аспектам проблемы и действиям в правовом поле. Помимо этого на сайте собраны реальные истории людей и известных личностей, которые также подверглись буллингу, но смогли справиться с ситуацией.

Комментарии

Нина ПЕТРОЧЕНКО, директор Московской службы психологической помощи населению столичного Департамента труда и социальной защиты:



- Травле в основном подвергаются дети, которые чем-то непохожи на остальных, они более чувствительные, иногда более яркие в своих эмоциональных проявлениях. Такому ребенку сложно за себя постоять в одиночку. В столице работают организации, которые помогают детям, оказавшимся в этой непростой ситуации. Например, с марта 2019 года по инициативе московского правительства на базе круглосуточного телефона неотложной психологической помощи 051 стартовал проект «Ребенок в опасности». Если подросток подвергается буллингу, жестокому обращению, которое он может

испытывать как со стороны сверстников, так и со стороны взрослых, он в любое время суток может позвонить на этот телефон и рассказать о своей проблеме квалифицированному психологу. Наши специалисты сделают все возможное, чтобы ему оперативно помочь, а в экстренных случаях, связанных с угрозой жизни, психологи связываются со службой 112.

Юлия ИВАНОВА, старший помощник руководителя Главного следственного управления Следственного комитета Российской Федерации по городу Москве:



- Мы уделяем особое внимание не только всестороннему расследованию обстоятельств совершенных противоправных действий в отношении детей, но и профилактике таких случаев. Сотрудники столичных подразделений Следственного комитета проводят занятия в школах, в доступной форме разъясняя правила поведения в киберпространстве. Также успешно применяется система выявления фактов буллинга в Интернете. Кроме того, у нас работает круглосуточная горячая линия «Ребенок в опасности»: 8 (800) 707-70-22. Для профилактики кибербуллинга нужен грамотный и доверительный диалог между ребенком и его взрослым окружением: родителями, членами семьи, преподавателями, воспитателями. Родителям и учителям мы объясняем необходимость и методы открытой коммуникации между

Вместе

взрослым и ребенком. Ведь дети, подвергшиеся буллингу, часто не осознают, что становятся жертвами противоправных действий, и сами они не могут этому противостоять. Защитить ребенка - задача взрослых.

Анна КОПЫЛОВА, директор по развитию программ благотворительной организации «Журавлик»:



- Создание такого лендинга - очень своевременная инициатива. Наша благотворительная организация уже 4 года ведет программу Травли.NET, в которой мы работаем не только с конкретными случаями травли, но и с ее профилактикой. Помочь детям в ситуации буллинга могут только взрослые. Чем больше людей будут знать, как это сделать, тем больше шансов на то, что в конце концов травля будет считаться неприемлемой во всех школах России. Очень рады, что можем поделиться всеми созданными нами материалами - и антибуллинговой хартией, и видеокурсами для родителей и учителей, и методичками, разработанными в соавторстве с Людмилой Петрановской. Здорово, что проблемой травли занимаются и в департаментах образования и социальной защиты Москвы, поскольку мы всегда выступаем за объединение усилий.

Анна БАБКИНА, директор социальных проектов VK:



- Кибербуллинг касается каждого, но часто проблему описывают как свойственную подросткам, являющуюся «детской болезнью». Взрослые люди, которые говорят о том, что испытали травлю, сталкиваются с непониманием, игнорированием или с дежурным «ничего страшного». Именно взрослые, не принимающие проблему всерьез, не могут помочь детям. Нам важно актуализировать проблему, показать, что она масштабна и действует разрушительно, и решить ее можно только вместе.

Что такое буллинг?

Буллинг, или травля, - запугивание, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе. Это долгий процесс сознательного жестокого обращения.

Буллинг - это не всегда физическое нападение, чаще все начинается с психологического насилия. Например, с распространения слухов и сплетен, словесной травли, бойкота.

Травля может проявляться между ребенком и ребенком, группой детей и ребенком, учителем и учеником, учителем и учениками, учениками и учителем, учеником и учителем.

Часто при физическом буллинге дети не просто издеваются, а записывают это на видео, распространяют в Интернете. Бывает, что сначала возникает идея видео, а затем ищется жертва, составляется сценарий ролика. Сегодня активно развивается электронный, или виртуальный, буллинг - кибербуллинг. Жертву атакуют через социальные сети или эсэмэс-сообщения.

Все это травля:

- физическое насилие;
- угрозы и запугивания;
- вымогательство;
- словесный буллинг;
- бойкот;
- порча имущества.

В каком возрасте чаще всего встречается буллинг?

Наиболее характерен он для учеников 6-8-х классов. Дети до 14 лет отличаются особой жестокостью, так как не боятся уголовной ответственности. Мало кто из инициаторов травли признает свою вину, чаще звучит «он заслужил», «он сам виноват», «мы вообще ни при чем».

Какие бывают роли у участников травли?

Три основные роли: агрессоры (придумывают и возглавляют издевательства), наблюдатели (вроде в стороне от конфликта, но все равно одобряют либо осуждают агрессоров) и жертва.

Нельзя оставаться в стороне, если в классе (группе) происходит буллинг. К сожалению, в такой ситуации бесполезно занимать отстраненную позицию. Даже если нападкам подвергается только один ребенок, наблюдатели могут получить большую психологическую травму.

Жертвы буллинга и агрессоры - кто они?

Жертвой травли может стать абсолютно любой ребенок независимо от благополучности семьи, заботы родителей и уровня развития. Но чаще это дети, чем-то отличающиеся от других: отличники или двоечники, любимчики учителей или наоборот, представители других национальностей, инвалиды или дети, имеющие физические недостатки. Также подвергаются агрессии физически слабые подростки, с низкой самооценкой или излишней скромностью, слишком избалованные дети.



ПРОТИВ БУЛЛИНГА



Общая характерная черта для всех агрессоров - это отсутствие любви и понимания со стороны близких людей. Агрессорами могут стать дети не только из неблагополучных семей, но и из достаточно обеспеченных. Если родители много работают и не уделяют своему ребенку достаточно внимания, он начинает вымещать это на других.

Пять отличий обычного школьного конфликта от травли

Если дети из-за чего-то поспорили и даже обзвали друг друга - это еще не травля, а конфликт. Но если весь класс долго игнорирует одного - вот это уже буллинг. Как научиться отличать конфликт (нормальную часть развития детской группы) от травли (болезнь коллектива):

1. Главное отличие травли от конфликта - неравные силы.

В конфликте обе стороны одинаково сильны и могут равноценно влиять на ситуацию. В случае травли жертва ощущает себя беспомощной.

2. Конфликт чаще возникает спонтанно.

Он не планируется заранее и сопровождается выплеском накопившихся эмоций. Травля - это спланированное систематическое унижение одного ребенка группой других детей.

3. В конфликте обе стороны ответственны за происходящее.

В случае травли жертва не виновата в случившемся. Она не выбирала такую ситуацию. И стать жертвой может любой ребенок.

4. Конфликт длится недолго.

Стороны стараются уладить его как можно быстрее. Травля же - регулярно повторяющееся действие, цель которого намеренно унижить жертву, а суть в эмоциональном или физическом насилии.

5. Конфликт можно разрешить.

Это последнее и главное отличие. Травлю в отличие от конфликта можно только прекратить (в лучшем случае).

Как распознать буллинг в классе?

Если в классе замечен буллинг, учитель первым должен отреагировать и прояснить ситуацию. Если потребуется, при-

нять меры и обязательно провести беседы с родителями. Чтобы понять, что это действительно травля, а не рядовой конфликт, нужно знать несколько аспектов буллинга.

Травля может быть как прямой, так и косвенной. Прямая - это тычки, обзывания, угрозы, повреждение личных вещей. Косвенная - это манипуляция дружбой, обидные слухи и сплетни, бойкот и так далее.

1. Наблюдайте.

Только так вы сможете понять отношения между одноклассниками. Прислушивайтесь к тому, как общаются дети между собой, как они реагируют, если в их общении есть критика друг друга. При возникновении конфликтов обратите внимание на их частоту. Если вы заметили, что большинство ребят строят козни своему однокласснику, для начала можно поделить с своим мнением с классным руководителем или школьным психологом.

2. Поймите, у кого какие социальные роли.

Есть ли в классе лидер и аутсайдер. Обратите внимание, как ведут себя эти ребята и как общаются между собой. Возможно, кто-то из детей интроверт, они более чувствительные, ранимые и всегда больше других нуждаются в поддержке.

3. Обратите внимание на физическое состояние детей.

Например, ученик длительное время выглядит подавленным, печальным, склонен к уединению, не желает общаться с одноклассниками. Школьники, подвергающиеся травле, чаще других жалуются на плохой сон и кошмары, склонны к простудам, нервным тикам, энурезу и другим заболеваниям.

4. Направляйте действия учеников в активное русло.

Если вы заметите чересчур агрессивную игру между учениками, то предложите им иную аналогичную деятельность, в которой меньше вероятность того, что кто-то пострадает. Например, если ученики швыряются друг в друга шишками на улице, то нарисуйте мелом мишень на дереве и предложите детям кидать шишки в мишень. Разумеется, в случае учеников старших классов такой подход требует более значительных усилий.

5. Реагируйте на каждого школьника, который пожаловался вам на травлю.

Хотя вам может показаться, что все это пустяк и ребенку следует самому справиться с проблемой, на самом деле это может быть не так. Ученики часто годами молча страдают, потому что не осмеливаются что-то предпринять или никто не обращает внимания на их проблему. Кроме того, каждый ребенок индивидуален, и для некоторых детей оскорбления, к которым другие отнесутся шутя, могут стать причиной очень серьезных переживаний.

6. Проявляйте интерес к школьнику, которого часто оставляют в стороне от общих занятий, и подтолкните других детей к тому, чтобы такого ученика тоже привлекали к совместной деятельности.

экскурсии, участвовать в командных соревнованиях.

6. В ситуации конфликта одноклассники регулярно обвиняют во всех бедах одного и того же ребенка. Что бы ни случилось, всегда виноват именно он.

7. Одноклассники распускают о ребенке сплетни и слухи, порочащие его имя.

8. В ситуации противостояния силы неравны, и против ученика, как правило, выступает группа одноклассников.

