



Я понимаю: сейчас в твоей жизни происходят большие изменения. Но постарайся не вовлекаться эмоционально в происходящее. В любой ситуации можно найти смысл, ради которого стоит жить и улыбаться. Прими решение каждый день выбирать жизнь, а не страх.



ПРОФСОЮЗ ИНФОРМИРУЕТ

14 февраля - 27 февраля 2022 года

- Обзор печати за неделю**
- Полезные статьи**
- О книгах**
- Конкурсы**
- Вопрос - ответ**
- На заметку**
- Новое в законодательстве**



**Краснодарская краевая организация
Общероссийского Профсоюза образования и науки РФ**

2022 ГОД

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|---|-----------|
| РУБРИКА: ОБЗОР ПЕЧАТИ..... | 6 |
| Воспитатель из Анапы стала победителем краевого профессионального конкурса | 6 |
| Подведены итоги работы Студенческого координационного совета края | 7 |
| Обсуждаем корпоративную этику | 7 |
| Обновленный состав Президиума СКС Профсоюза собрался на первое заседание..... | 8 |
| Студенческий профсоюзный актив определил ключевые направления работы в 2022 году | 9 |
| Нужен ли в России учительский омбудсмен? | 9 |
| Итоговая сессия года спорта, здоровья и долголетия в Профсоюзе..... | 12 |
| Наиболее значимые результаты деятельности Общероссийского профсоюза образования в 2021 году | 13 |
| В министерстве обсудили развитие конкурсного движения в Краснодарском крае | 13 |
| Образовательные организации Краснодарского края участвуют в международном исследовании PISA | 14 |
| Российские студенческие отряды подключатся к проекту Минпросвещения России по модернизации школьных систем образования | 15 |
| В Краснодаре обсудили вопросы обеспечения психологической безопасности в образовательной среде | 15 |
| Состоялось совещание с руководителями профессиональных образовательных организаций | 16 |
| В Краснодарском крае продолжается реализация федерального проекта адресной поддержки школ «500+» | 16 |
| В Общественной палате обсудили участие штабов общественно-родительского контроля в проектах по модернизации школьных систем образования..... | 17 |
| Краснодарский край принял участие в расширенном заседании оперативного штаба Минпросвещения России | 18 |
| Сергей Кравцов встретился с педагогами – наставниками победителей «Большой перемены»..... | 19 |
| В Краснодаре обсудили вопросы обучения детей с ограниченными возможностями здоровья в коррекционных школах..... | 20 |
| В России пройдет форум, посвященный будущему детско-юношеского кинотворчества..... | 20 |
| Профессия педагога вышла на третье место по популярности среди абитуриентов | 20 |
| Развитие образования, науки и молодежной политики в России обсудили на форуме в ОАЭ | 21 |
| Цикл видеоподкастов «Учитель успеха» объединил профессиональные истории ведущих российских педагогов | 21 |
| Минпросвещения России упростит процедуру подачи документов в детский сад | 22 |
| Сергей Кравцов: «Мы должны способствовать тому, чтобы педагогические работники поддерживали здоровый образ жизни» | 22 |

| | |
|---|-----------|
| Минпросвещения России разработаны проекты новых перечней профессий и специальностей среднего профессионального образования..... | 22 |
| Министр просвещения России Сергей Кравцов заявил о персональной ответственности за срыв сроков реализации программы капитального ремонта школ..... | 23 |
| Определены 804 полуфиналиста профессионального конкурса «Флагманы образования. Студенты» | 24 |
| Сергей Кравцов: «Программа модернизации школьных систем образования должна оправдать ожидания школьников и их родителей» | 25 |
| Более 230 программ по профпереподготовке для людей старше 50 лет разработаны в рамках нацпроекта «Образование» | 26 |
| Минпросвещения России открыло горячие линии психологической помощи для детей и взрослых | 27 |
| Минпросвещения России проводит общественное обсуждение проекта Ведомственного плана по реализации Концепции открытости | 27 |
| В Краснодаре 2 марта запустят бесплатные курсы русского жестового языка .. | 27 |
| В 2022 году в Краснодарском крае будут одновременно строить порядка 150 социальных объектов | 27 |
| На Кубани увеличили финансирование на ремонт учреждений образования и здравоохранения | 28 |
| В Сочи обсудили развитие объектов детского отдыха и оздоровления..... | 28 |
| Профсоюзы Кубани подвели итоги колдоговорной кампании 2021 года..... | 28 |
| Профсоюзы считают недостаточными меры поддержки занятости молодежи | 29 |
| Количество бюджетных мест в вузах по ИТ-специальностям в новом учебном году увеличат | 30 |
| Газета «Солидарность» рассказала как получить повышенную стипендию..... | 31 |
| Школы смогут редактировать портфолио ученика в «МЭШ» | 31 |
| Россия и Казахстан заключили соглашение о создании филиалов вузов | 32 |
| Минобрнауки: в 2023 году вырастет государственная стипендия для студентов вузов и ссузов | 32 |
| Школа, мастерская, прокат: как ученики предпринимательских классов применяют знания на практике | 32 |
| Закрепление за классом отдельного кабинета могут отменить – учителя обмениваются мнениями | 34 |
| Как поступить в вуз по школьной олимпиаде – тренеры сборной Москвы делятся советами | 35 |
| Студенты смогут получить по 1 млн рублей на развитие своего стартапа..... | 36 |
| Екатерина Власова: «Дети всегда с удовольствием учатся, когда видят, что взрослые их уважают и слышат» | 37 |
| Игра «Космический детектив» научит школьников распознавать фальшивые деньги..... | 37 |
| Опрос: большинство детей сталкивается с буллингом в школе | 38 |
| Елена Мальчикова: «Обучение – это всегда процесс сотворчества с учеником» | 38 |
| Классные руководители рассказали, почему школьники плохо учатся | 39 |

