Общероссийский фестиваль исследовательских и творческих работ учащихся

**«Портфолио ученика»**

Разделы фестиваля: Экономика, **социология** и право. **Здоровье** человека, психология.

КОНКУРС «УЧЕБНЫЙ ПРОЕКТ»

ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА

**ЗДОРОВЬЕ И ТРУД РЯДОМ ИДУТ**

Автор:

**Дутов Данила Александрович**,

4 класс,

МАОУ СОШ № 4, г. Абинск,

Краснодарский край

Научный руководитель:

**Ткаченко Елена Викторовна**,

учитель начальных классов,

Заслуженный учитель РФ

2015 год

**ЗДОРОВЬЕ И ТРУД РЯДОМ ИДУТ**

СОДЕРЖАНИЕ

1. **ВВЕДЕНИЕ**
2. **ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ** 
   1. Здоровье и труд как объекты социологического исследования
   2. **Старит ли человека труд?**
   3. Чем опасны безделье и тунеядство
   4. Труд – лекарство от лени
   5. Почему полезно быть занятым
   6. Русские пословицы и поговорки о пользе труда для сохранения здоровья
3. **ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ** 
   1. Беседы с учениками и учителями 4-ых классов
   2. Анализ школьных учебников

3.3.Анкетирование учащихся 4-10 классов

3.4.Интервью

3.5.Социологический опрос

3.6.Анализ районных газет

3.7.Обращение к главе Абинского городского поселения

1. **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**
2. **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**
3. **ПРИЛОЖЕНИЯ:**

Приложение № 1 Словарь терминов

Приложение № 2 Список учебников

Приложение № 3 Результаты анкетирования.

Приложение № 4 Школа здоровья

Приложение № 5 Интервью с фельдшером школы

Приложение № 6 Интервью с инструктором по спорту

Приложение № 7 Соцопрос

Приложение № 8 Рассказывает школьный психолог

1. **ВВЕДЕНИЕ**

Мы часто желаем друг другу крепкого здоровья, счастья и, конечно, успехов в труде. И это не спроста, ведь здоровье и труд взаимосвязаны между собой, так как здоровье влияет на производительность труда, и в тоже время труд влияет на организм и здоровье человека.

**Актуальность исследования**

Человек, Здоровье и Труд – тема вечная. Эта тема не случайно выбрана для исследовательской работы, так как вопросы формирования здорового образа жизни, уважительного отношения к человеку труда в настоящее время очень актуальны в нашей стране. Ведь от нашего здоровья и от нашего труда зависит будущее России.

Всемирная организация здравоохранения выделяет школу как наиболее перспективный участок воздействия на формирование поведенческих установок детей и подростков в области трудового воспитания и формирования здорового образа жизни. Сегодня уже в школе нужно формировать «моду на здоровье» и «моду на трудолюбие». Многие современные подростки, выходя из-под опеки взрослых, не владеют элементарными навыками самообслуживания, не умеют спланировать свой день, организовать своё время, избежать вредных привычек, вовремя сказать «нет», последить за своим здоровьем.

В современной России возрастает социальная значимость здоровья и отношения к труду с точки зрения идеалов гражданского общества и национальной безопасности. Вырос интерес к продвижению здоровья и трудолюбия. Это выразилось в росте числа публикаций по данной проблеме не только медицинского характера, но и социологического. Сегодня безопасность страны, политическая стабильность и экономическое благополучие находятся в тесной связи с состоянием здоровья детей, подростков, молодежи и их отношением к будущей трудовой деятельности.

**Цель исследования:** выявить влияние труда на здоровье и благополучие человека.

**Гипотезы:**

1. Труд полезен для здоровья и долголетия.
2. Безделье и тунеядство опасны для самого человека и окружающих его людей.

**Задачи:**

* изучить литературу по теме исследования;
* узнать, полезен ли труд для здоровья и в чём опасность безделья и тунеядства;
* обобщить, проанализировать проведённое исследование.

**Методы исследования:**

* беседы с взрослыми;
* социологический опрос;
* наблюдение;
* анкетирование;
* интервьюирование;
* анализ документов (публикаций);
* изучение литературы по теме исследования;
* изучение информации, полученной из интернета.

**Проблемой исследования** является то, что желание иметь хорошее здоровье и стремление его сохранить у многих носит скорее теоретический характер. На практике же, как свидетельствуют исследования, большая часть населения не соблюдает здорового образа жизни, у многих имеются те или иные факторы риска; трудовое воспитание в семье становится необязательным, так как многие современные родители не считают нужным приучать детей к труду.

**Практическая значимость –** возможность использования материалов исследовательской работы на уроках окружающего мира, обществознания, классных часах, на родительских собраниях, в летних оздоровительных лагерях.

1. **ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**
   1. **Здоровье и труд как объекты социологического исследования**

Современная наука **о труде** включает **ряд основных дисциплин**:

* Безопасность труда исследует комплекс проблем, связанных с обеспечением безопасной трудовой деятельности.
* Медицина труда изучает связанные с трудом факторы, которые могут вызвать травмы, заболевания или причинить другой вред здоровью работника.
* Педагогика труда как наука рассматривает вопросы обучения работников.
* Психология труда исследует требования к психике человека, связанные с его отношением к работе, профессиональное консультирование.
* Социология труда изучает воздействие работников на общество и наоборот – общества на работника, социальное развитие коллектива.
* *Трудовое право* анализирует комплекс юридических аспектов труда и управления. Это особенно важно при найме и увольнении, разработке систем поощрений и наказаний, решении имущественных проблем.
* Физиология труда исследует функции человеческого организма в процессе труда, санитарно-гигиенические условия труда, тяжесть труда.
* Экономика труда включает проблемы производительности и эффективности труда, рынка труда и занятости, доходов и заработной платы.