9. Перечисленные события происходят в присутствии других ребят, которые либо молча наблюдают, либо поддерживают происходящее.

Важно помнить, что, как правило, жертва травли редко обращается за помощью, так как уверена, что она сама в чем-то виновата. Педагога должны насторо-

няют, не замалчивайте проблему. Всегда можно обсудить поведение учеников с родителями, а родительскую агрессию - с директором или психологом.

- Не вовлекайтесь в конфликт и не кормите своей реакцией буллера. Они именно этого и хотят - насытиться чужими переживаниями. Если сразу показать, что вы выше конфликтов, ситуацию можно в корне изменить.

- По возможности дистанцируйтесь. Ограничьте доступ к личной информации в социальных сетях, закройте личные аккаунты. Если буллером выступает ребенок, попросите перевести вас в другой класс. Если такой возможности нет, старайтесь держать с обидчиком физическое расстояние.

- Попробуйте разобраться в ситуации и поговорить. Иногда от



Маркеры буллинга в классе

Если у учителя есть подозрения, что класс или группа детей выбрали мишень какого-то ребенка, присмотритесь к его поведению. Специалисты Городского психолого-педагогического центра составили список маркеров, на которые нужно обратить внимание:

1. Одноклассники придумывают для одного из учеников «смешное» прозвище и обращаются к нему только так.

2. Одноклассники отказываются садиться за одну парту с конкретным учеником, не хотят с ним работать в одной команде, поделиться с ним учебником, школьными принадлежностями, когда он что-то забыл взять на урок.

3. Ученик, ранее успешный в учебе, теперь боится выходить к доске, участвовать в устных опросах. Любые его ответы вызывают насмешки и обидные комментарии одноклассников. Такие ситуации носят не единичный характер, а наблюдаются регулярно.

4. На переменах ученик чаще стоит один в стороне, не общается с одноклассниками, а если и пытается включиться в общую игру, то постоянно получает отказ и насмешки в след.

5. Ранее активный ученик пытается отказаться от участия в делах класса, перестает посещать

жить резкие изменения в поведении и эмоциональном состоянии ученика: снижение его активности, замкнутость, внезапно возникшие проблемы в учебе.

Что делать, если травят учителя?

Ошибочно думать, что травля в школе касается только учеников. Порой и учителям приходится защищать свои права, так как они становятся жертвами буллинга. Причем как детского, так и родительского.

- Самое главное - сохраняйте спокойствие. Не важно, кто в данном случае является инициатором - дети или родители. Важно в любой ситуации оставлять эмоции на втором плане и не действовать сгоряча. Помните, что любые ваши слова и спонтанные поступки лишь подольют масла в огонь и дадут новый повод для преследования. Лучше игнорировать и молчать, чем вступать в полемику. Если же дать ответ необходимо (особенно в ситуации общения с родителями), то старайтесь перевести диалог в формат письменных сообщений. Это даст вам возможность лучше продумать свои слова, а в дальнейшем защитит от напрасных обвинений.

- Реагируйте сразу и не пускайте на самотек. Если вы чувствуете себя некомфортно и понимаете, что ваши права притес-

конflikта спасает дистанция, а иногда - контакт. Возможно, вы сможете быстро решить возникшее недопонимание с учениками или их родителями.

- В случае насмешек учеников над учителем подключайте команду школы. Подростки действуют сообща, прямолинейно и жестоко, а у учителя крайне ограничен ресурс для противостояния. Если вы попали именно в такую ситуацию - попытки срыва уроков, оскорбления в Интернете и в личных сообщениях, - тут нужно действовать не в одиночку, а подключить управленческую команду образовательной организации.

- Часто бывает так, что в преследовании учителя есть лидер - один из учеников или родитель. Для прекращения травли необходимо отделить его от тех, кто его же и поддерживает, и перенести на него индивидуальную ответственность за происходящий буллинг.

- Уход не означает поражение. Бывают случаи, когда у вас нет достаточных доказательств факта преследования, но вы чувствуете себя некомфортно, переживаете, впадаете в депрессию. В этом случае при возможности лучше самостоятельно выйти из ситуации, сохранив себя, свое время и здоровье.

Важно! Во всех ситуациях нужно действовать в рамках закона.

Физика - предмет для выживания

Как полюбить предмет

Не суй пальцы в розетку, не бегай по мокрому полу, не ставь металлическую посуду в микроволновку. Эти правила придуманы не нашими родителями, бабушками или дедушками. Это обыкновенная физика. Познавательная и невероятно полезная.

Зачем нужна физика?

На самом деле детей проще всего заинтересовать историями и ситуациями из жизни. Например, представьте, что вы купили сок в стеклянной бутылке и решили его охладить перед визитом гостей. Вы его поставите в холодильник, верно? А если гости придут совсем скоро? В морозильник! Но если его там забыть, то сок, замерзая, разорвет бутылку. Жидкость расширяется при замерзании. Это физическое явление, о котором нужно знать, чтобы избежать таких ситуаций.

Еще пример. Мой брат сейчас служит в армии. Как-то поздним вечером на его рабочей машине сел аккумулятор. Брату нужно было срочно подзарядить аккумулятор, чтобы с утра продолжить службу. В гараже стояли автомобили, но не было зарядного устройства. Что он сделал? Снял работающий аккумулятор с другой машины и, правильно соединив один к другому, смог подзарядить разряженный. Если бы он не изучал физику, ему бы не удалось это сделать. Знание физики - это знание нашего мира. Оно может пригодиться в любой момент. Даже если вы не станете инженером, физиком-ядерщиком или учителем физики, этот предмет точно пригодится!

Физика во многом уже описала наш мир. Ее нужно знать хотя бы для того, чтобы отличать фейковые новости от реальных. Люди, не обладающие информацией, увлекаемы и подвержены обману.

Начинаем с яслей

Физика - это все, что нас окружает. Почему мы друг друга слышим? Почему мы видим свет от лампочки и как он возник? Слышим гром, видим молнию - отку-



да все это? На этапе, когда ребенок только начинает познавать окружающий мир, взрослым необходимо акцентировать его внимание на происходящем вокруг. Упал листочек с дерева, обратите внимание ребенка на это явление:

- Посмотри, малыш, листочек упал! Как интересно! Какой он разноцветный! Почему же он упал? Сейчас расскажу.

Когда ребенок достигнет возраста почемучки и сам начнет заваливать вопросами, важно поддержать его. Очень важно найти время, чтобы ответить на вопросы ребенка. Помогите удержать его интерес к окружающему миру. На прогулках здорово рассказывать ему о явлениях и причинах этих явлений. Например, о том, что зимой бывает скользко, когда выпавший снег превращается в лед. Посмотрите с малышом мультфильм о космосе. Обсуждайте увиденное за ужином.

Купите ребенку микроскоп. Вы просто не представляете, сколько всего интересного можно увидеть под микроскопом! Можно до бесконечности рассматривать лук, волос, спичечную головку. А какой восторг вызовет подробное исследование воды из лужи!

Что почитать малышам?

«Опыты Тома Тита. Удивительная механика» Виталия Зарапина и другие книги с занимательными экспериментами.

Что посмотреть?

Мультки «Смешарики Пинкод», «Фиксики».

Удерживаем интерес

С первого по четвертый класс в школе преподают предмет «Окружающий мир», где ребенок узнает много интересного о природе и явлениях. Дальше начинается время самостоятельной работы и подготовка к уже серьезному, основательному изучению физики (в большинстве школ физика отсутствует в пятом и шестом классах и появляется только в седьмом).

Чтобы пробудить и поддержать интерес к предмету в этот период, достаточно записать ребенка на моделирование, инженерное дело или робототехнику. В перспективе, возможно, физика будет изучаться неотрывно от робототехники или моделирования. В совокупности эти дисциплины дают представление о том, как работают огромные предприятия, помогают смоделировать в голове полный цикл производства. Это бесценный опыт.

Расскажу на примере нашей школы №1502. В сотрудничестве с Московским городским педагогическим университетом коллектив нашей школы разработал программу дополнительного образования школьников по трем направлениям.

В рамках естественно-научной части курса ребята познают мир через физические эксперименты. На занятиях по робототехнике школьники программи-

руют простейшие движения роботов, и в этом им помогает знание законов динамики и статики. Моделирование и прототипирование являются ключевой частью курса, связывающей вышеописанные компоненты. Ребята изучают промышленное производство в миниатюре. Создают детали - от чертежа до металлообработки - с помощью механизированного оборудования и станков с электронным управлением. Наряду с традиционными материалами и способами обработки ребята знакомятся с такими современными технологическими направлениями, как композитные материалы и аддитивное производство. Надеюсь, что скоро эта программа появится и в других школах страны. Уверен, такой формат работы поможет удержать интерес к физике.

Совет для родителей и учителей: подкидывайте ребенку книги и ссылки на интересные передачи.

Что почитать открывающим для себя мир физики?

Александр Никонов «Физика для тех, кто (не) знал, но забыл».

Эрик Роджерс «Физика для любознательных».

Дмитрий Побединский «Чердак. Только физика, только хардкор!».

Венсан Бокео «Физика на ладони. Об устройстве Вселенной - просто и понятно».

Луис А.Блумфилд «Как все работает. Законы физики в нашей жизни».

Григорий Остер «Физика. Ненаглядное пособие».

Что посмотреть?

Выпуски программы «Галилео» или ее современного аналога - передачи «Просто физика» на канале «Наука 2.0».

Для увлеченных физикой

Как правило, ребенок понимает, что хочет связать свою жизнь с физикой, уже в 7-9-х классах.

Иногда раньше. Будущим физикам я советую читать новости про технологические новинки и пути развития технологий. Попробуйте разобраться, чем новый 3D-принтер отличается от предыдущей модели, разберите старый утюг, посмотрите, как в нем все устроено. Во всем старайтесь докопаться до сути.

Подойдите к своему школьному преподавателю и расскажите об интересе к предмету. Любый учитель физики знает, что нужно порекомендовать в этом случае. Он подскажет, что посмотреть и послушать, что почитать и какие задания выполнить, чтобы подготовиться к ЕГЭ по физике.