| | |
|---|----|
| Общественная палата: зарплата учителей должна зависеть от квалификационного уровня | 39 |
| В РАО назвали основные факторы неуспешности школьников | 40 |
| В России хотят создать программу строительства учреждений профобразования | 41 |
| Минобрнауки объявило о старте приема заявок на участие в российско-германском семинаре | 41 |
| О «пяти слонах» педагогики рассказал Учитель года Алихан Динаев | 41 |
| Утвержден перечень вузов, чьи учебно-научные центры для одаренных детей будут на госфинансировании | 43 |
| Для альтернативнослужащих хотят расширить список профессий, среди них – помощник воспитателя | 43 |
| Специалисты рассказали, как бесплатно записать ребенка в кружки | 44 |
| Минобрнауки: российские студенты западных вузов, права которых были ущемлены, могут бесплатно учиться в РФ | 45 |
| Омбудсмен Татьяна Москалькова и Валерий Фальков обсудили вопросы обеспечения прав студентов | 45 |
| Специалисты Минтруда предложили упростить использование маткапитала для образования | 46 |
| Эксперты расскажут о новой модели государственной аккредитации образовательных организаций | 46 |
| Ментор в школе: кто такой наставник и зачем он нужен учителю | 47 |
| РУБРИКА: ИНТЕРЕСНЫЕ СТАТЬИ | 48 |
| Тренинг Тони Роббинса. День 1. Контроль эмоций: секрет успеха | 48 |
| Стоит ли быть идеальной: психолог рассказал о чувстве вины работающих мам | 50 |
| Как бороться с пассивной агрессией – советы психолога | 50 |
| 8 видеоигр без агрессии и насилия: они развивают фантазию, сообразительность, а ещё учат добру | 51 |
| Как справиться с трагедией | 53 |
| Психологические эффекты использования интернета | 57 |
| Цифровой детокс: как очистить свой мозг от информационного передоза | 59 |
| Как определить свою миссию и найти мечту | 61 |
| Создание позитивно настроенной команды | 62 |
| Вещи, на которые стоит прекратить тратить время | 64 |
| Тюрьма за прогулы, обязательная химия и фарси: как устроено образование в Иране | 65 |
| Как живут и сколько зарабатывают школьные учителя в разных странах мира | 67 |
| Рассказывают педагоги из Румынии, Норвегии, Сербии, Кипра и Таиланда | 67 |
| 12 телеграм-каналов для студентов: стажировки, подработка и новости | 70 |
| 8 лучших телеграм-каналов, которые ведут учителя | 71 |
| Как использовать принцип Парето для карьеры | 74 |
| Как расставить приоритеты, когда всё кажется важным: 7 техник | 75 |

| | |
|---|-----------|
| 4 отличных YouTube-канала об учёбе за рубежом, которые ведут студенты и учителя. Как поступить в Кембридж, сдать TOEFL и получить грант на обучение | 77 |
| РУБРИКА: О КНИГАХ И ФИЛЬМАХ | 78 |
| Как книги делают нас лучше | 78 |
| 14 фильмов про первую любовь, которые можно посмотреть с подростками ... | 80 |
| Как начинать день: практические рекомендации Хэла Элрода | 82 |
| Луч света в темном царстве: 6 книг, способных вселить надежду в любого | 84 |
| Рефлексология Бехтерева: что взять из теории в практику | 85 |
| РУБРИКА: КОНКУРСЫ, АКЦИИ | 89 |
| Конкурс «Профсоюзный репортёр» — 2022 стартует! | 89 |
| Запущен конкурс дизайн-проектов для школьных пространств | 90 |
| В краснодарском крае стартовал онлайн-хакатон «Перспективы использования цифровых двойников в образовании» | 91 |
| Жителей Кубани приглашают принять участие в творческом конкурсе памяти Василия Ланового «Пробуждая сердца» | 91 |
| «Солидарность» проводит общероссийский конкурс «Профледи-2022» | 91 |
| Уникальный шанс: российские студенты смогут поработать в ведущих компаниях страны | 92 |
| В России выберут лучшего учителя физкультуры | 92 |
| Срок подачи заявок на конкурс «Флагманы образования. Муниципалитет» продлили до 10 марта | 93 |
| Сетевое издание «Учительская газета» продолжает розыгрыш шести умных колонок с Марусей | 94 |
| РУБРИКА: НА ЗАМЕТКУ | 95 |
| Жители края до 35 лет смогут бесплатно получить новые профессии в 2022 году | 95 |
| Жители Кубани могут получить налоговый вычет за занятия спортом | 95 |
| Расширены возможности использования маткапитала Кубани | 95 |
| Российские пенсионеры в этом году получают новые льготы | 96 |
| РУБРИКА: ВОПРОС-ОТВЕТ | 96 |
| Вопрос: Помогите, пожалуйста разобраться с таким вопросом. В августе 2021 года я вышла на пенсию (не работаю). Работала в МБОУ СОШ №12 Гулькевичского района Краснодарского края. Школа расположена в селе Майкопское (сельская местность). После выхода на пенсию мне перестали предоставлять льготу по оплате коммунальных услуг. Мой педагогический трудовой стаж 35 лет (из них 25 в сельской местности). С 1986 по 2008 год работала в сельской школе в Казахстане (сначала в СССР). С 2008 по 2018 год в городской школе г. Гулькевичи. С 2018 по 2021 год в сельской школе села Майкопского... .. | 96 |
| В Законе № 1141-КЗ от 14.12.2006 г. и в последующих законах (вносящих изменения в данный закон) ничего не сказано о 10-летнем сроке работы в сельской местности в Краснодарском крае для получения льготы. | 96 |
| Поясните, положена мне данная льгота или нет? | 96 |
| Вопрос: Каким образом информация о прохождении практической подготовки обучающимися вузов отражается при заполнении диплома? | 97 |
| РУБРИКА: НОВОЕ В ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВЕ | 97 |