Многие вопросы, рассматриваемые различными дисциплинами науки о труде, тесно переплетаются. Это и понятно. Ведь труд – единый процесс, который только для удобства изучения условно разбивается на отдельные составные части. Каждая дисциплина акцентирует внимание на определенной стороне процесса труда. Труд с самых различных сторон и с использованием своих особых специфических методов изучают: физиологи, социологи, философы, психологи, технологи, юристы, врачи [1]. Важнейшее обстоятельство, которое, как правило, всегда находится в центре внимания социологов, — это **отношение человека к труду**:

* отношение человека к труду как моральной ценности;
* отношение к определенному виду труда, профессии;
* отношение к выполняемой работе;
* отношение человека к труду как жизненной потребности;
* отношение к труду как к способу самореализации;
* отношение к труду как к средству существования.

Основой создания материальных и духовных ценностей является труд. Физические нагрузки необходимы для оптимального протекания биологических процессов в организме, а значит, оказывают значительное влияние на наше здоровье. Под влиянием труда в течение тысячелетий биологические процессы в человеческом организме преобразовывались. Появлялись особенности строения скелета, развивалась мускулатура, совершенствовалась работа органов чувств – все это является результатом трудовой деятельности человека [2].

Многообразны формы и виды трудовой деятельности. Труд – это источник здоровья, стимул жизни. Безделье и отсутствие потребности трудиться, праздное состояние человека противоестественны. Ничегонеделание, безделье – это путь к болезням.

Работающий человек живёт в определённом ритме: он должен в одно и то же время вставать, ложиться спать и т. п. Он живет по установленному графику, что с точки зрения здоровья в высшей степени важно. В трудовой деятельности человека принимает участие весь организм как единое целое, все его органы и системы участвуют в трудовом процессе под влиянием центральной нервной системы. Ритм трудовой, создает ритм физиологический: в определенные часы организм испытывает нагрузку, вследствие чего повышается обмен веществ, усиливается кровообращение, дыхание, а затем появляется чувство усталости; в другие часы дня, когда нагрузка снижается, наступает отдых после утомления, восстановление сил и энергии [3]. Закономерное чередование труда и отдыха оказывает положительное влияние на жизнедеятельность организма человека. В бездействующем (в смысле трудовой деятельности) организме снижается уровень всех его функций – кровообращения, дыхания, обмена веществ, питания. Неработающие органы, например, мышцы, уменьшаются в объеме, слабеют, атрофируются. При мышечном бездействии страдает и нервная система – появляется повышенная раздражительность, быстрая утомляемость, плохое самочувствие. Следовательно, нормально работающий человек укрепляет свой организм, тренирует и развивает его многообразные функции, создает физиологические условия жизни.

**Вывод:**

* Труд является главнейшим фактором здоровья, жизнерадостности, долголетия человека. А здоровье – это один из главных источников нашего счастья и радостного труда.
  1. **Старит ли человека труд?**

Одно время существовало мнение, что труд старит человека. Сейчас ученые так не считают. Вне труда человеческий организм теряет способность к продолжительной жизни. Истории не известны долгожители-бездельники. Известно много **исторических примеров** долголетней деятельной жизни. Это – выдающиеся ученые, писатели, изобретатели, обогатившие культуру и науку бесценными плодами своего творчества. Как правило, они были людьми неустанного и регулярного труда, всю свою долгую жизнь, иногда до последнего дня продолжали работать. Так, И. В. Мичурин прожил 80 лет, Л. Н. Толстой – 82, Вольтер – 84, Т. Эдисон – 84, И. П. Павлов – 86, древнегреческий врач Гиппократ – 104 [4]. Да что исторические примеры. Наверное, каждый, оглянувшись вокруг себя, может найти тому многочисленные подтверждения. Интересно сказал немецкий врач XVIII века X. Гуфеланд: «Нет ни одного примера, чтобы какой-нибудь лентяй дожил до преклонного возраста». Это очень точная мысль. Ведь труд приучает человека к дисциплине, порядку. В свою очередь, эти качества положительно влияют на сам процесс труда, повышают его эффективность.

Идея трудового воспитания возникла давно. Еще древнегреческие философы высказывали пожелания, чтобы молодое поколение воспитывалось в процессе труда [4]. **Поэтому можно с уверенностью утверждать, что труд полезен для здоровья и долголетия.**

**Факты:**

* Для долгожителей характерно раннее начало и позднее окончание **трудовой** деятельности. По материалам, собранным в Абхазии, почти все долгожители продолжали работать (93%), их трудовой стаж нередко превышал 60 лет.
* Федор Григорьевич Углов (1904-2008 гг.) – академик РАМН, выдающийся русский хирург со стажем работы более 70 лет. Занесен в книгу Рекордов Гиннесса за самый продолжительным стаж практикующего хирурга.  Пропагандируя здоровый образ жизни, он активно прожил 104 года. Главным фактором долголетия он назвал рациональный образ жизни, основными составляющими которой являются **труд**, движение и здоровое питание.
* За 275 лет (с 1725 года) существования Российской Академии наук средний возраст российских академиков составляет 74 года. Заметим, что средняя продолжительность жизни россиян в XIX веке едва превышала 30 лет. И. П. Павлов, А. Н. Крылов, Н. К. Зелинский, Н. Ф. Гамалея, И. М. Мичурин и многие другие видные ученые прошли 80-летний рубеж.
* Софокл написал гениальную трагедию «Эдип» на 100-м году жизни. Репин создал свои лучшие картины в возрасте 80 лет, Микеланджело творил в 90 лет, Тициан – в 99, Айвазовский написал блестящие картины в возрасте 80 лет. Лев Толстой, Вольтер, Гете, Бернард Шоу продолжали создавать свои литературные шедевры в возрасте за 80 лет. Наиболее выдающиеся люди довольно долго жили.