Инженерные классы - вообще кладовые для ребят, изучающих физику. Этот проект я могу хвалить бесконечно. Опыт работы с оборудованием и применением знаний по физике при решении инженерных задач дает школьнику понимание, что и в какой последовательности нужно делать и почему происходят те или иные процессы.

Еще раз подчеркну: в каждой школе есть дополнительное образование, зачастую бесплатное. Если ваш ребенок испытывает интерес к физике, обсудите с ним, в какой конкретно кружок он хочет пойти, чтобы углубить свои знания. Выбирая, ищите учителя, который подойдет ребенку, сможет подогреть его интерес к физике. Кому-то нужен строгий педагог, кому-то - добрый, кому-то - молодой, кому-то - возрастной. Главное - найти человека увлеченного.

Также порекомендую вбить в поисковую строку «Топ-100 научно-популярных книг» и выбрать понравившиеся. Сейчас большой популярностью пользуется астрофизика. Есть фильмы BBC и National Geographic по этой тематике. В физике не важно, с чего начинать, все равно придется к самым основам, к фундаменту. Важно не охладеть к изучению предмета, к изучению мира!

Что почитать увлеченным физикой?

Митио Каку «Физика будущего», «Физика невозможно».

Стивен Хокинг «Краткие ответы на большие вопросы».

Карл Саган «Космос».

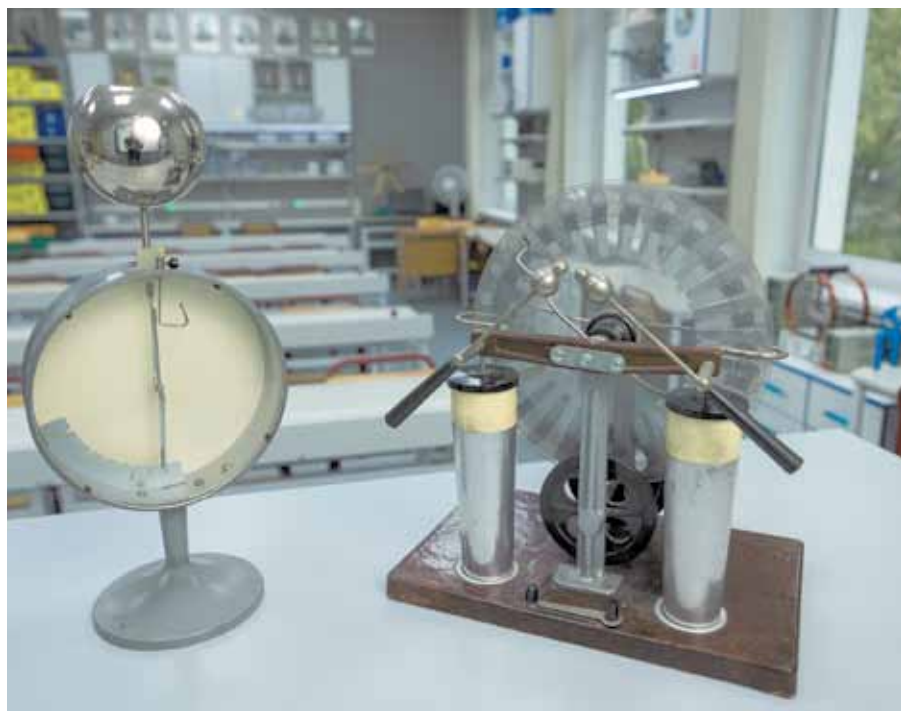
Яков Перельман «Занимательная физика».

Нил Деграсс Тайсон «Астрофизика с космической скоростью, или Великие тайны Вселенной для тех, кому некогда».

Ричард Фейнман «Вы, конечно, шутите, мистер Фейнман!».

Что посмотреть?

Научно-популярные YouTube-каналы, выступления известных ученых-популяризаторов, проект «Курилка Гутенберга», «Физика с Антоном Марко» на Московском образовательном.



Порой ошибки на экзамене связаны не столько с пробелами в знаниях, сколько с волнением. Чем могут помочь взрослые - родители и педагоги - до начала экзаменационной поры, чтобы подготовить ребенка к возможным эмоциональным трудностям?

Возьмите под контроль ресурсы

Помогите подростку организовать правильный режим дня. Для повышения стрессоустойчивости важно полноценно питаться (регулярно и полезно), спать достаточное количество времени (не менее 7-8 часов) и иметь возможность отдохнуть, несмотря на всю загруженность при подготовке к экзамену. Подросток в силу возраста не всегда может оценить последствия бессонной ночи или отсутствия завтрака, ему кажется самым главным успеть повторить материал.

Учитывайте индивидуальные особенности

Все дети по-разному воспринимают и запоминают информацию. Кто-то учит систематически весь учебный год, запоминая и повторяя небольшие объемы информации. У другого хорошо развита кратковременная память, ему комфортнее запомнить сразу большой объем информации за несколько дней до экзамена. Некоторые подростки хорошо запоминают

информацию зрительно, а кто-то быстрее воспринимает на слух. Предложите ребенку определить, какой способ запоминания ему удобнее: можно читать текст подростку вслух либо продумать вместе систему визуальных подсказок. Это знание поможет быть более эффективным: тратить меньше времени на подготовку и получать максимальный результат.

Сохраняйте оптимизм и транслируйте его ребенку

Отношение взрослых к предстоящему экзамену сильно влияет на эмоциональное состояние ребенка. Не тревожьте вы-

Стресс-тест

Как помочь школьникам преодолеть тревогу перед экзаменами

пускника, не запугивайте, достаточно будет обозначить свою готовность помочь и поговорить, если это необходимо.

Обсудите план «Б»

Не стоит в беседе с ребенком преувеличивать или преуменьшать значение экзамена, ведь экзамен - это только некоторый рубеж в жизни, который нужно пройти. Определите и проговорите вместе с подростком несколько вариантов развития событий по схеме «что ты будешь делать, если...». Например, отметка за экзамен будет ниже или выше ожидаемой. Так у выпускника появится понимание, что независимо от результатов есть разные варианты выбора в жизни. Подбирайте варианты учебных заведений, куда можно подать документы с разными баллами. Спокойные и уверенные взрослые рядом - опора для подростка.

Как помочь ребенку сохранять спокойствие?

Действенные способы справиться с волнением:

1. Дышите!

Выполните дыхательные упражнения: если начать дышать глубоко, надувая живот на вдохе, как шарик, и сдувая на выдохе, для мозга это будет сигнал к успокоению. Также можно дышать на счет. Считая от 1 до 4, мы делаем вдох, а от 1 до 8 - выдох.

2. Шаг влево - шаг вправо!

При волнении полушария головного мозга начинают работать как бы отдельно друг от друга, именно это приводит к тому, что ценная информация неожиданно забывается. Чтобы избежать этого, можно сделать простое упражнение «перекрест-

ный шаг»: при каждом шаге правая нога ставится в левую сторону, а левая нога - в правую.

Установка на успех: как мотивировать подростков

Чтобы не допустить потерю мотивации или вернуть уже потерянную, рассмотрим причины, почему уровень мотивации снижается.

Причина первая. Серьезная интеллектуальная нагрузка.

Когда ребенку необходимо в короткие сроки воспроизвести большие объемы информации, он может просто эмоционально перегореть на фоне перегрузки. Что же делать? Должен быть план.

Грамотно организуйте процесс подготовки: составьте график, распределите нагрузку. Важно, чтобы периоды учебной активности, интенсивной интеллектуальной деятельности чередовались с периодами отдыха. Четкий план и понимание объема задач снижают общий уровень тревожности.

Для достижения чего-то большого порой нужно начать с малого, делать каждый день маленькие вещи. Начните с одной мини-привычки в день. Секрет в том, чтобы достичь серьезных результатов, дви-

гаясь к цели настойчиво, но небольшими шагами.

Причина вторая. Окружающая эмоциональная нестабильность.

Переживания взрослых, их озабоченность необходимостью достижения определенного результата, сомнения, что все сложится успешно, приводят к тому, что у ребенка опускаются руки. Страх неудачи способен лишить мотивации даже взрослого. Страх препятствует запоминанию, усвоению информации, поэтому ребенку начинает казаться, что он не справится.

Как ни банально это звучит, но мотивация ребенка будет более устойчивой, если он станет постоянно получать эмоциональную поддержку от взрослых. Взрослые должны напоминать ребенку, что они верят в его успех, что они всегда рядом и поддержат его, что он усердно готовился и поэтому справится.

Причина третья. Недостаточное признание самостоятельности ребенка.

Подростки вступают во взрослую жизнь и стремятся доказать, что уже не дети. А это само по себе может стать отличным мотивирующим фактором. Ведь экзамен включает в себя все элементы взрослой жизни - самостоятельное принятие решений, ответственность за результат, умение справляться с трудностями.

Самое важное для взрослых - и учителей, и родителей - не посеять даже тени сомнения, что ребенок уже достаточно вырос, чтобы с этим справиться, и самим продемонстрировать пример взрослого отношения к трудностям, ошибкам и неудачам.

Сдача экзаменов - несомненно, серьезный рубеж во взрослении ребенка, и взрослые в силах помочь ему справиться и приобрести ценный опыт преодоления трудностей, который станет фундаментом уверенности в себе и успешности во взрослой жизни.

Еще больше полезной информации о психологической поддержке во время экзаменов можно найти на сайте Городского психолого-педагогического центра ДОНМ.

*Надежда КУЛИКОВА,
Татьяна НАЗАРОВА,
педагоги-психологи Городского
психолого-педагогического центра*



Советы от родителей

Спокойствие, осознанность и уважение к своему ребенку - именно три этих качества надо культивировать родителю не только во время подготовки к ЕГЭ, а и в обычной жизни.

У меня трое детей, старший сын после службы в армии учится в вузе, третий - в 9-м классе. Конечно, мы немного волновались. Но подчеркну - немного. Поскольку видела весь процесс подготовки. Ирина готовилась к экзаменам серьезно, в день на занятия тратила 4-5 часов. Но мы не рассчитывали на 400 баллов. Ирина всегда отлично училась, участвовала в олимпиадах. И это все помогло уверенно подойти к ЕГЭ. Готовиться к экзаменам Ирина начала в 11-м классе. Приняла решение сдавать четыре экзамена, чтобы в дальнейшем иметь больше возможностей для поступления в вуз.