Постановление Правительства РФ от 21.02.2022 N 225 «Об утверждении номенклатуры должностей педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность, должностей руководителей образовательных организаций» 97

Проект Федерального закона «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации» (не внесен в ГД ФС РФ) 97

Информационные ресурсы краевой организации Профсоюза 98

Экономьте время и деньги на покупки с экосистемой краевой организации «Профмаркет»



Регистрируйтесь на сайте: <https://profecosystem.ru/> и пользуйтесь скидками партнёров краевой организации для членов Профсоюза
Подробнее: <https://profecosystem.ru/>



РУБРИКА: ОБЗОР ПЕЧАТИ

Воспитатель из Анапы стала победителем краевого профессионального конкурса

В Краснодаре подвели итоги профессионального конкурса «Воспитатель года Кубани». Победителем признана воспитатель детского сада № 43 «Буратино»

Анапы Евгения Примачок.

Торжественная церемония закрытия конкурса состоялась сегодня на площадке Краснодарского краевого Профсоюза работников образования. Традиционно организаторами конкурса выступили Законодательное Собрание Краснодарского края, министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края и Краснодарская краевая организация Общероссийского Профсоюза образования. Победительницу конкурса поздравил губернатор региона Вениамин Кондратьев.



– Детям из садика №43 «Буратино» очень повезло. Евгения – педагог с 15 летним стажем, грамотный специалист, открытый и творческий человек. В финале показала прекрасные результаты и заслуженно одержала победу. Теперь она представит наш край на всероссийском профессиональном конкурсе, который пройдет в Ярославле. Желаю новых успехов и самое главное – удачи! – написал Вениамин Кондратьев в социальных сетях.

Евгения Викторовна окончила университет по специальности «Социально-культурная деятельность и народно-художественное творчество». Работала режиссером, преподавателем. Но, по ее собственному признанию, влюбилась в профессию воспитателя. Общий преподавательский стаж – более 15 лет.

– Люблю удивительную страну детства, полную новых, интересных и увлекательных открытий, где каждый день не похож на другой, – говорит Евгения Примачок.

Педагог постоянно стремится к саморазвитию, является автором публикаций в педагогическом сборнике «Буква», издании «Вестник Просвещения», журнале «Дошкольник». Вместе с семьей увлекается путешествиями по России и декоративно-прикладным творчеством.

В этом году в конкурсе «Воспитатель года Кубани» принимали участие 44 педагога, один из них – мужчина. Большинство работают воспитателями, двое – старшими воспитателями, также среди участников четыре музыкальных руководителя и два педагога-психолога. Средний возраст конкурсантов – 35 лет: самому молодому педагогу 23 года, а самому опытному – 51 год.

Всех участников наградили дипломами, памятными и ценными подарками. А победительнице вручили символ Конкурса – Куклу Садовницу. В следующем году региональный конкурс будет проводиться в муниципальном образовании победителя – в городе-курорте Анапа.

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/vospitatel-iz-anapy-stala-pobeditelem-kraevogo-professionalnogo-konkursa/>

Подведены итоги работы Студенческого координационного совета края

24 февраля, в режиме видеоконференции состоялось заседание Студенческого координационного совета, участие в котором приняли председатели, заместители председателей первичных профсоюзных организаций вузов Краснодарского края. Открыл заседание заместитель председателя краевой организации Профсоюза Экверхан Сурхаев.

«Деятельность Студенческого координационного совета направлена на развитие и укрепление студенческого профсоюзного движения. Убежден, что объявленный тематический год «Корпоративной культуры Профсоюза» будет использован вами для повышения эффективности работы каждой профсоюзной организации», – отметил Экверхан Сурхаев.

С докладом об итогах деятельности СКС за 2021 год выступил Владимир Живодубов, председатель Совета, председатель первичной профсоюзной организации обучающихся Кубанского государственного университета. Работа совета единогласно была признана удовлетворительной.