**Выводы:**

* Истории не известны долгожители-бездельники.
* **Труд полезен для здоровья и долголетия.**
  1. **Чем опасны безделье и тунеядство**

Тунеядство — это образ жизни человека, выраженный в упорном нежелании работать, отвращении к трудовой деятельности и склонности к нетрудовому получению средств к существованию (социальный паразитизм). Тунеядство так же называют бездельем или ничегонеделанием. В нашей стране с 1961 по 1991 годы тунеядство было уголовно наказуемо. Слово «тунеядец» означает нахлебник или человек, получающий средства к существованию без применения какого-либо труда. Синонимами слову «тунеядец» являются: бездельник (без дела), бездарь, лентяй, захребетник, прихлебатель, трутень, паразит, лодырь, дармоед, нахлебник, кровосос. Безделье или тунеядство – это стремление жить за счет других – прямая противоположность трудолюбию. Не стоит путать безделье и отдых, так как безделье тунеядца представляет образ жизни, а отдых присущ всем работающим людям и необходим для восстановления сил и здоровья.

Безделье как образ жизни порождает ряд условий, и предпосылок для вовлечения лиц, являющихся тунеядцами, в преступную среду и деятельность. Повышенная общественная опасность тунеядства обусловлена еще и тем, что оно является питательной средой для многих преступлений. Неработающие лица нередко совершают опасные преступления и живут на нетрудовые доходы. Условия, располагающие лиц без определенного рода занятий к преступной деятельности:

* наличие значительного количества свободного времени;
* предрасположенность к получению материальных благ без труда;
* наличие контактов и общение с подобными тунеядцами-бездельниками.

Основные преступления, совершаемые при участии лиц без определенного рода занятий: воровство, грабёж, мошенничество, торговля наркотиками, хулиганство (как одна из форм развлечения в группах бездельников), попрошайничество, вымогательство (чаще встречается вымогательство денежных средств у родителей-пенсионеров).

* 1. **Труд – лекарство от лени**

В православии лень считается одним из смертных грехов. Уныние рассматривается как леность ко всякому доброму делу. *«Люби труд. Если он и не нужен тебе для твоего содержания, то может быть нужен как врачевство. Труд есть здоровье для тела и польза для души. Праздность – мать пороков. Ибо праздность научила многому худому»* (Святой Исаак Сирин). *«Не раз замечено, что люди, наиболее имеющие свободного времени, наименее употребляют его с пользой. Сто лет праздности не стоят одного часа хорошо употреблённого. Кто в праздности живет, тот непрестанно грешит»* Святой Тихон Задонский).

В отличие от других грехов праздность и леность лечатся. И лекарство от них – **труд**. Лень можно перебороть, хотя сделать это очень трудно, да порой и не хочется. От ничегонеделания в праздную голову приходят дурные мысли. Для «весёлой» жизни нужны деньги, но под праздного человека монеты не сыплются. Приходится выдумывать разные, нередко подлые и преступные, средства, как добыть деньги. Ложь, предательство, воровство – это далеко не полный список инструментов, используемых праздными людьми для добычи денег.

А. П. Чехов верно заметил: «Праздная жизнь не может быть чистою. Она влечет за собой порочность, болезни и страдания. Труд, напротив, дарит человеку бодрость и радость жизни». Еще Гиппократ писал: «Праздность и ничегонеделание влекут за собой порочность и нездоровье — напротив того, труд приносит собой бодрость, вечно направленную к укреплению жизни». Ему вторит Авиценна: «Безделье и праздность не только рождают невежество, они в то же время являются причиной болезни».

Причины возникновения лени следующие:

* отрицательное влияние родителей, которые полагают, что их детям до периода трудовой самостоятельной жизни следует отдыхать от тягот жизни, они стремятся оградить своих детей от любого труда и дать им больше развлечений;
* внушённое родителями пренебрежительное отношение к физическому труду;
* ограждение ребёнка от физического труда по причине его слабого здоровья;
* избалованность ребёнка, когда родители выполняют все его желания и капризы, не побуждают к труду;
* пример родителей, отсутствие трудовой обстановки в семье.

**Выводы:**

* Ленивый человек избирает, по его мнению, легкие пути, но всегда, в конце концов, страдает от этого. Репутация ленивого человека вынуждает других людей терять доверие к такому человеку и избегать с ним общения. Причина лености – неправильное воспитание, когда у ребенка не формируется положительное отношение к труду, а, наоборот, вырабатывается потребительское отношение.
  1. **Почему полезно быть занятым**

*Будьте заняты. Это самое дешевое лекарство на земле – и одно из самых эффективных.*

*Дейл Карнеги*

Недостаточная загруженность работой несёт такую же опасность для человеческой психики, как и чрезмерная нагрузка на работе, считают учёные. Отсутствие рабочего интереса и необходимости в выполнении каких-либо заданий приводит к скуке, состоянию невостребованности и нереализованности. Скучающие работники начинают сами себе придумывать практически бессмысленные занятия, после которых чувствуют себя уставшими по приходу домой, хотя почти ничего не делали. Люди, которые не работают около полугода и больше, рискуют заиметь респираторные, психологические и сердечно-сосудистые заболевания. Об этом заявили австралийские ученые, которые провели специальное исследование по заказу Королевского медицинского колледжа [5]. Также специалисты уверены в том, что тунеядцы весьма склонны к депрессиям, всякого рода отклонениям и даже самоубийствам. Исследователи объяснили такие неутешительные выводы тем, что, только имея работу, человек удовлетворяет свои потребности в общении, он обеспечен материально, имеет уверенность в завтрашнем дне, меньше употребляет спиртное, заботиться о своем здоровье. И только потеряв работу, он практически лишается всего этого и добавляются проблемы с низкой самооценкой, различные заболевания и плохие привычки.

Трудотерапия – лечение трудом. Трудотерапия является эффективным способом, широко применяющимся при восстановительном лечении. Трудовые процессы успешно используются врачами-травматологами, ортопедами в неврологии, ортопедии в качестве средства, повышающего общий тонус организма. Трудовая терапия играет не последнюю роль в лечении различных заболеваний. Кроме того, трудовые процессы способствуют скорейшей социальной реабилитации больного, возвращению его к нормальной жизни.