Мы обошлись без больших финансовых трат на репетиторов. Привлекали консультанта по физике для занятий не более 2 раз в месяц, чтобы помочь дочке систематизировать знания. Огромную поддержку оказали учителя нашей школы. Они помогали готовиться к олимпиадам, проводили консультации перед экзаменами.

Наша задача как родителей была поддерживать и организовать нормальный процесс подготовки. Обеспечить полноценное питание: завтрак, обед, ужин. Помочь соблюдать режим дня - напомнить, что в 23 часа

уже пора ложиться спать, предложить погулять вечером.

Никаких ночных подготовок к урокам у нас тоже не было, да и гаджеты особо в семье не популярны. Мы предпочитаем погулять в парке, покататься на лыжах. В школе Ирина посещала кружок бальных танцев 2 раза в неделю и во время подготовки к ЕГЭ свои занятия тоже не забросила. То есть хватало времени на все: учиться, танцевать, гулять, общаться с друзьями. Вести обычную, нормальную жизнь подростка.

Мой совет родителям. Во-первых, у ребенка должна быть цель. Если она есть, то не надо никого мотивировать, заставлять, уговаривать. Ребенок занимается сам. Поэтому, прежде чем начать подготовку к ЕГЭ, нужно выбрать экзамены, определиться, что хочет сам ребенок. Во-вторых, ЕГЭ - это не конец света. Это просто естественный этап в жизни. Будьте уверенными в своем ребенке. Но не делайте за него ничего. Это его выбор, его жизнь. Вы же не сможете прожить за него. В-третьих, самые важные качества родителей, которые надо культивировать в себе во время экзаменов: спокойствие, осознанность и уважение к своему ребенку. Тогда все получится!

*Нина БРОДСКАЯ,
мама выпускницы школы №1553
имени В.И.Вернадского,
набравшей в 2021 году 400 баллов на ЕГЭ
по русскому языку, профильной математике,
физике и информатике*



Часть моей души

Здесь всегда светит солнце радости, надежды, мира и счастья



Неделя музыки для детей и юношества - событие, которого мы с нетерпением ждем каждый год. Это каждый раз знакомство с великими композиторами, с российской культурой, с самобытными традициями народа. Это всякий раз радость от встречи с искусством и прекрасными исполнителями, такими как юные артисты Ансамбля песни и пляски имени В.С.Локтева.

— В репертуаре нашего ансамбля есть произведения, которые знают и любят несколько поколений людей. Это золотой репертуарный фонд, который оставили наши великие основатели Владимир Локтев, Елена Россе, Алексей Ильин. Мы бережно храним их заветы. Но главное в работе творческого коллектива - быть в постоянном поиске, никогда не стоять на месте, предлагать зрителям все новые и новые зрелищные номера, - отмечает руководитель Ансамбля песни и пляски имени В.С.Локтева Леонид Фрадкин.

Для концерта в Московском международном Доме музыки были подготовлены сюрпризы. На сцену концертного зала вышли самые юные артисты Ансамбля имени В.С.Локтева - 6-7-летние будущие звезды.

- В ансамбле действуют подготовительные направления: хоры «Солнышко» и «Зернышки», оркестр «Пионер» и хореографическое подразделение. Ребята, которые там занимаются, с нетерпением ждут, когда подрастут и тоже будут выступать на сцене, участвовать в совместном творчестве с более взрослыми друзьями. Мы решили этот процесс немножко ускорить и придумали для них новый номер, который, судя по аплодисментам, очень понравился зрителям, - улыбается Леонид Фрадкин.

Ансамбль гордится дружбой с представителями разных профессий, с удовольствием берет в свой репертуар талантливые стихи и музыкальные композиции, подаренные коллективу. Еще одним сюрпризом концерта стала песня, музыку и стихи для которой написал заслуженный мастер спорта России, многократный чемпион мира и Европы по самбо и дзюдо, член Союза писателей РФ Игорь Куринной.

- Музыкальное и танцевальное творчество, знакомство с культурой других народов не только повышают общий образовательный уровень, но и воспитывают детей. Наши юные артисты - настоящие труженики. С первого шага в коллективе они начинают очень серьезно трудиться, гастроли, концерты - это то, что дает жизненную закалку, сближает их. Дружба, рожденная в коллективе, проходит с ними через многие годы. Я горжусь артистами Ансамбля имени В.С.Локтева, они растут настоящими гражданами великой России! - убежден Леонид Фрадкин.

Зоя ЛАРИНА,
Антон ГЛОБА (фото)



Комментарии воспитанников ансамбля

Диана МИХЕЕВА, 10 лет:

- Ансамбль Локтева для меня - это счастье, моя жизнь. Здесь мы получаем самые лучшие знания по хореографии, становимся настоящими артистами. Именно здесь я проживаю лучшие мгновения, имею друзей, становлюсь человеком. Для меня гордость быть частью моего родного ансамбля.

Кирилл АНДРЕЕВ, 15 лет:

- Ансамбль - это семья, в которой мы все друг друга поддерживаем. Здесь я встретил своих лучших друзей. Думаю, ансамбль - это навсегда.

Маша БЕРЕГОВАЯ, 14 лет:

- Ансамбль для меня - мои детство, радость, дружба, любовь и красота музыки, познание нового.

Лера АЙТМАМБЕТОВА, 11 лет:

- Ансамбль - это семья, дружба, способ выражать свои эмоции через музыку и песни, часть моей души. Ансамбль - место, где всегда светит солнце радости, надежды, мира и счастья. Место, где о тебе заботятся, тебя понимают, любят и ждут.



Это важно сегодня. Это важно всегда

В память о героях, отдавших жизнь за Отечество



Преимственность поколений, воспитание любви к Родине, патриотических и гражданских качеств у молодежи - важные задачи, стоящие перед образовательными организациями и вузовским сообществом столицы.

Школа №460 активно сотрудничает с Московским социально-педагогическим институтом. Поэтому форум «Патриот Отечества. XXI век», посвященный 120-летию со дня рождения дважды Героя Советского Союза Степана Федоровича Шутова, мы провели вместе. И были весьма благодарны поддержке Консорциума негосударственных вузов по военно-патриотической и военно-мемориальной работе среди молодежи и Управления по увековечению памяти погибших при защите Отечества Министерства обороны РФ.

В актовом зале школы торжественная атмосфера, красивые плакаты, баннеры по военной тематике в холлах, участникам и гостям форума школьники раздают памятные значки.

Экскурсия по школьному музею боевой славы, на мониторе видеосюжеты об этапах Великой Отечественной войны, которые доблестно прошел С.Ф.Шутов, на сцене звучат песни, стихи о войне в исполнении учащихся и студентов, представлены драматические инсценировки, трогательное выступление кадет. Все нашло отражение в музыкально-литературной композиции, завладевшей сердцами зрителей.

Среди выступающих - ректор МСПИ Дмитрий Мельников, директор школы №460 Дмитрий Шестаков, заместитель председателя Синодального отдела религиозного образования и катехизации РПЦ Отец Иоанн, ведущий специалист - эксперт Управления по увековечению памяти погибших при защите Отечества Министерства обороны РФ Алексей Трякин.

Гостями праздника стали школьники, студенты МСПИ, ММА, МЮИ, ИСИ, проректоры вузов - членов консорциума, представители ветеранских организаций.

Всех объединили в этот день любовь к Родине, чувство долга перед страной, память о Великой Победе, героях, отдавших жизнь за Отечество.

Памяти павших будьте достойны! Пусть молодежь сохранит историческую правду и донесет ее до последующих поколений!

Дмитрий СМЕРНОВ,
проректор по воспитательной работе
и молодежной политике Московского
социально-педагогического института



Учитель истории школы №854 Александр ОДЖО известен широкой аудиторией проектами, которые он ведет в Интернете. Его ролики набирают более 10 тысяч просмотров. Кроме того, педагог проводит необычные уроки, переодеваясь в героев эпохи, о которой он рассказывает.

- Александр Александрович, сегодня некоторые педагоги и родители жалуются на то, что у детей пропадает интерес к учебе. Мол, кроме смартфона, им ничего не нужно. Как заинтересовать ребенка учебной работой?

- Я знаю немало коллег, которые это успешно делают. Вызывают интерес не только к предмету, а к учебе в целом, к образованию. Необходимо создать такие условия, в которых ребятам увлекательно заниматься. Надо идти по довольно прагматичному пути - показывать, где предмет реально используется в жизни, где можно применить эти знания. Есть и второй путь - показывать мир через свой предмет. Объединяясь с коллегами, другими учителями, можно создать у ребенка целостную картину мира. Показать и доказать: все, что изучается в школе, обязательно пригодится в жизни, а часть фундаментальных знаний необходима уже сейчас. Например, для участия в проектной деятельности, конкурсах, олимпиадах.

У меня есть опыт разработки и проведения межпредметных уроков, которые позволяют не только вызвать интерес у ребенка, но и показать, как предметы взаимосвязаны между собой, как полученные знания мы применяем в жизни.

- Расскажите подробнее об этом опыте. Как можно соединить, например, физику и историю? И для чего это делать?

- Мы с коллегами проходили курс повышения квалификации. Одной из задач курса было сформировать урок на ресурсе «Московская электронная школа». Мы подготовили такой материал и решили его апробировать в своей школе в день конвергентных уроков. В течение учебного периода проходили одну магистральную тему, в нашем случае - Францию. Ученики изучали информацию, связанную с этой страной. Например, открытия, которые сделали французские ученые-физики в различные времена, их исследования мы связывали с историческими событиями. Рассматривали, как эти открытия повлияли на развитие науки и экономики других стран. В проекте задействовали физику, историю и географию.

Это были три урока, объединенные одной темой. На каждом уроке тема Франции раскрывалась по-своему. По сути, каждый учитель, участвующий в проекте, передавал следующему эстафетную палочку.

Обсудив проект с коллегами, мы поняли, что такое всеобъемлющее изучение темы вызывает интерес даже у тех учеников, кто не проявлял особого рвения в изучении, например, истории, но был активен в физике или географии. На таких уроках дети сами ищут межпредметные связи и гордятся своими открытиями.