В рамках заседания члены Совета обсудили изменения и дополнения в План работы на 2022 год. Отдельно рассмотрели вопросы по организации и проведению регионального этапа Всероссийского конкурса «Студенческий лидер – 2022», краевой Школы студенческого профсоюзного актива, конкурса «Лучший профорг». А также обсудили планируемые краевые профсоюзные конкурсы и форумы, участие в мероприятиях, проводимых СКС РФ, СКС ЮФО. Члены Совета поддержали идею проведения культурно-просветительского проекта «Литературная гостиная» в стенах краевого Дома работников образования.

Подробности: https://vk.com/profobrkk?w=wall-106122659_5826

Обсуждаем корпоративную этику

По многочисленным просьбам Краснодарская краевая организация Общероссийского Профсоюза продолжила сотрудничество с автономной некоммерческой организацией просветительским центром «Культура здоровья».

Серию бесплатных онлайн-вебинаров в 2022 году, в год «Корпоративной культуры Профсоюза», открыл коучинг на тему «Корпоративная этика», который состоялся 25 февраля.

Спикером мероприятия выступила Елисеева Светлана, психолог, специалист по психосоматике, гештальт-терапевт, кинезиолог, системный семейный доктор.

В рамках вебинара обсуждались вопросы о том, что такое корпоративная этика, зачем она нужна, принципы, виды и основное предназначение корпоративной этики, кодекс педагогического коллектива.

Тема вызвала неподдельный интерес. Онлайн-вебинар собрал аудиторию слушателей более чем в 3000 членов Профсоюза со всех 44 территорий края.

Подробнее: https://vk.com/profobrkk?w=wall-106122659_5827

Обновленный состав Президиума СКС Профсоюза собрался на первое заседание

11-12 февраля в Москве и Московской области прошло первое заседание обновленного состава Президиума Студенческого координационного совета Общероссийского Профсоюза образования.

Говорили об итогах стратегической сессии, информационной работе, грантовом конкурсе молодежных проектов ФАДМ «Росмолодёжь», внесении изменений в Положение о проведении Всероссийского конкурса «Студенческий лидер», планах на год.

В 2022 году СКС Профсоюза уже провел молодежный фестиваль «Всероссийский студенческий марафон», в планах на год реализация следующих проектов:

- Всероссийский форум студенческих советов общежитий,
- Всероссийский форум «Точка сбора Россия»,
- Всероссийский конкурс профбюро «Ты лидер»,
- школа стипендиальной комиссий «Стипком»,
- проект «За это я люблю Россию»,
- проект «СКС-Дисконт»,
- онлайн-школа профторгов первого курса,
- конкурс на лучшее профсоюзное медиа,
- конкурс «Студенческий лидер».

Президиум СКС Профсоюза встретился с Председателем Общероссийского Профсоюза образования Галиной Меркуловой. На встрече присутствовали заместитель Председателя Профсоюза Вадим Дудин, сотрудники аппарата Профсоюза. Подвели итоги тематического Года «Спорт, здоровье, долголетие», обсудили дальнейшие форматы работы, понятие «корпоративная культура», проведение двадцатого юбилейного конкурса «Студенческий лидер».

Галина Ивановна пояснила, говоря о Года корпоративной культуры: «Мы будем с вами на конференциях, семинарах, в каждой организации, везде и всюду говорить о корпоративной культуре. Есть общее понимание этого явления. И есть специфика на каждом уровне - в первичных, территориальных, региональных организациях... Чтобы к концу года у нас возникло понимание, что такое корпоративная культура в Профсоюзе для каждого участника нашей организации». 11-13 февраля в Подмосковье, на базе «Солнечная поляна», состоялся Всероссийский образовательный семинар «Лекториум». Участники работали на четырех площадках: «Студенческий лидер», «Информационная работа», «СКС-дисконт» и «Молодые председатели».

- Лекции - это всегда скучно, только не здесь. Мероприятия, которые придумывает СКС Профсоюза, отличаются интересным современным содержанием, - сказал зампреда Общероссийского Профсоюза образования Вадим Дудин. - Вы стали частичкой Профсоюза - сделали правильный выбор.

Состоялись мастер-классы, круглые столы, дискуссионные площадки и стратегические сессии. Итогом работы площадок стали методические рекомендации, чек-листы и разработки по всем четырем направлениям.

- «Лекториум» родился из запроса студентов. В этом году здесь собрались «сливки» профсоюзного общества, - отметил председатель СКС Профсоюза Виктор Шабельник. - Наша с вами задача - выработать решения задач, которые мы ставим перед собой на ближайшее время.

Источник:

https://www.eseur.ru/Obnovlenniy_sostav_prezidiuma_SKS_Profsouza_sobralysya_na_pervoe_zasedanie/

Студенческий профсоюзный актив определил ключевые направления работы в 2022 году

11–13 февраля в Подмосковье проходил Всероссийский образовательный семинар «Лекториум». Его участниками стали более ста студентов со всей страны, которые работали в фокус-группах по четырём направлениям.

Участники площадки «Студенческий лидер» разобрали проблемы конкурсных этапов, ознакомились с предложениями по брендбуку конкурса, провели стратегическую сессию, как сделать мероприятие лучше, определили плюсы и минусы организации конкурса, внесли предложения по модернизации его этапов.

«Молодые председатели» изучили вопросы социального партнёрства и эффективного управления профсоюзной организацией, обсудили рабочие трудности, возникающие в процессе взаимодействия внутри образовательной организации высшего образования, с региональными органами власти и Студенческим координационным советом Общероссийского Профсоюза образования. Также были рассмотрены вопросы организационной и финансовой деятельности первичных профсоюзных организаций студентов.