**Вывод:**

* Занятость полезна для здоровья. Занятость помогает преодолеть жизненные невзгоды, способствует установлению душевного равновесия.
  1. **Русские пословицы и поговорки о пользе труда для сохранения здоровья**

Общепризнанно, что благодаря труду человек стал Человеком. Поэтому рационально организованный, приносящий моральное удовлетворение труд – основа здорового образа жизни. Ибо подмечено, что ни один лентяй ни здоровьем, ни долголетием не отличается. В то же время долгожители в качестве одной из основных причин своего долголетия называют каждодневный посильный труд. Это особенно важно помнить пожилым людям, пенсионерам, доля которых в нашем обществе стремительно возрастает. Для пожилого человека посильный труд — поистине эликсир бодрости, источник здоровья и способ продления жизни. Всё это метко подмечают и колко отражают такие русские народные пословицы и поговорки о труде [6]:

* Здоровье и счастье – в труде.
* Здоровье, радость и труд всегда рядом вместе идут.
* Человек, лишенный работы, гибнет, как мясо сырое без соли портится.
* Работа веселит сердце человека.
* Хорошая работа – душе отдых.
* Труд одолеет не только недуг, но и старость.
* Занятого и хворь не берёт.
* Человек любой от лени болеет, а от плодотворного труда здоровеет.
* Труд больного на ноги ставит, а лень даже здорового с ног валит.
* Лень болезнь нагоняет, труд душу очищает.
* Ничто так не вредит человеку, как безделье.
* Слабеет тело без дела.
* Не старость старит, а безделье.
* Человек устает, когда ему делать нечего.
* Безделье – сестра болезни.
* Лодырю всегда нездоровится.
* От безделья чрезмерного дурь наживается, в труде активном воля закаляется.

1. **ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**
   1. **Беседы с учениками и учителями 4-ых классов**

На уроках окружающего мира мыизучали темы«Труд в жизни человека»,«Твои обязанности», «Режим дня». Оказалось, что мои одноклассники по-разному относятся к своим трудовым обязанностям, по-разному распоряжаются свободным временем. Выполняя практические задания, работая в парах, группах со своими товарищами (ФОТО № 1),



**беседуя с учениками и учителями 4-ых классов (56 чел.),** я выяснил, что:

* 18 чел. (32%) сами не садятся за уроки, или до последнего момента откладывают их выполнение;
* 13 чел. (23%) любят оттягивать выполнение домашних дел на потом или вообще забывают про их существование;
* 15 чел. (27%) не знают, чем себя можно занять в свободное время, кроме смотрения телевизора и игры на компьютере;
* у 10 чел. (18%) процесс выполнения уроков или домашних дел растягивается надолго, потому что они отвлекаются на посторонние дела;
* у 43 чел. (77%) отсутствует режим дня.

Эти примеры показывают, что многие четвероклассники не умеют организовать своё время. А ведь этому нужно учиться как можно раньше, уже в начальной школе. Потом может быть уже поздно учиться планировать своё время на труд, на отдых: человек привыкает к тому образу жизни, который у него был в детстве.

Также я выяснил, что 100% четвероклассников принимают участие в домашнем труде. Дети ходят за покупками, убирают комнаты, моют посуду, а также моют, полы, готовят обед. Однако, девочки выполняют домашнюю работу почти самостоятельно; работа мальчиков, в основном, ограничивается только выполнением отдельных поручений. Я подумал, случайно ли это? Я стал обращать внимание на то, как представлен труд детей и взрослых в учебниках для начальной школы. Ведь ещё со страниц «Букваря» мы читали: «Ма-ма мо-ет по-су-ду. Па-па чи-та-ет га-зе-ту». Я провёл исследование на тему:«Каким трудом заняты в учебниках девочки и мальчики, а также их родители?»

* 1. **Анализ школьных учебников**

Я люблю математику. Поэтому я проанализировал школьные задачи по математике из учебников для начальной школы и для 5 класса (ФОТО № 2, 3).

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\adminix\Documents\1 сентября 2015 ГОТОВОЕ\ДИСК Дутов 2015\ФОТО к работе\2.JPG | C:\Users\adminix\Documents\1 сентября 2015 ГОТОВОЕ\ДИСК Дутов 2015\ФОТО к работе\3.JPG |

Всего 13 учебников, авторы: Рудницкая В.Н., Моро М.И., Петерсон Л.Г., Виленкин Н.Я., Ершов А.П., Зубарев И. И. **(Приложение № 2)**

За единицу анализа были приняты учебные задачи, действующими лицами которых выступают дети. Всего 193 задачи. Каждая из отобранных задач анализировалась по следующим параметрам:

* действующие лица: девочки, мальчики, дети обоего пола;
* действующие лица: мамы, папы;
* действия героев связаны с трудом и учебой;
* действия героев связаны с отдыхом, развлечением, спортом.

Данные анализа представлены в таблице:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Школьный труд, учёба, домашний труд | Отдых, развлечения, спорт | Всего задач: |
| Девочки | 36 | 12 | 48 |
| Мальчики | 22 | 41 | 63 |
| Дети обоего пола | 16 | 25 | 41 |
| Мама (мама с ребёнком) | 15 | 5 | 20 |
| Папа (папа с детьми) | 5 | 16 | 21 |
| **Всего задач:** | **94** | **89** | **193** |

Анализ количественных показателей позволяет судить о выявленных в школьных учебниках **закономерностях**:

* Задач с действующими лицами одного пола больше, чем задач, где мальчики и девочки взаимодействуют.
* Мальчики чаще являются героями задач, чем девочки.
* Девочки почти в 2 раза чаще заняты в задачах учёбой и трудом, чем мальчики.
* В отдыхе и развлечениях соотношение обратное: мальчики в 3 раза чаще, чем девочки, отдыхают, занимаются спортом, путешествуют, играют в игры, ходят в походы.
* В задачах с действующими героями обоего пола дети чаще заняты отдыхом и развлечениями, чем трудовой деятельностью.

**Каким трудом заняты в задачах дети?** **Девочки** выполняют множество дел по дому: пекут пирожки, пропалывают грядки, кормят кур, пришивают пуговицы, гладят, вшивают молнии, стирают, моют тарелки и ходят в магазин. **Мальчики** сажают деревья, красят заборы, чинят мебель, постригают кусты и вставляют стекла. Учеба также была отнесена нами к трудовой деятельности. Здесь различий не обнаружено: и девочки, и мальчики решают примеры, составляют выражения, вырезают фигуры из бумаги, лепят из пластилина, читают тексты.