- Ученикам такой подход нравится?

- Говорят, что было очень интересно. Увидели связи, о которых прежде не подозревали. Изучить, понять материал оказалось легче. Такой принцип работы можно использовать во время дней самоуправления, когда старше школьники ведут уроки у младших. Например, попробовать объединить гуманитариев с физиками.

- Поделитесь рекомендациями, как проектировать такие уроки, с какой периодичностью проводить? Как запустить такой проект в школе?

- Они требуют серьезной подготовки, формирования отдельного сценария, думаю, что реально - раз в месяц. Мы с коллегами сначала искали межпредметные связи, обсуждали, где можем быть полезными друг другу, составляли таблицы. В них отмечали пересечения тем, обозначали необходимые материалы. Это как в спорте - если долго тренироваться, обяза-

тельно достигнешь успеха. Советую коллегам из других школ при планировании подобных уроков сначала собраться вместе. Попытайтесь найти точки соприкосновения и пересечения тем. Обсудите, что вы проходите, например, в параллели 7-х классов. Соберите в таблицу облако тем, фактов, контрольно-измерительных единиц. Вы обязательно увидите объединяющие темы и сможете выявить главную на данный момент. И уже после обязательно определите цель и задачи урока.

- В чем особенность современных детей? Как они воспринимают материал? Какая информация и в каком виде им нужна?

- Мы, молодые учителя, с этими детьми имеем много общего. Они любят озорничать и лениться, особенно к последнему уроку или под конец недели. Любят бегать и шуметь. Но они по-другому относятся к учебе. Учитель уже для них не истина в последней инстанции. У них много альтернативных источников, из которых мож-

но получить информацию. И дети активно используют эти источники. Задача педагога - стараться не давить на ребенка, доказывая, что лишь знания взрослого верны, а давать такие задания, чтобы ученики сами искали информацию, отбирали ее, развивая критическое мышление. Педагогу очень важно научить их осознанно мыслить.

- Как вы учите детей искать достоверную информацию в Интернете? Как вы воспитываете в них критическое мышление?

- Мы живем в Москве. Здесь масса мест, которые уходят в глубь веков. Например, наша школа находится в Зеленограде. Этот город - живой памятник подвигу русского народа. На улицах, по которым мы сегодня гуляем, проходила линия фронта во время Великой Отечественной войны. Здесь шли бои. Надо обязательно показывать детям связь прошлого и настоящего. Многие традиции, элементы одежды пришли к нам из глубины веков. И когда ребенок понимает, что то, чем он пользуется сегодня, было при-

между прошлым и будущим. Мы живем в Москве. Здесь масса мест, которые уходят в глубь веков. Например, наша школа находится в Зеленограде. Этот город - живой памятник подвигу русского народа. На улицах, по которым мы сегодня гуляем, проходила линия фронта во время Великой Отечественной войны. Здесь шли бои. Надо обязательно показывать детям связь прошлого и настоящего. Многие традиции, элементы одежды пришли к нам из глубины веков. И когда ребенок понимает, что то, чем он пользуется сегодня, было при-



- Это многоступенчатая работа. Начинается она с младших классов. Сначала я учу детей работать с готовыми текстами - историческими источниками. Мы отбираем там полезную информацию. Следующая ступень - показать, что существует плюрализм мнений, разные точки зрения на одно и то же событие. Надо уметь определять и видеть эти мнения. Объясните детям, что каждой информации нужна проверка. Вспомните, как мы проверяем уравнение в математике. Проверка информации обязательна: найти ссылки на источники и упоминания о них в материалах других авторов. Обязательно оценить авторитет издания или эксперта. И только после этого можно составлять собственное мнение. Важно научить ребенка искать несоответствия в любом тексте, так называемые вставки. Составляем список литературы, на которую опирались. После сбора всей информации определяем, какому источнику можно доверять, а ка-

кому - нет. Так дети учатся критическому анализу. Эти знания полезны не только на уроке истории, но и в повседневной жизни.

- Можете назвать Топ-5 мест Москвы, которые ярко иллюстрируют понятие «глубь веков»?

- Да, начнем с самых древних. Первое - Исторический музей, который и сам является памятником истории. Его экспозиция позволяет быстро погрузиться в эпоху Древней Руси. Второе - Измайловский остров, там жил и трудился Алексей Михайлович Тишайший. Третье - московские соборы, в частности соборы Московского Кремля или церковь Вознесения в Коломенском. Четвертое - московские парки, например Сокольники. Здесь есть аллеи, которые не изменились со времен СССР. Или парк Горького, который является образцом советского ампира. И пятое - станция Московского метрополитена, например «Маяковская». Обратите внимание, это потрясающе красивая станция, в которой во время бомбежек в 1941 году прятал-

ись люди. И с одной стороны, вы увидите ее величественную красоту, а с другой - подвиг нашего народа.

- Вашей фишкой стали исторические диалоги в социальных сетях, как они появились?

- В социальных сетях я общаюсь с детства, по моей странице можно проследить весь путь от школы до университета. Когда я стал преподавать, понял, что хочется делать интересный и необычный контент для детей. И создал History stories. Этот контент вызвал огромный интерес не только учеников, но и родителей. Чуть позже я стал работать с медиаклассом - это шестиклассники, именно они меня вдохновили на идею просто и понятно рассказывать об историческом событии за 60 секунд. И я стал снимать разные форматы: диалоги между учеником и учителем, разбор заданий ЕГЭ, ОГЭ, ВПР. Темы задают сами дети. Стабильно мои видео набирают от тысячи просмотров, большая часть - от 10 тысяч и больше.

Целостная картина мира

Межпредметный подход и критическое мышление

- Дайте рекомендацию коллегам, как начать вести свой блог учителя. Как уложить необходимую информацию в 60 секунд?

- Четко решите, зачем вы идете в соцсеть. На какую аудиторию рассчитываете - детей, коллег, родителей. Определите, о чем вы хотите рассказывать: обо всем предмете, о подготовке к ЕГЭ, только об отдельных фактах. Посмотрите, что уже делается в этой соцсети по вашей теме, что размещают коллеги. Попробуйте выложить свой контент. Но не ждите, что вы сразу наберете популярность. Как уложиться в минуту? Рассмотрите один важный факт с двух-трех сторон. Напишите сценарий, отрепетируйте и снимайте.

- Как вы в дальнейшем видите свою карьеру? О чем мечтаете?

- Пока мне хочется оставаться учителем истории, создавать интересные проекты, которые можно публиковать в медиасфере, чтобы дети и коллеги могли их использовать при изучении предмета или создании своих продуктов. Я с детства мечтал работать на радио. И мне хочется, оставаясь учителем, либо создать свое радио в школе, либо делать программу на городском или федеральном канале. Я бы хотел беседовать с коллегами-новаторами, рассказывать о том, что происходит в разных школах, как развиваются учителя, какие новые формы работы они используют. Эти интервью, уверен, будут интересны широкой аудитории.

- Как педагог вы имеете огромный авторитет у своих учеников. Что необходимо сделать, чтобы стать для детей Учителем с большой буквы?

- Во-первых, делитесь своим реальным опытом решения проблем: как вы учили свой предмет, запоминали факты, готовились к экзаменам, проходили сложные этапы в своей жизни. И будьте искренними в своих советах. Во-вторых, делайте что-то вместе с детьми: готовьтесь к урокам, путешествуйте, пусть даже по своему району. В-третьих, не бойтесь трудностей, не замыкайтесь в себе. После первых неудач молодые педагоги, и я в том числе, опускают руки. Не надо этого делать. Если не будет неудач, не будет и дальнейшего развития.

Фаина НЕБЕРОВА



МЭШ: экосистема

Московская электронная школа - пример уникального сочетания традиционного образования и инновационных цифровых технологий. Она дает возможность педагогам учить, а школьникам - учиться по-новому.

— В этом году мы провели большую работу по расширению функционала Московской электронной школы для учителей. Так, состоялся переход на новую версию электронного журнала - сервиса, который является частью цифровой образовательной среды столицы и должен отвечать потребностям системы образования, основным трендам в развитии информационных технологий и запросам пользователей. Теперь каждый учитель имеет возможность индивидуально настроить интерфейс, используя доступный функционал, - рассказывает директор Центра цифровизации образования Евгений Комаренко. - Новые инструменты призваны помочь учителю максимально удобно организовать рабочие процессы и вместе с тем использовать возможности цифровых образовательных технологий как в масштабе класса, так и для индивидуального подхода к каждому ученику. Например, инструмент «Тематическое оценивание» автоматически просчитывает средневзвешенный балл ученика по каждой изучаемой теме на основании текущих отметок. Функционал поможет педагогам в режиме реального времени увидеть, насколько успешно школьник освоил ту или иную тему учебной программы, и при необходимости помочь устранить возможные затруднения.

Поурочное планирование

С этого года для помощи учителям есть скорректированные общегородские шаблоны поурочных планов по всем учебным предметам, обновлен конструктор поурочного планирования. Педагоги могут автоматически формировать тесты для цифрового домашнего задания различ-



ного уровня сложности, используя базу эталонных заданий библиотеки МЭШ. Это позволяет учителям быстро и качественно планировать свою работу.

Кроме того, цифровые шаблоны годовых поурочных планов по всем предметам и параллелям позволили снизить количество контрольных у юных москвичей. В начальных классах их число уменьшилось в 4 раза, в 5-9-х - в 2,3 раза, а у старшеклассников - в 1,5 раза.

Эти шаблоны включают в себя рекомендации от методистов и психологов по объему и перечню контрольных работ.

Генератор тестов библиотеки МЭШ получил новый функционал

В библиотеке МЭШ усовершенствовали популярный инструмент для создания цифровых домашних заданий - автоматический генератор тестов. Теперь у учителей появилась возможность регенерировать отдельный блок или даже отдельный вопрос и задание без регенерации всего теста. Благодаря новому функционалу работать с сервисом стало еще удобнее. Времени на создание тестов потребуется су-

щественно меньше. Тем более что тесты, созданные в автоматическом режиме с использованием эталонных заданий, стало возможным прикреплять к цифровым домашним заданиям без прохождения модерации. Тестовые задания школьники могут выполнять с любых устройств и в любое время в электронном дневнике.