На площадке «Информационная работа» рассмотрели инструменты продвижения контента «ВКонтакте», способы формирования команды проекта, мобильную съёмку, брендинг, копирайтинг и рекламу в социальных сетях. Посмотрели группы профсоюзных организаций и проанализировали ошибки. Разработали чек-листы для студенческих профсоюзных проектов, информационных комиссий внутри первичек, округов.

Фокус-группа направления «СКС-дисконт» ознакомились с основами работы приложения «СКС РФ», обсудила предстоящие обновления, разобрала кейсы коммерческих предложений, получила основы фандрайзинга и лайфхаки работы крупных федеральных компаний с партнёрами. Также была разработана методичка для работы в «СКС-дисконт».

— «Лекции — это всегда скучно, но только не здесь. Те мероприятия, которые проводит СКС Профсоюза, отличаются интересным современным содержанием, — поприветствовал участников заместитель председателя Профсоюза Вадим Дудин. — То, что вы стали частью Профсоюза, говорит о том, что вы сделали правильный выбор. Надеюсь, два дня в Подмосковье принесут вам эмоции, впечатления, и, конечно, профессиональные знания».

— «История создания «Лекториума» родилась из запроса студентов. Наша задача — совместно выработать решения задач, которые мы ставим перед собой на ближайшее время».

Планированием работы занимался и Президиум Студенческого координационного совета Общероссийского Профсоюза образования. 11 февраля в Москве прошла встреча его обновлённого состава с Председателем Профсоюза Галиной Меркуловой. Члены президиума СКС Профсоюза подвели итоги Года спорта, здоровья и долголетия, который был объявлен в Профсоюзе в 2021 году, поговорили о Года корпоративной культуры и планах СКС Профсоюза на 2022 год, обсудили проведение юбилейного конкурса «Студенческий лидер».

За два дня работы члены Президиума СКС Профсоюза обсудили итоги, проведённого в начале февраля молодёжного фестиваля «Всероссийский студенческий марафон», спланировали деятельность СКС Профсоюза на 2022 год, в том числе, по информационной работе и грантовому конкурсу Федерального агентства по делам молодёжи.

Источник:

https://www.esour.ru/Studencheskiy_profsouzniy_aktiv_opredelil_kluchevie_napravleniya_raboti_v_2022_godu/

Нужен ли в России учительский омбудсмен?

Вице-спикер Госдумы Борис Чернышов предложил ввести в России должность уполномоченного по правам учителей. Соответствующее письмо он направил на имя заместителя Председателя Правительства РФ Татьяны Голиковой. В обращении депутат напоминает о ряде случаев необоснованного увольнения педагогов, в том числе о последних событиях в 168-й гимназии Санкт-Петербурга. «В настоящий момент педагогическое сообщество оказалось беззащитным перед реалиями современной жизни, и эту ситуацию пора менять», — заявил Борис Чернышов.

О том, нужна ли в стране должность уполномоченного по правам учителей, размышляют эксперты и читатели «Учительской газеты».

Михаил АВДЕЕНКО, заместитель председателя Общероссийского Профсоюза образования:

– Я не вижу никакой необходимости в учреждении новой должности. Давайте зададим вопрос: а есть ли в образовательном учреждении, где произошел тот или иной инцидент, первичная профсоюзная организация и состоит ли в ней педагог, права которого нарушены? Если да, обращался ли он за помощью в профсоюз? Наш профсоюз объединяет более 70 тысяч первичных организаций, работающих в учреждениях образования. Профсоюзный лидер каждой из них, по сути, уполномочен защищать права работников образования.

При возникновении конфликта между учителем и администрацией школы мы стараемся использовать все возможные процедуры досудебного разбирательства, чтобы урегулировать его на стадии зарождения. Но если дело доходит до суда, напомню, наш профсоюз оказывает правовую помощь своим членам. Подтверждение тому – тысячи выигранных дел в пользу работников образования ежегодно. Может ли один новый уполномоченный выполнить такой объем работы?

Не стоит забывать и о возможности обращения в комиссию по урегулированию споров между участниками образовательных отношений, действующую в образовательной организации. Статус и полномочия этого общественного органа закреплены в Федеральном законе «Об образовании в РФ».

Я считаю, что новый институт уполномоченного не решит проблемы педагогов, а скорее приведет к еще большей путанице в сознании учителя, которому будет сложнее выбрать правильный формат своей защиты при нарушении социально-трудовых и гражданских прав. Может получиться как в известной пословице «У семи нянек дитя без глазу».

Виктор СМИРНОВ, депутат Государственной Думы РФ, член Комитета по просвещению:

– Не вызывает сомнений, что учитель должен быть надежно защищен в своей профессиональной деятельности. Педагогический труд особый, предполагающий значительную свободу выбора в методике преподавания, в использовании наиболее отвечающих индивидуальным особенностям подопечных средств воспитания. В педагогической деятельности шаблоны так же вредны, как и безразличие к детям. Не в меньшей степени, чем свобода педагогического выбора, нуждаются в защите и трудовые права педагогов. Их многочисленные обращения в Совет Федерации, Государственную Думу и Министерство просвещения России свидетельствуют о наличии существенных проблем в этом вопросе. Нетерпимой является ситуация, при которой более 76% педагогических работников имеют ставки заработной платы (должностные оклады) НИЖЕ МРОТ! По моему убеждению, работа по установлению единых требований к оплате труда педагогов правительством должна быть ускорена. Особого рассмотрения, наверное, требует вопрос о правах руководителей образовательных организаций. Зачастую они, будучи ограничены в финансах, становятся без вины виноватыми при проведении проверок многочисленными надзорными ведомствами.