**Как отдыхают и развлекаются дети разных полов?** Первое заметное различие состоит в том, что **девочки** гораздо реже, чем мальчики, занимаются спортом и активными видами отдыха. Чаще всего девочки читают книги, ходят в библиотеку, играют в куклы, ходят в гости. **Мальчики** прыгают, плавают, бегают, подтягиваются, играют в солдатики, стреляют, путешествуют, ходят в походы. В задачах с действующими героями обоего пола наблюдается небольшое преобладание развлечения и отдыха в совместном времяпрепровождении мальчиков и девочек: они бегают наперегонки, рисуют, плавают, катаются на роликах, на коньках и лыжах, играют в подвижные игры, ходят в походы. Большая часть совместных трудовых действий – учебные занятия: дети решают примеры, пишут буквы, лепят из пластилина, измеряют длину разных предметов и т.п. Собственно труд представлен в таком виде: «срывали сливы, делали кормушки для птиц, ухаживали за домашними животными, приносили морковки для кроликов, убирали класс, убирали школьный двор, поливали цветы, сажали липы и клёны, ремонтировали учебники».

Интересно представлен в учебниках домашний **труд родителей**. **Мамы** пекут пирожки, варят картошку, шьют наволочки, лепят вареники, вяжут шапки, носки, свитера, заготавливают на зиму варенье, покупают продукты, делят конфеты поровну; никогда не отдыхают, не путешествуют, не ходят в кино или в театр. **Папы** копают на даче картошку, печатают фотографии, ходят на рыбалку вместе с детьми, путешествуют.

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

В проанализированных учебниках **мужской** мир представляется детям наполненным прежде всего отдыхом, развлечениями, спортом, а **женский** связан в первую очередь с домашним, бытовым трудом. Совместные действия детей двух полов с учебной или трудовой деятельностью связаны реже, чем с отдыхом.

**Вывод:**

* Сформированное в детстве представление о распределении трудовых обязанностей может повлиять в будущем на отношение взрослого человека к труду и на дальнейшие взаимоотношения в семейной жизни.

**Не хочу учиться – хочу болеть!**

Многие из нас знакомы с ситуациями, когда дети с удовольствием пьют таблетки, микстуры, даже спокойно переносят уколы. Выбегают на улицу, где уже холодно, в летних одёжках, специально, чтобы заболеть. А некоторые дети просто обожают болеть и лечиться! Почему так? Я попытался разобраться. Вместе с моим научным руководителем мы разработали вопросы и провели **анкетирование среди учащихся 4-10 классов** школы № 4 г. Абинска на тему «Когда я болею…». В анкетировании приняли участие **262** респондента в возрасте 10-16 лет. Обрабатывать анкеты мне помогали мои одноклассники (ФОТО № 4).



Вот что я узнал. Оказывается, во время болезни:

* 29% учащихся совсем не учат уроки, а 23% выполняют только письменные задания;
* 44% учащихся продолжают гулять на улице, общаться с друзьями;
* 78% учащихся во время болезни смотрят телевизор, 47% играют в компьютерные игры;
* 40% учащихся во время болезни не выполняют никакой работы по дому;
* 83% респондентам во время болезни покупают «вкусненькое»;
* 41% опрошенных «иногда хочется поболеть». **(Приложение № 3).**

Итак, во время болезни детям предлагаются самая вкусная еда, конфеты, развлечения, чтение книг, просмотр телепередач, компьютерные игры. Более того, можно избежать многих обязанностей. Например, можно не ходить в школу, не делать уроки, не убирать за собой. Что это означает для ребёнка? Болеть – выгодно! Ведь столько хорошего и радостного можно получить с помощью болезни!

Результаты анкетирования я попросил прокомментировать **школьного психолога Мороз Евгению Юрьевну** (ФОТО № 5):



* *Наверное, это звучит странно, но некоторые дети действительно любят болеть. Как только начинается болезнь, отношение взрослых должно кардинально меняться. Оно должно быть строже, менее эмоционально, только по делу. А какое самое главное дело, когда ребёнок болеет? Правильно – лечить. Так взрослые и должны сообщить заболевающему ребёнку: «Ты сейчас нездоров, поэтому надо лечиться. Врач прописал капли в нос, горчичники, банки, парить ноги горячей водой и другие неприятные процедуры. Да, ещё врач запретил смотреть телевизор, просто больным всем это запрещается. Обязательно надо лежать, играть тоже нельзя. Важный момент: ты же пропустишь школу, необходимо обязательно узнать, что было на уроках, домашнее задание. И – как станет лучше – обязательно всё сделать и выучить, чтобы не отстать в учёбе. Ничего сладкого, например, конфет, тоже нельзя, только чай, лимон и мёд». И лечить, заботиться, выполнять процедуры, следить за соблюдением всех рекомендаций, предписанных доктором. В такой ситуации ребёнок начинает понимать –болеть невыгодно! Лучше в школу, к сверстникам от этих противных процедур! Как только начинается выздоровление, эмоциональное отношение родителей должно меняться. Больше заботы, поддержки, внимания. Молодец! Мы радуемся, что ты здоров! Я знаю семьи, где дети не болеют. Родители с самого раннего детства правильным реагированием на болезни объяснили ребёнку, как выгодно быть здоровым. Конечно, к этому надо ещё добавить занятия спортом и позитивное отношение к жизни. Тогда дети будут здоровы, а вся семья счастлива.*

Вот мой **вывод**: когда ребёнок заболевает, видимое (внешнее) отношение к нему должно становиться хуже, строже. **Внимание и заботу в большей степени ребёнок должен получать, когда здоров!**

**3.4. Интервью**

**\*Интервью** *(от англ. interview – беседа*) – целенаправленная беседа,

цель которой – получить ответы на вопросы, предусмотренные

программой социологического исследования.