Улучшения коснулись и дизайна автоматического генератора тестов. Теперь он соответствует общему визуальному решению для библиотеки МЭШ.

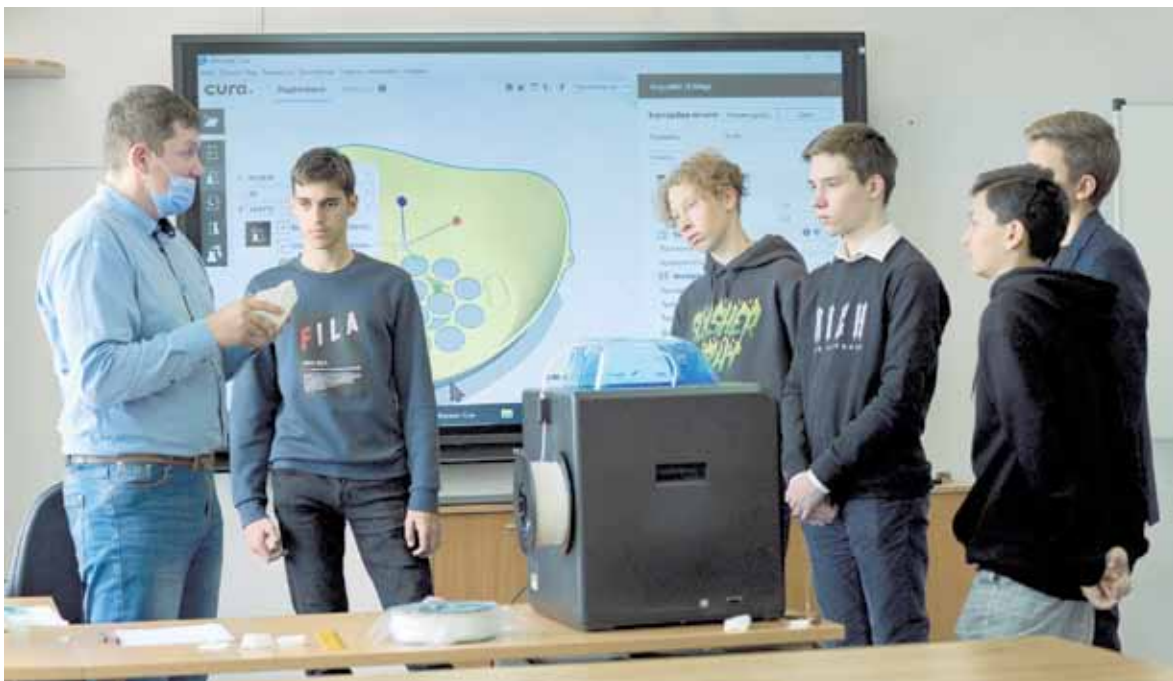
Тематическое оценивание

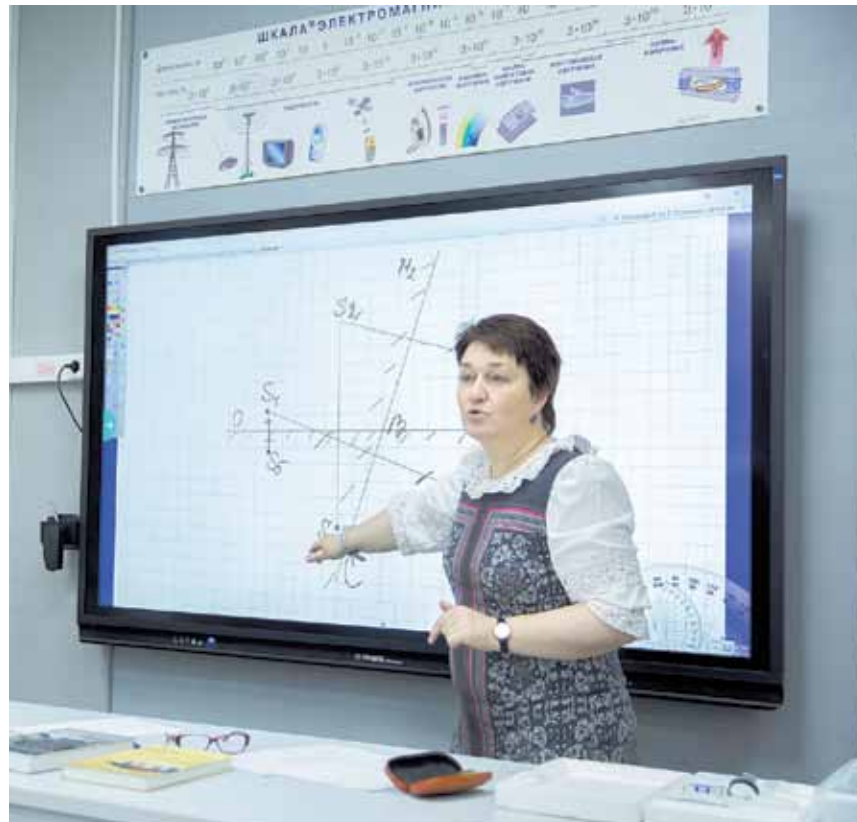
В этом году у учителей, родителей и школьников появились дополнительные возможности для контроля текущей успеваемости,

анализа деятельности ребенка и улучшения результатов обучения.

В Московской электронной школе появился новый инструмент «Тематическое оценивание». Он поможет педагогам и родителям в режиме реального времени увидеть, насколько успешно школьник осваивает различные темы учебной программы, а самому ребенку - проанализировать свою успеваемость, узнать свои сильные и слабые стороны, понять, над какой темой нужно дополнительно поработать.

Учителям в электронном журнале станут доступны автоматическая привязка всех отметок к темам, вычисление и отображение текущих баллов по каждой из них. Инструмент автоматически просчитает средний балл ученика на основании текущих отметок за разные виды работ, и он отобразится в журнале параллельно с результатами за учебные периоды. Таким образом, педагоги получат возможность отслеживать средние баллы учащихся по каждой теме, им будет легко увидеть степень освоения учебного материала школьником за любой период времени. Это позволит своевременно корректировать методические приемы, чтобы помочь ребенку разобраться в материале, подтянуть его знания и





для учителя



добиться хороших результатов. У учителей будет возможность скрыть отображение текущего балла по теме, если возникнет такая необходимость.

Также в МЭШ в пилотном режиме для пятых классов заработал сервис «Планируемые результаты обучения». Теперь при составлении поурочного плана учителя смогут видеть возможные образовательные результаты по каждой теме и при заполнении карточки урока указать его планируемый результат. Информация будет автоматически передаваться в электронный дневник, где ее увидят родители и школьники. Это поможет лучше понимать цели и задачи учебных занятий и поддерживать прогресс обучения.

Журнальная сетка

В электронном журнале педагога журнальная сетка дополнена новыми функциями: появилась возможность выбрать в сетке, какой период времени будет отображаться на экране, и работать только с ним. В специальном столбце теперь можно выводить отметки за промежуточную ат-

тестацию вместе с текущими отметками учащегося. Также можно выбрать вид отображения отметок в одной ячейке, а отображение форм контроля реализовано отдельными столбцами в журнале.

Кроме того, в новой версии электронного журнала отметка о дистанционном присутствии - «Д» - будет автоматически отображена в журнале класса, если весь класс или некоторые учащиеся выведены на дистанционное обучение.

Интеграция единой цифровой платформы здравоохранения с Московской электронной школой

Благодаря интеграции крупнейших цифровых столичных платформ в сфере образования и здравоохранения информация о физкультурной группе здоровья учащихся доступна классным руководителям и учителям физкультуры в сетке электронного журнала.

В списке класса рядом с фамилией ребенка появилась римская цифра, обозначающая при-

ку об отсутствии ребенка в школе или детском саду по болезни в электронном виде, приносить бумажную справку теперь не требуется. Она доступна онлайн медработнику образовательной организации в системе «ЕМИАС.Школа», а учителя видят в электронном журнале информацию о периоде освобождения ребенка от занятий, в том числе об освобождении от физической нагрузки.

Так, в журнальной сетке теперь доступен режим отметок об отсутствии и болезни: можно тонко настроить, какие именно индикаторы будут отображаться в сетке: «Н»/«Д», «Б»/«О» и т. д., и отключить ненужные.

Виртуальные лаборатории

Виртуальные лаборатории - это интерактивные онлайн-симуляторы опытов и экспериментов для детей. В 2021 году в МЭШ число виртуальных лабораторий уд-

рес к точным наукам, им становится легче определиться с выбором будущей профессии.

Применяя лаборатории на уроках, можно продемонстрировать опыты и эксперименты в виртуальном пространстве и при этом воспроизводить их, как в реальной жизни, соблюдая при необходимости требования техники безопасности. Это огромная база для углубления знаний, подготовки к экзаменам и олимпиадам.

Новая грантовая политика

Новая грантовая политика строится на новой системе подсчетов, которая обеспечивает равные возможности получения гранта учителями любых предметов. Теперь грант можно получить, если предложение соискателя удовлетворяет следующим требованиям: 1) относится к одному из утвержденных видов контента: сценарий изучения темы, электронное учебное пособие, тест по функциональной грамотности; 2) удовлетворяет требованиям учета востребованности пользователями-москвичами (учителями, обучающимися, родителями); 3) соответствует требованиям механизма расчета.

Размеры грантов для различных видов контента варьируются в зависимости от значения показателя востребованности. Приоритет в распределении грантов принадлежит дефицитным темам и сложным вопросам.



своенную ему в медицинском учреждении физкультурную группу здоровья.

Благодаря новому функционалу информация о физическом здоровье аккумулируется в единой цифровой среде. А значит, педагогу стало удобнее подобрать оптимальную программу физического воспитания, которая не навредит здоровью ребенка и будет способствовать его укреплению.

Также в этом году появилась возможность оформлять справ-

воилось. На сегодняшний день пользователям доступны 32 виртуальные лаборатории по физике, биологии, математике, информатике, технологии, химии и черчению.