Однако все сказанное не означает, что способом решения проблем станет учреждение в России должности еще одного уполномоченного. Я как юрист, профессионально занимающийся конституционным правом, скептически отношусь к созданию специальных государственных институтов защиты профессиональных прав работников любой отрасли. В правовом государстве, которым в соответствии с Конституцией является РФ, функцию защиты профессиональных прав призваны выполнять профессиональные союзы. Ради справедливости отмечу, что Общероссийский профсоюз образования очень активно проявляет себя по всему комплексу вопросов защиты прав педагогов. Кроме того, примеры работы Уполномоченного по правам человека в РФ, Уполномоченного при Президенте РФ по правам ребенка, российского бизнес-омбудсмена свидетельствуют, что львиную долю их деятельности составляют различные мониторинги и экспертно-аналитические мероприятия, возможность влияния на разрешение конкретных споров ничтожно мала. Едва ли появление должности уполномоченного по правам учителей будет серьезно способствовать улучшению ситуации с защитой прав педагогов. Убежден, что верным подходом будет консолидация и активизация усилий в данном направлении профессионального учительского сообщества, институтов гражданского общества, прежде всего Всероссийского педагогического собрания, Совета Федерации и Государственной Думы, Общероссийского профсоюза образования. «Учительская газета», кстати, является замечательной дискуссионной площадкой по вопросам защиты прав педагогических работников и могла бы стать местом проведения постоянно действующего семинара на эту злобо-дневную тему.

Всеволод ЛУХОВИЦКИЙ, член Совета межрегионального профсоюза работников образования «Учитель»:

– Я отношусь к этой инициативе скептически. В нынешней ситуации это ничего не изменит, потому что учительский омбудсмен будет, вероятнее всего, назначаться кем-то сверху из числа нужных кому-то людей. И нет никакой уверенности, что он действительно захочет встать на сторону педагогов.

Большинство вопросов, которые касаются условий и оплаты труда учителей, отдано учредителям, муниципальным и региональным властям, которые вольны решать те или иные проблемы так, как им это удобно. Сколько раз было, что увольняют директора школы, он начинает жаловаться в Минпросвещения или даже самому президенту, а местная власть пожимает плечами, говоря, ну и что, мы имеем право так поступать. И действительно, 278-я статья Трудового кодекса позволяет им увольнять любого директора в любой момент.

И пока у нас судьбы педагогов решает не федеральная власть, а учредитель, никакой омбудсмен ничего не сделает. А вот кто действительно может помочь, так это профсоюзы, которые были созданы именно для защиты прав трудящихся. Но защищать профсоюз может только тех, кто в нем состоит. Из чего следует простая мораль: присоединяйтесь к нам, и тогда мы поможем вам!

Майя ПИЛЬДЕС, председатель совета академической гимназии №56 Санкт-Петербурга, член Общественного совета при Минпросвещения России:

– С моей точки зрения, уполномоченный по правам учителя не нужен. Педагог – это человек, а уполномоченный по правам человека есть в каждом регионе. Помимо этого существует такой орган, как Совет по правам человека при Президенте РФ. С таким же успехом можно создать пост уполномоченного по правам дворника или любой иной профессии. Жареные факты, которые подхватывают в Интернете, а также скандалы на их основе не должны становиться базисом для принятия серьезных решений.

Сергей КОЧЕРЕЖКО, абсолютный победитель Всероссийского конкурса «Учитель года России»-2015:

– Решить проблему, связанную с защитой прав и свобод, можно как минимум двумя базовыми способами. Первый – создать новую должность государственного служащего, который будет условно отвечать за это направление. Но, добавляя еще одного чиновника с аппаратом помощников, секретарей, представителей, мы увеличиваем расходы государственного бюджета на их содержание. Кроме того, вмешательство государства в какую бы то ни было сферу, как правило, означает бюрократизацию и заполняющий все формализм.

Второй способ – создание условий, для того чтобы люди сами могли защищать свои права. Для этого нужны независимые профсоюзы и общественные организации, независимый суд, в который может обратиться каждый. Нужно сокращение бюрократии, развитие правосознания всех участников образовательного процесса.

Елена БАЧЕВА, учредитель Академии родительского образования, Пермь:

– Учитель в современной школе – самый бесправный человек: у него нет права на свою точку зрения, на свой выбор. И даже на личную жизнь. Уполномоченный по правам учителей проблемы образования не решит, не хватит ни полномочий, ни рабочего времени, потому что система нуждается в реанимации. В школу необходимо вернуть доверие и уважение к учителю, к педагогическому коллективу. И, наконец, всем нам, в том числе и государству, научиться ценить учительский труд – от слов перей-ти к делу.

Право на данную точку зрения мне дают 50 лет активного общения с учителями. Одно то, что они получают крохотную зарплату, не способствует самоуважению. А защитить себя учитель просто не может в силу своей интеллигентности.