Одним из самых распространенных в обществе является мнение о том, что люди, которые не работают, дольше сохраняют здоровье и молодость, выглядят лучше своих сверстников. Я решил узнать, так ли это на самом деле?

За ответом я обратился к **Ефименко Светлане Васильевне** (ФОТО № 6, № 7)**.**

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\adminix\Documents\1 сентября 2015 ГОТОВОЕ\ДИСК Дутов 2015\ФОТО к работе\6.JPG | C:\Users\adminix\Documents\1 сентября 2015 ГОТОВОЕ\ДИСК Дутов 2015\ФОТО к работе\7.JPG |

Более 20 лет она руководит **Школой Здоровья**. Занимаются в ней люди разного возраста, около ста человек, в основном – женщины. Я побывал на занятии в спортивном комплексе «Олимпийский». Я узнал, что многие женщины старше 60 лет продолжают свою трудовую деятельность. Они следят за своим здоровьем, с лёгкостью садятся на «шпагат» (ФОТО № 8), выглядят моложе своих лет.



А занятия в Школе Здоровья помогают им лучше себя чувствовать. Следовательно, человеку в любом возрасте важно не избегать труда. Ошибкой будет полагать, что ничегонеделание сохранит здоровье*. «Если при любых жизненных условиях продолжать работать над собой, загружать свой мозг новыми задачами, вы будете значительно моложе и здоровее своих сверстников»,* – считают члены группы здоровья. **(Приложение № 4)**

**Из интервью с медицинским работником школы Свиридовой Верой Степановной** (ФОТО № 9, 10)я узнал, что: *«Самое ценное, что есть у человека, – это его здоровье. Будет здоровье – и всё остальное будет. Труд – это основа здоровой жизни человека. Долго живёт тот, кто постоянно трудится. Такой человек и когда отдыхает, всё равно делает какую-то работу в доме, в огороде, выезжает на природу, идёт в поход. А бездельник и на работе работает «спустя рукава» и дома отдыхает, лёжа у телевизора. Трудолюбивый человек, он, если и заболевает, то и лечится с особым старанием и умением. Он много читает, много знает, и всё делает для того, чтобы оставаться здоровым. Чтобы как можно дольше оставаться здоровым нужно: здоровое питание, занятия спортом, следить за своим весом, справляться с проблемами и стрессами, жить без вредных привычек, соблюдать режим труда и отдыха».* **(Приложение № 5)**

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\adminix\Documents\1 сентября 2015 ГОТОВОЕ\ДИСК Дутов 2015\ФОТО к работе\10.JPG | C:\Users\adminix\Documents\1 сентября 2015 ГОТОВОЕ\ДИСК Дутов 2015\ФОТО к работе\11.JPG |

Режим труда и отдыха – это залог здоровья. А здоровый сотрудник – это всегда хороший работник. На Абинском металлургическом заводе, крупнейшем предприятии нашего города, пропагандируют здоровый образ жизни среди своих сотрудников, ведут борьбу с курением, проводят спортивные мероприятия.

**Из интервью с инструктором по спорту Абинского металлургического завода Цурканом Сергеем Алексеевичем** (ФОТО № 11)**:**

****

*«Вся моя жизнь связана со спортом. Я занимаюсь спортом 25 лет. Спорт – это тоже большой труд, который делает человека сильным, выносливым, ловким. Поэтому я смело могу говорить: «Да, здоровье и труд рядом идут!» Здоровым может быть только тот человек, который любит работать и умеет работать, ведёт здоровый образ жизни и делает всё для своего физического развития – занимается спортом, тренируется, выполняет посильные физические упражнения. Нужно больше двигаться, ведь движение – это жизнь. А большинство людей сегодня ведут малоподвижный образ жизни: пешком не ходят, мало бывают на свежем воздухе, в выходные часами лежат на диване и смотрят телевизор.* Чтобы оставаться здоровым, нужно*трудиться! Больше двигаться, заниматься физическим трудом, отказаться от вредных привычек и почаще бывать в спортивном зале!»* **(Приложение № 6)**

**Из беседы с главным врачом Абинской центральной районной больницы Петровской Людмилой Викторовной** (ФОТО № 12)**:**

****

*«Каждый гражданин страны должен стремиться быть здоровым, чтобы долгие годы приносить пользу обществу и государству в целом. В нашей медицинской организации многие врачи, достигшие пенсионного возраста, продолжают оказывать квалифицированную медицинскую помощь населению Абинского района, повышают уровень профессионального мастерства, передают опыт молодым специалистам. Всё это возможно только при хорошем самочувствии и здоровом образе жизни. Сохранить и сберечь своё здоровье – это труд, который включает в себя своевременность профилактических мероприятий и, при необходимости, проведение лечения. Для человека важны занятия физкультурой и спортом, здоровое питание. Только энергичный и трудолюбивый человек может быть здоровым!..»*

Особое внимание в реабилитации несовершеннолетних правонарушителей работники правоохранительных органов уделяют трудовой занятости воспитанников, привитию им трудовых навыков. **О роли труда для профилактики правонарушений я беседовал с Кулагиной Светланой Викторовной** – председателем первичной ветеранской организации ОМВД России по Абинскому району, которая регулярно оказывает содействие в трудовом воспитании несовершеннолетних правонарушителей, проводит занятия с несовершеннолетними правонарушителями в клубе «Подросток»:

* *Мы должны осознавать и прививать ребятам, которые по разным причинам стали на путь преступления, ту мысль, что труд для них — это не наказание, а возможность подготовиться к нормальной жизни, определиться в специальности, почувствовать себя в трудовом коллективе*. *При общении с ребятами узнаёшь, что некоторые из них только недавно стали познавать чувство удовлетворения от произведённого, выращенного своими руками. И по-хорошему радуешься за них, удивляешься способностям ребят, которые быстро осваивают навыки специальности. Не сомневаюсь, что трудовая занятость – это лучшее лекарство для профилактики правонарушений, формирования законопослушной личности. Когда сам зарабатываешь, то и чужой труд ценишь».*