В рамках виртуальных лабораторий можно собирать электрические цепи, создавать головоломки, строить чертежи и графики, конструировать роботов и многое другое. Занятия становятся более увлекательными, у детей формируются исследовательские навыки, развивается инте-

Только факты

МЭШ на сегодня - это более 56 тысяч сценариев уроков, более 11 тысяч видеуроков, 32 виртуальные лаборатории, свыше 1,7 тысячи электронных учебных пособий, а еще учебники, произведения художественной литературы, образовательные интерактивные приложения, тесты и самодиагностики для подготовки к экзаменам и олимпиадам.

Мой ребенок - геймер...

Компьютерные игры уводят наших детей в виртуальный мир. Как вытащить оттуда ребенка и надо ли, разбираемся вместе с психологами.

Четыре стадии зависимости

Психологи выделяют четыре стадии детской игровой зависимости: легкая увлеченность, увлеченность, зависимость и привязанность. Переходя из одной стадии в другую, ребенок все глубже погружается в виртуальную реальность. Нередко родителям удается пресечь все на корню. Например, у некоторых мам получается так составить распорядок дня своего чада, что у последнего не остается много времени на игру.

- Но большинство родителей не сразу распознают проблему, и первая стадия плавно переходит во вторую. Ребенок начинает проводить за компьютером больше трех часов в день, ухудшается его успеваемость, нарушается режим сна. В общении с родителями и друзьями любимой темой становится сюжет компьютерной игры, - рассказывает Ольга Перкова, педагог-психолог школы №2054.

На этом этапе родители еще могут исправить ситуацию самостоятельно или с помощью школьного психолога. На третьей и четвертой стадиях зависимости семье уже придется обратиться к психотерапевту: дети становятся безразличны ко всему, что не связано с игрой, могут просиживать за компьютером по 8-16 часов в сутки, игнорируют замечания родителей. Если же кто-то прерывает игру, ребенок начинает кричать, плакать или даже кидается в драку. Может уйти играть к друзьям или в компьютерный клуб. Психологи утверждают, что очень сильная зависимость от компьютерных игр может негативно сказаться на умственных способностях ребенка.

Геймерами не рождаются?

Конкретного ответа на вопрос, почему дети становятся зависимы от компьютерных игр, нет. Это совокупность факторов. Одним из них может выступить генетическая предрасположенность (если родители ребенка тоже имеют какую-либо зависимость). Причиной также могут стать деструктивные внутрисемейные отношения, когда ребенок чувствует себя нелюбимым, ненужным, незначимым в собственной семье.

Отдают предпочтение виртуальным персонажам, а не реальным друзьям и дети, которые не могут реализовать свои потребности в настоящей жизни или испытывают трудности в общении со сверстниками. И все же в самой большой группе риска дети трудоголиков. Их родители постоянно на работе и, во-первых, не могут контролировать занятость своих детей, а во-вторых, не уделяют им должного внимания. Чаще всего общение с родителями заменяют игрой мальчишки. На одну девочку с игровой зависимостью приходится десять мальчиков-геймеров.

С другой стороны

Реалии сегодняшнего дня таковы: пока один психолог, вооружившись результатами иссле-

дований, доказывает, что для подростка хуже компьютерных игр ничего быть не может, другой пытается убедить весь мир в пользе виртуальной реальности. Главным аргументом, как правило, выступает утверждение, что развитию ребенка способствует любая самостоятельная деятельность. А чем компьютерная игра не самостоятельное занятие?

- Сказать, что все игры - зло, нельзя. Вот игры не по возрасту - это другое дело. Многие игры созданы для взрослых, и если взрослые относятся к ним как к фильму, то дети могут воспринять игру как реальность, в которой можно все, - говорит Евгений Иванов, педагог-психолог школы №1576.

Психолог считает, что ни одна игра, подобранная для ребенка с учетом его возраста, не может навредить. К тому же во многих играх пропагандируются хорошие поступки, и от того, какое действие выбирает игрок, зависят дальнейшая судьба персонажа и его бонусы.

- Также существует множество игр в жанре квеста на развитие логики. Жанр tycoon помогает подтянуть математику. Я знаю реальные случаи, когда ученики начинали усиленно изучать английский язык, чтобы общаться с игроками в игре. В итоге дети стали бегло разговаривать по-английски, разве это не польза? - размышляет Евгений Иванов.

Кроме того, компьютерные игры могут быть полезны в вопросах коммуникации, например они помогают легче перенести вынужденное одиночество.

Вся жизнь - игра

А что, если на фоне популярности компьютерных игр ребенок захотел стать не просто геймером, а киберспортсменом? Это модно, интересно и может приносить доход. К тому же в России киберспорт признан официально, появилось несколько кибершкол и даже стало возможным освоить «виртуальную» специальность в институте. Вот только далеко не все родители хотят, чтобы их ребенок стал профессиональным геймером.

- Киберспорт - это современная реальность. И если вы против того, чтобы ваш ребенок был киберспортсменом, то надо понять, как ему об этом сказать. Важно помнить, что собственная цель всегда имеет большую значимость, чем чужая, пусть даже родительская. Необходимо предусмотреть все риски, если вы твердо решили бороться с желанием своего ребенка. Вы можете потерять его доверие, отдалиться друг от друга, - считает Евгений Иванов.

Если же вы не возражаете, чтобы ваш ребенок попробовал стать киберспортсменом, попробуйте помочь ему в этом: установите режим и составьте расписание, выберите часы для занятий киберспортом, чтобы это было не в ущерб учебе. Так вы укрепите доверительные отношения с ребенком, и если он разочаруется в выбранном пути, то придет к вам и расскажет об этом. Важно найти баланс между игрой и учебой, и тогда не придется чем-то жертвовать.



Киберспорт:

Сегодня киберспорт - официально признанный профессиональный вид спорта. Более пяти лет назад он получил официальный статус спортивной дисциплины. Однако родители, если их сын или дочь увлечены компьютерными играми, часто переживают: вдруг ребенок станет хуже учиться, не сможет выстроить нормальные отношения со сверстниками, испортит зрение или станет агрессивным? Специалисты Московского центра «Патриот.Спорт» развенчивают эти мифы и рассказывают о пользе киберспорта.

ют понятия «предмет» и «объект» в обучении

Правда: интеграция компьютерных игр в образовательный процесс, геймификация может быть полезной. Во-первых, ни одна игра не обходится без качественного проработанного сюжета. Это напрямую связано с литературой, и здесь на помощь приходит дизайн локаций, предметов, персонажей. Метапредметная связь литературы и дизайна позволяет не только сделать уроки более интересными для детей, но и повысить интерес школьников к искусству слова. Дети читают больше, чтобы овладеть навыками создания сюжета, особенностями композиции цифрового произ-



Миф 1: играя в компьютерные игры, дети перестают уделять внимание чтению и грамотному письму

Правда: современные компьютерные игры объединяют в себе огромный виртуальный мир, в котором есть сюжет, прописаны образы героев, пейзаж, интерьер, психологизм и многое другое. Визуальные новеллы в компьютерных дисциплинах содержат тексты, которые пользователи должны внимательно прочитать, чтобы выполнить задания. Сегодня в компаниях по созданию игр работают филологи и лингвисты. Они проверяют текст на орфографию, пунктуацию, грамматику. Поэтому можно смело говорить, что киберспорт развивает у школьников речевую и читательскую компетенции.

Миф 2: компьютерные игры вредят учебному процессу, отвлекают внимание учеников, подменя-

ведения и его жанра. Во-вторых, большинство компьютерных игр создается на английском языке. Игроки общаются между собой и изучают язык. Подростки смотрят стримы международных состязаний по киберспорту. Это помогает практиковать устную и письменную речь. В-третьих, любой комментатор (стример) должен уметь грамотно и увлекательно говорить, чтобы вести за собой зрителя. Здесь на помощь приходят совершенно разные ключевые знания в области орфоэпии, этики и экстралингвистических знаний. В-четвертых, многие компьютерные игры построены на исторических событиях, что позволяет учителям в школе использовать это как дополнительный материал к урокам, чтобы повысить интерес подростков к предмету. Наконец, на уроках информатики и программирования дети учатся создавать компьютерные игры или приложения. Искусственные





мифы и реальность



языки имеют строгий синтаксис, в чем и прослеживается еще одна связь предметов - программирования, информатики и лингвистики.

Миф 3: детям не нужны компьютерные игры, они отнимают много времени, это мешает им хорошо учиться

Правда: в среднем допустимое время игры в день, по мнению специалистов, несколько часов. Два-три часа занятий идут на пользу детям, помогают в учебе. Благодаря поддержке ученых компьютерные игры и приложения безопасно внедряются в образование, помогают его улучшить и сделать обучение более увлекательным, актуальным, полезным и современным.

Миф 4: киберспорт - это не спорт

Правда: распространенное заблуждение. Киберспорт признан официальным видом спорта в Российской Федерации: 7 июня 2016 года был опубликован приказ Министерства спорта о включении компьютерного спорта в Реестр официальных видов спорта Российской Федерации (ВРВС).

Миф 5: киберспорт - это несерьезно, здесь нет карьерного роста

Правда: киберспорт - это неотъемлемая часть отрасли «Физическая культура и спорт». В рамках спортивной деятельности (тренировочного и соревновательного процессов) существует множество профессий, в которых можно себя реализовать. И не только как киберспортсмен,

но и как тренер команды, ее менеджер, спортивный психолог, маркетолог, комментатор, спортивный судья и др.

Миф 6: киберспортсмены - замкнутые люди

Правда: большинству киберспортивных дисциплин присуще наличие командной игры и кооперации, где в критических ситуациях необходимо решать сложные задачи в кратчайший отрезок времени. А это значит, что без правильно построенной коммуникации киберспортсмены не смогли бы достигать высоких результатов.



Миф 7: у киберспортсменов есть риски для здоровья

Правда: стоит признать честно, что у большей части населения есть риски для здоровья. Например, менеджер, находясь в офисе и сидя за компьютером более шести часов, подвергает себя не только возможному развитию заболеваний опорно-двигательного аппарата, но и гиподинамии. Если соблюдать рекомендации специалистов, технику безопасности при работе с компьютером и делать перерывы на двигательную активность, и киберспортсмен, и менеджер смогут минимизировать риски для здоровья.