Светлана КОКОРЕВА, учитель истории и обществознания, Воронеж:

– У нас, что, мало законов? Или мы не защищены законами? Надо над этим работать, а не вводить дополнительные должности. Почему-то никто не предложил до сих пор уполномоченного по правам чиновников. Наверное, это потому что их права защищены на «отлично», так дайте учителю статус госслужащего, и все проблемы решатся в один миг!

Михаил ТЕПЛОВ, отец семиклассника, Великий Новгород:

– А почему только об учителях идет речь? Я понимаю учителей, пострадавших от несправедливости. Но тогда нужно не только для учителей, а для каждой профессии вводить должность уполномоченного по правам. И возникает вопрос: а зачем нам тогда профсоюзы? Почему они не защищают своих работников – учителей, строителей, представителей других профессий? Давайте тогда упразднить этот орган.

Источник: https://www.eseur.ru/Nujen_li_nam_uchitelskiy_ombudsmen/

Итоговая сессия года спорта, здоровья и долголетия в Профсоюзе

Итоговая сессия тематического 2021 года Общероссийского Профсоюза образования «Спорт. Здоровье. Долголетие», прошедшая 17–18 февраля, объединила десятки человек офлайн и несколько тысяч онлайн. Победители конкурса «Здоровые решения», руководители Профсоюза, региональные лидеры, представители власти и научного сообщества, руководители образовательных организаций, спортсмены и путешественники – таков неполный перечень участников события.

17 февраля более сорока представителей Профсоюза из разных регионов: от Хабаровска до Краснодарского края, приняли участие в первом дне работы сессии в офлайн-формате.

Сначала его участники с помощью деловой игры обменялись опытом в сфере спорта и оздоровления, а также составили план работы по оздоровлению для своих профсоюзных организаций на целый учебный год. Модерировал процесс директор школы № 1788 города Москвы, кандидат педагогических наук Александр Ездов.

Затем у всех желающих была возможность пройти диагностическое обследование — экспресс-оценку своего физического состояния для правильного планирования режима физической активности. Её провёл научный сотрудник Лаборатории возможностей человека Московского городского педагогического университета Александр Казаков.

18 февраля, во второй день сессии прошла Всероссийская научно-практическая конференция «Технологии формирования культуры профессионального здоровья педагогических работников». Местом проведения был выбран «Старт Хаб на Красном Октябре», к событию присоединились несколько тысяч человек онлайн.

Модератором конференции стал заместитель председателя Общероссийского Профсоюза образования Вадим Дудин.

Открывшая конференцию Председатель Профсоюза Галина Меркулова напомнила о том, как своевременно Профсоюз определил новое направление деятельности по оздоровлению работников образования. Это позволило более масштабно поддержать наших членов в период пандемии и сплотить коллективы во время продолжительного периода работы на дистанте.

Генеральный секретарь Интернационала образования Дэвид Эдвардс поприветствовал участников события в видеообращении. Он рассказал о том, какую поддержку оказывает Интернационал педагогам в разных странах мира в период восстановления системы образования после пандемии. И определил устойчивую связь между благополучием ученика и благополучием учителя.

Дэвид Эдвардс выразил надежду на приезд в Россию, и поблагодарил Общероссийский Профсоюз образования за организацию конференции, посвящённой оздоровлению педагогов. Он отметил, что на ней обсуждаются ключевые, жизненно важные вопросы для будущего учительской профессии, потому что речь идёт о благополучии педагогов. Министр просвещения Сергей Кравцов поприветствовал участников события в формате онлайн, в выступлении он отметил: «Только вместе с Профсоюзом мы можем реализовать формулу: «Здоровый учитель — здоровый ученик»».

О способах достижения счастья и благополучия, напрямую связанных со здоровьем и долголетием, говорил заведующий кафедрой психологии личности факультета психологии МГУ имени Ломоносова, доктор психологических наук, академик РАО Александр Асмолов. «Счастьетерапия по-асмоловски» основана на самоуважении и постоянном развитии и преобладании положительных эмоций. После завершения выступления оратора приветствовали бурными овациями.

Директор Института естествознания и спортивных технологий МГПУ, доктор социологических наук Александр Страдзе рассказал о Национальных проектах «Укрепление общественного здоровья» и «Спорт — норма жизни», они направлены на достижение лучших показателей в рамках масштабного Нацпроекта «Демография».

Итоги оценки физического состояния организма на базе исследований, полученных в первый день сессии, представил научный сотрудник Лаборатории возможностей человека МГПУ Александр Казаков. Он отметил важность двигательной активности в борьбе со множественностью заболеваний.

Начальник отдела развития технологий спортивной подготовки Департамента образования, науки, международных отношений Министерства спорта Российской Федерации, доктор биологических наук, профессор Валентина Пушкина говорила о профессиональном здоровье

современного педагога. Валентина Николаевна не только теоретик, но и практик. Много лет она поддерживает отличную физическую форму, совершая ежедневную пробежку в шесть километров.

О пользе туризма рассказал известный путешественник, кавалер «Ордена Мужества», директор «Центра дополнительного образования «Лаборатория путешествий» Матвей Шпаро. Он поделился не только опытом формирования здорового образа жизни в образовательной организации, но и вдохновляющими историями из своей биографии путешественника и педагога.