Также я беседовал **с майором полиции старшим инспектором ПДН** **Богомоловым Михаилом Юрьевичем** (ФОТО № 13):

* *Часто приходится слышать от несовершеннолетних правонарушителей такие фразы, что* «трудятся только ослы». *Как показывает практика, именно с таких слов и начинается уголовная карьера многих из них. Зачастую подростки не желают ни работать, ни учиться. Не желая заниматься полезным делом, повзрослев, они подсаживаются на наркотики, начинают играть в азартные игры в надежде выиграть большие деньги. В итоге влезают в большие долги. Если родители вовремя это заметят, то человека еще можно будет спасти. А если родители всегда отстранялись от воспитания ребенка и утратили взаимопонимание с ним, то их ребенку гарантирована дорожка в преступный мир.*

**

* 1. **Социологический опрос «Здоровье – это труд?»**

**Социологические опросы** часто называют **опросами общественного мнения** потому, что их основная задача выяснить, что люди думают по поводу того или иного явления. Я изучал **мнения взрослых о том, как связаны труд и здоровье, что нужно делать, чтобы сохранить здоровье**. Я провёл социологический опрос среди граждан нашего города в возрасте от восемнадцати до восьмидесяти девяти лет, всего 16 человек (ФОТО № 14, 15).

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\adminix\Documents\1 сентября 2015 ГОТОВОЕ\ДИСК Дутов 2015\ФОТО к работе\16.JPG | C:\Users\adminix\Documents\1 сентября 2015 ГОТОВОЕ\ДИСК Дутов 2015\ФОТО к работе\17.JPG |

Все 100% опрошенных были едины в одном: «Здоровье за деньги не купишь. Забота о здоровье – это ежедневный кропотливый труд над собой на протяжении всей жизни. Нужно любить труд, тогда и здоровье будет хорошее!» **(Приложение № 7)**

.

**3.6. Анализ районных газет «Абинский муниципальный вестник», «Восход», «Информационный вестник»**

Цель: узнать, есть ли в Абинском районе долгожители.

Работая в читальном зале районной библиотеки с подшивками газет (ФОТО № 16),



я обнаружил, что во многих газетах публикуются материалы о людях, которые отметили свой 90-летний юбилей. В качестве примера приведу выдержки из газет:

**С юбилеем!**

«В декабре 2014 года 7 жителей Абинского района отпразднуют свой 90-летний юбилей. Накануне праздника главы поселений в ходе личного визита поздравят юбиляров и вручат им письма от имени Президента России. Поздравления от главы государства получают все 90-летние юбиляры на протяжении нескольких лет». *«Абинский муниципальный ВЕСТНИК», № 48 (492) от 29.11.2014 г.*

**«Долгожитель» станет надежным другом**

«Радиоклуб «Долгожитель» создан при Абинском районном совете ветеранов.  В нем принимают участие районное казачье общество, отдел образования, отдел культуры, райвоенкомат, РОСТО, районный совет ветеранов, комитет по делам молодежи, физической культуре и спорту. На праздник принято дарить подарки, и многие уважаемые люди микрорайона их получили. Глава Абинского городского поселения А.А.Чабанец вручил благодарственные письма и памятные подарки ветеранам Великой Отечественной войны и долгожителям: Г.К.Красикову, Е.М.Москалец, А.А.Акимовой, Н.Г.Проценко, А.Н.Тренда, Н.Г.Сердюкову, М.М.Кобзевой». *Газета «ВОСХОД» от 15.01.2014 г.*

**Славится наша родная станица Холмская своими долгожителями!**

«2 декабря 2011 года поздравляли Ильченко Андрея Тимофеевича, который отмечал свой 102-ой день рождения. Ему вручили сувенир и приветственный адрес от Главы Холмского сельского поселения, цветы и поздравления от Совета ветеранов, исполнили кубанские веселые песни народный фольклорный коллектив «Красная вишня». 29 ноября 2011 года в доме жительницы станицы Холмской Бондарь Софии Михайловны собрались дети, внуки и правнуки, чтобы поздравить Софью Михайловну со 100-летним юбилеем. Звучали поздравления от главы Холмского сельского поселения, Совета ветеранов».

*Информационный вестник № 3 Холмского поселения Абинского района 15.12.2011 г.*

«8 мая глава Абинского городского поселения Виктор Кухарев с цветами и подарками навестил Елену Арсеньевну Яровую. Участница Великой Отечественной войны, почётный житель города Абинска, награждена орденом Красной Звезды, 19 медалями. Она уже перешагнула 90-летний рубеж. Но, несмотря на возраст, бодра, полна сил и энергии. Сама ходит в поликлинику, а недавно выступала перед учениками в школьном музее. Она вспомнила военное время, партизанский отряд «Буря», в котором была секретарём комсомольской организации. *«Абинский муниципальный ВЕСТНИК», № 46 (231)*

**В Абинске полицейские поздравили участника Великой Отечественной войны ветерана ОВД с 90-летним юбилеем** <https://23.mvd.ru/news/>

«Сотрудники полиции Отдела МВД России по Абинскому району поздравили юбиляра Николая Егоровича Лаврененко с 90-ым днём рождения. Николай Егорович – единственный в Абинском районе ветеран органов внутренних дел – участник Великой Отечественной войны. Он истинный патриот своего любимого города Абинска».