Миф 8: киберспорт и гейминг - одно и то же. Дети просто сидят и играют в игры часами

Правда: киберспорт - вид спорта, а значит, предусматривает тренировочный и соревновательный процессы с их регламентацией, подготовкой, спортивным отбором. А гейминг представляет собой лишь увлечение компьютерными играми и является формой досуга. Важно различать эти понятия и расставлять приоритеты.

Миф 9: киберспорт не изучен наукой

Правда: обратитесь к Российскому индексу научного цитирования с запросами «Киберспорт», «Компьютерный спорт» или к зарубежным источникам (например, Scopus), и вы найдете сотни научных публикаций, в том числе исследовательских, по этой тематике. Кроме того, регулярно проводятся научные конференции по развитию киберспорта, например Всероссийская научно-практическая конференция «Компьютерный спорт: проблемы и перспективы развития» и многие другие.

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
Лора ЗУЕВА

Первый заместитель главного редактора - ответственный секретарь
Ирина ШВЕЦ

Генеральный директор
Валерий ГУНДАРЕВ

Ведущий редактор
Лора ЗУЕВА

Компьютерная верстка
Константин ГРЕССЕЛЬ
Олег МАТЮНИН

Зав. корректурой
Екатерина ШМИДТ

Адрес редакции
107045, Москва,

Ананьевский переулок, 4/2, стр. 1

Телефон для справок (495) 259-53-02

Электронная почта ug@ug.ru

Веб-сайт <http://www.ug.ru>

Учредитель

АО «Издательский дом
«Учительская газета»

Издатель

АО «Издательский дом
«Учительская газета»

«Учительская газета-Москва» (12+)

Номер выпуска 14 (10927)

5 апреля 2022 года

Время подписания в печать

14.00

4 апреля 2022 г.

Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (ПИ №ФС77-50524)

Отпечатано в типографии
ОАО «Московская газетная типография»
123995, г. Москва,
ул. 1905 года, д. 7, стр. 1

Тип. 0557

Индексы: 19690, 16807

Тираж 1000 экз.

Цена договорная

© «Учительская газета».

Все права защищены.

Перепечатка допускается только по письменному согласованию с редакцией, ссылка на «УГ» обязательна.

Ⓚ - материал печатается на коммерческой основе.

Редакция не несет ответственности за достоверность информации, данной в рекламном объявлении.

Точка зрения автора может не совпадать с позицией редакции.

Рукописи, фотографии, рисунки не рецензируются и не возвращаются.

Правила жизни

Сильные духом: наши паралимпийцы - герои!

Ученики московских школ смогли пообщаться с выдающимися спортсменами современности: в марте этого года прошли «Уроки с паралимпийцами». Сильные духом спортсмены рассказали, почему выбрали тот или иной вид спорта, как у них проходят тренировки, вспомнили наиболее яркие моменты соревнований. Рассказали о своих правилах жизни, которые и сформировали из них сильных людей.

Ирина КАЛЬНОВА:

Мне говорили, что я и спорт - вещи несовместимые

Ирина Кальнова родилась 31 августа 1966 года в Кумертау, российская спортсменка-паралимпиец, борец (дзюдо). Завоевала бронзовые медали на Паралимпиадах в Лондоне (2012 год) и Пекине (2008 год). В детстве перенесла менингоэнцефалит, следствием чего стали атрофия зрительного нерва и инвалидность по зрению.

Я начала заниматься дзюдо еще в СССР, в 1989 году выполнила норматив на звание мастера спорта, причем в «здоровом» спорте. А это, казалось, совершенно невозможно. Я в детстве в полтора года заболела менингоэнцефалитом. Врачи предлагали родителям уже перестать бороться с моей болезнью, но они не сдались и настойчиво продолжали лечение. Я выжила, но начались серьезные проблемы со зрением. Было тяжело и физически, и морально. Я в детстве даже не хотела надевать очки, боялась, что будут дразнить очкариком. Люди бывают жестоки к тем, кто отличается от них, не такой, как они. Родители покупали очки, я их теряла, разбивала...

Спортом заниматься было категорически нельзя. Вообще мно-

го чего было нельзя: радоваться и огорчаться, бегать. На физкультуру в школе, конечно, не ходила. В 5-м классе пришла в лыжную секцию, и тренер меня взяла, пожалела. Полтора года занималась там. Потом увлеклась баскетболом, так как была самой высокой девочкой в классе. Чтобы пройти медкомиссию, учила таблицу с буквами. В техникуме играла в хоккей на траве, была вратарем. А в 1984 году в СССР открылось женское дзюдо. И я решила: если с некоторыми людьми сложно технологически разговаривать словами, буду общаться руками. А через три месяца выполнила норматив на кандидата в мастера спорта. После этого поняла - могу! Надо только иметь желание. И по 1990 год занималась в обычном дзюдо. И только потом перешла в паралимпийский вид.

Прекрасно помню свои первые соревнования. Я так волновалась, что меня трясло. Просто сижу на стуле - и колотит всю. Спрашиваю: «Ты как настраиваешься?»

Отвечаю: «Да я трясусь». Но как только вышла на схватку, взяла захват, стала абсолютно спокойной. Я выиграла.

Нагрузки в паралимпийских видах не меньше. Мне есть с чем сравнить. Но обратила внимание, что если спортсмен totally слепо, то терпения у него больше. У таких спортсменов огромное желание, они колоссально мотивированы.

У моей основной соперницы из Китая рост 185 см и вес 135 кг. Я при своих 104 кг думала, что я Илья Муромец, а оказалась Мышкой-норушкой. Поэтому приходилось работать на тренировках с тренером и ребятами, девочки для меня были, как теннисные мячики. Хочешь выигрывать - надо пахать.

Всю жизнь училась. Мне сейчас 55 лет. В 52 года окончила МГУ, получила четвертое высшее образование. Со сборов приезжала, активно сдавала экзамены, зачеты. И мечта была одна - выспаться!

Современные дети удачливее и счастливее, чем мы в свое время. Сейчас дети умнее своих сверстников периода СССР. Всю необходимую информацию найти



очень легко, достаточно заглянуть в Интернет. Но важно не потеряться в потоке этой информации.

Мы часто ездим на встречи с детьми в глубинку России. Там у ребятшек гораздо меньше возможностей проявить себя. Мы общаемся, настраиваем. И потом, когда этих детей видишь на соревнованиях, понимаешь, что они преодолели себя, значит, жизнь прожита не зря.

Николай ЛУКЪЯНОВ:

Наши герб, гимн и флаг - в нашем сердце

Николай Лукьянов родился 16 декабря 1982 года в Химках. Многократный победитель чемпионатов России, чемпион Европы и мира, мастер спорта международного класса по фехтованию. В 19 лет получил травму шейного отдела позвоночника - неудачно прыгнул в воду. Сейчас нет чувствительности от груди и ниже.

Фактически пять лет после травмы я жил в реабилитационном центре. И постоянно занимался. С 8 утра до 11 вечера:

физкультура, массаж, бассейн. Другой жизни себе уже не представлял.

В наш центр приехала Елена Борисовна Белкина, которая создала нашу паралимпийскую сборную по фехтованию. Она хотела перед чемпионатом Европы в центре провести сборы. А в сборной на тот момент не было спортсменов-фехтовальщиков со слабыми руками, как у меня. То есть, когда ты не можешь держать оружие, его приматывают к тебе бинтами. Елена Борисовна позвонила мне и через пять минут разговора сказала:

- Приезжай, ты нам подходишь. После того как познакомились очно, она предложила:

- Давай попробуем стать чемпионом мира. Я загорелся. Как же так, я еще ложку держать не могу толком, а тут предлагают сразу стать чемпионом мира!

На первой тренировке Елена Борисовна попросила мою соперницу быть менее активной:

- Пусть он тебя немного поколет.

И я решил, что все у меня получается, я крутой фехтовальщик. А следующая тренировка была уже стандартной... И я понял, что до хорошего результата идти еще очень долго.

Сначала не получалось ездить на тренировки регулярно, только раз в неделю. Поэтому мой папа, который работал в реабилитационном центре, по вечерам в мастерской надевал на себя какие-то телогрейки, маску, садился на стул, а я в обычной коляске колесил его. Вот так и тренировался. А через три месяца уже поехал на этап Кубка мира и стал бронзовым призером. Эта медаль самая дорогая для меня.

У меня нет и не было депрессии. Жизнь надо воспринимать такой, какая она есть. Любые сложности, которые возникают, называю жизненными ситуациями. И их надо просто решать через алгоритм действий.

В нашей стране у инвалидов-колясочников есть два способа зарабатывать деньги - бизнес и спорт. С бизнесом пока как-то не получается. Но спортом я занимался с детства. И сегодня я не только занимаюсь любимым делом, но и могу обеспечить до-

стойно себя, супругу и двух кошек.

В 2009 году я выиграл чемпионат Европы, в 2011-м - чемпионат мира, а потом наступил спад. Я семь лет ничего не выигрывал. Активно занимался общественной деятельностью.

В 2019 году меня повезли в Южную Корею, я так понимаю, больше попрощаться со спортом. И в первый день меня просто разорвали в клочья на соревнованиях по шпаге. А на второй подошел тренер и сказал:

- Коля, если ты сейчас получишь медаль, мы продолжаем заниматься, нет - заканчиваем со спортом.

На рапирах мы встретились с сильнейшим спортсменом, который накануне выиграл шпагу. И в схватке и я, и он понимали, кто здесь уже победитель. Я проигрываю 4:0. И тренер кричит мне:

- Коля, сделай хоть что-нибудь. Я не знаю, что произошло, я просто встряхнул руку, и после этого между мной и соперником началась такая рубка... На последнем (15-м) уколе я сбрасываю маску, что-то кричу. Это моя самая эмоциональная победа!

Мечта любого спортсмена - Олимпиада. Надо держаться, тренироваться. Мы будем еще выступать на Паралимпиадах. Наши герб, гимн и флаг - в нашем сердце. Мы за нашу страну бьемся и биться будем, правда на нашей стороне.

Фаина НЕБЕРОВА

P.S. На сайте «Школа.Москва» опубликован спецпроект, посвященный паралимпийскому спорту и поддержке наших спортсменов. Узнайте больше о том, как живут и достигают невероятных побед спортсмены-герои (<https://shkolamoskva.ru/paralympic>).