**Выводы:**

* В Абинском районе проживают в том числе и граждане старше 90 лет, о них пишут в газетах, поздравляют с праздниками. Анализируя газетные статьи, я выявил **закономерност**ь: практически все 90-летние постоянно, всю жизнь занимались трудовой деятельностью. Выйдя на пенсию, они продолжали посильно работать, много двигаться, не прерывали своих связей с обществом, участвовали в благоустройстве дворов, выступали перед школьниками, помогали в работе общественных советов. Следовательно, человеку в любом возрасте важно не избегать труда, ошибочно полагая, что ничегонеделание сохранит здоровье. **Поэтому можно с уверенностью утверждать, что труд полезен для здоровья и долголетия.**
  1. **Обращение к главе Абинского городского поселения**

**Кухареву Виктору Владимировичу**

Русская пословица гласит: «По труду и честь». Заслуги человека и уважение к нему определяются его трудом. В нашей стране славят человека Труда. Фотографии лучших по профессии украшают аллеи Трудовой Славы г. Геленджика, г. Краснодара, станицы Полтавской и др. населённых пунктов Краснодарского края. Несомненно, что традиция занесения на аллею Трудовой Славы лучших работников и трудовых коллективов очень важна. Мне бы хотелось, чтобы и в нашем городе Абинске появилась такая же аллея Трудовой Славы, как в других городах и станицах нашего края. Каждый абинчанин, от мала до велика, должен знать и уважать своих земляков, которые своим трудом вносят вклад в развитие города. Хорошо было бы установить вдоль городских дорог световые рекламные стелы(пилоны с внутренней подсветкой) с портретами людей самых разных профессий, которые честно и добросовестно трудятся на благо нашего города, нашей родины – России и своими высокими результатами добились всеобщего признания (ФОТО № 17).



*Эскиз автора и научного руководителя (Проектный продукт)*

Это могут быть люди самого разного возраста – от школьников до ветеранов. Например, такие как **Садайло Дарья** – лучшая выпускница 2014 года школы № 4 г. Абинска, набравшая на трех экзаменах 298 баллов (дважды по 100 – русский язык и химия и 98 – по биологии), золотая медалистка, лауреат Всероссийского открытого конкурса достижений талантливой молодежи «Национальное Достояние России», победитель и призёр научно-практических конференций, предметных олимпиад, конкурсов, фестивалей. В настоящее время – студентка 1 курса Краснодарской медицинской академии. Или **Зырянова Светлана Петровна**,учитель математики школы № 4 г. Абинска, Заслуженный учитель РСФСР. Об этом учителе знают не только в нашем городе, но и далеко за его пределами.  За многолетний добросовестный труд, вклад в развитие образования Абинского района Зырянова Светлана Петровна удостоена высшей награды Краснодарского края – медали «Герой труда Кубани».

Имена и портреты этих и других замечательных людей, внесших вклад в укрепление экономики района, добившихся значительных успехов в производственной и общественной деятельности и способствующих процветанию Абинского района, будут украшать главную улицу нашего города. В их числе могут быть металлурги, строители, работники сельского хозяйства, врачи, педагоги, правоохранители, работники культуры и спорта, социальной защиты, работники коммунальных служб, предприниматели, школьники, которые умело и добросовестно делали и делают своё дело – люди Труда, которые внесли свой весомый вклад в развитие города Абинска.

С этим предложением 25 ноября 2014 г. я обратился **к главе Абинского городского поселения Виктору Владимировичу Кухареву** (ФОТО № 18)**.**

**Виктор Владимирович заинтересовался моим проектом и в тот же день обсудил возможность реализации проекта с директором рекламно-производственной компании «Глобус», Брагиным Михаилом Владимировичем. Он отметил, что *«…****чувство уважения к труженикам различных специальностей важно воспитывать с раннего детства. Чтобы воплотить в жизнь государственные планы, необходимо сделать многое. Но одна из первейших задач – изменить в общественном сознании отношение к рабочей профессии и социальному статусу* ***человека труда****».*

****

1. **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Труд – это источник здоровья, стимул жизни. Трудолюбие как качество личности имеет чрезвычайно важное значение для всех сторон жизни человека – и в детстве, и в юности, и в зрелом возрасте. Это ценное качество предполагает не только любовь и привычку к физическому и умственному труду, но и уважение к людям труда, бережное отношение к результатам труда, как своего собственного, так и других, стремление умножать своим трудом богатства Родины. Безделье и отсутствие потребности трудиться, праздное состояние человека противоестественны. Ничегонеделание, безделье – это путь к болезням.

Выполняя исследовательскую работу, я увидел общество в фокусе социологии, почувствовал себя начинающим исследователем, стал участником бесед с людьми разных профессий, занимающимися вопросами здоровья.

В результате исследовательской работы я получил представление о труде и здоровье как о ценностях человеческой жизни, понял, что труд, работа занимают в жизни людей очень важное место, научился уважать всех, кто трудится, и ценить плоды их труда. Я подтвердилвыдвинутые **гипотезы** по проблеме исследования**:**

1. Труд полезен для здоровья и долголетия.
2. Безделье и тунеядство опасны для самого человека и окружающих его людей.

Для себя я сделал **главный вывод:** труд помогает сохранить людям здоровье, а у здорового человека больше возможностей быть счастливым.

Нужно помнить русские пословицы и прислушиваться к мнению старшего поколения: «Здоровье и труд рядом идут». Это правда. Нужно любить труд, тогда и здоровье будет хорошее!

**5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Настольная энциклопедия современного школьника. – М., Махаон, 2014
2. Виноградова Н.Ф. Окружающий мир. Учебник для учащихся общеобразовательных учреждений. 4 класс. – М.: Вентана-Граф, 2014
3. Большая детская энциклопедия. – М., Махаон, 2014
4. Боголюбов Л.Н., Виноградова Н.Ф. Обществознание, 5 класс. – М.: Просвещение, 2013
5. Что? Зачем? Почему? Большая книга вопросов и ответов / Пер. К. Мишиной. – М.: Эксмо, 2002
6. Иллюстрированный словарь пословиц и поговорок для детей. – СПб: АСТ, **Астрель**, 2010
7. Большая детская энциклопедия. Том 6. Профессии. – СПб: АСТ, **Астрель**, 2009
8. Чуб Н. В. Азбука Здоровья. – М., «Фактор», 2010
9. Ступницкая М.А. Что такое учебный проект? – М., Первое сентября, 2012

**Интернет-ресурсы:**

<http://funfacts.ru/interesnye-fakty-biografii/>

<http://www.aforism.su/>

<http://ru.wikipedia.org/wiki>

<http://gazeta.aif.ru/online/kids/99/>