Культуре профессионального здоровья работников посвятил выступление директор школы № 1788 Александр Ездов. Он представил любопытный опыт поддержки двигательной активности работников школы в период дистанционной работы. Даже дома работники школы делали зарядку и выкладывали видео в общий чат, вдохновляя коллег.

О реализации Федерального проекта Профсоюза «Профсоюз – территория здоровья» и итогах конкурса «Здоровые решения» рассказали эксперт Профсоюза, кандидат педагогических наук Раис Загидуллин и советник по физической культуре и спорту аппарата Профсоюза, мастер спорта международного класса Российской Федерации Олег Меркулов. Олег Игоревич подчеркнул, что занятие спортом, регулярная двигательная активность должны стать нормой жизни. Это – действенный фактор, повышающий благополучие, качество жизни и способствующий долголетию.

Секретарь-заведующая отделом по связям с общественностью аппарата Профсоюза Елена Елшина вдохновила собравшихся активно продолжать участие в спортивно-оздоровительном направлении. В подтверждение её слов представители профсоюзных организаций с энтузиазмом поделились успешным опытом работы в области оздоровления и спорта и планами на будущее.

А затем под звуки фанфар Председатель Профсоюза Галина Меркулова вручила победителям конкурса «Здоровые решения» по итогам 2021 года хрустальные статуэтки с логотипом Профсоюза.

Итоговая сессия «Спорт. Здоровье. Долголетие» ещё раз показала, как неисчерпаема тема завершившегося года. А значит в наступившем году она остаётся не менее востребованной у членов нашего профсоюза. Итак, продолжение следует.

Источник:

https://www.esour.ru/Itogovaya_sessiya_Goda_sporta_zdorovya_i_dolgoletiya_v_Profsouze/

Наиболее значимые результаты деятельности Общероссийского профсоюза образования в 2021 году

В рамках публичного отчёта Центрального Совета Профсоюза за 2021 год определены наиболее значимые результаты действий Профсоюза в 2021 году

Подробнее https://www.esour.ru/Files/Naibolee_znachimie_rezultati_d58965.pdf

В министерстве обсудили развитие конкурсного движения в Краснодарском крае

В совещании под руководством первого заместителя министра Сергея Пронько приняли участие руководители муниципальных управлений образованием и представители краевого Института развития образованием. Одним из обсуждаемых вопросов стало развитие конкурсного движения в Краснодарском крае.

Профессиональные конкурсы педагогического мастерства в регионе стали открытой площадкой для творческого и карьерного роста многих представителей отрасли. В региональном проекте «Педагогический Олимп» участвует каждый третий педагог Кубани – от директора и учителя школы до воспитателя и преподавателя колледжа. В этом году в проект включены новые конкурсы, призванные привлечь внимание на эффективность слаженной командной работы, важность наставничества, привлечения в педагогические профессии мужчин.

Замминистра Сергей Пронько также отметил активность участия педагогов в федеральных проектах, одним из ключевых является Всероссийский профессиональный конкурс «Флагманы образования».

Очный полуфинал конкурса «Флагманы образования. Школа» для команд Южного федерального округа прошел в Анапе. В нем приняли участие более 200 педагогов, в том числе

14 команд Краснодарского края. Шесть команд региона прошли в следующий этап конкурса – это наибольшее число финалистов среди регионов ЮФО.

Управленческие команды муниципалитетов также активно включились в подготовку к конкурсу «Флагманы образования. Муниципалитет». Заявочная кампания еще продолжается, но 29 муниципалитетов уже сформировали свои команды для участия в конкурсе.

Каждая команда состоит из пяти специалистов одного муниципального образования: руководителя или заместителя руководителя муниципального органа управления образованием, специалиста муниципального органа управления образованием, руководителя структурного подразделения (например, методической службы) и двух руководителей образовательных организаций, расположенных на территории муниципалитета.

Уже в марте участникам предстоит пройти онлайн-тестирование, состоящее из трёх частей: «Функциональная грамотность», «Общие знания», «Психолого-педагогические и экономико-правовые аспекты организации работы муниципальной системы образования», а также дистанционную образовательную программу «Разработка программы развития муниципальной системы образования».

Полуфиналы и финал пройдут в очном формате. Победители смогут войти в кадровый резерв руководителей и пройти программу повышения квалификации. Регистрация участников доступна до 28 февраля на сайте флагманымунципалитет.рф

Источник: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/v-ministerstve-obsudili-razvitiie-konkursnogo-dvizheniya-v-krasnodarskom-krae/>

Образовательные организации Краснодарского края участвуют в международном исследовании PISA

С 4 апреля по 20 мая в девяти образовательных организациях Краснодарского края пройдет основной этап исследования PISA. В нем примут участие студенты Белореченского медицинского колледжа и обучающиеся восьми школ – две школы Краснодара, по одной в г-к. Анапе, г. Сочи, Динском, Красноармейском, Туапсинском и Успенском районах.

Подростки в возрасте 15 лет выполняют компьютерное тестирование, а также ответят на вопросы анкеты. Задания направлены на проверку уровня сформированности у обучающихся математической, естественно-научной, читательской, финансовой грамотности, а также глобальных компетенций и креативного мышления.

В рамках исследования предусмотрено также анкетирование администрации образовательных организаций, принимающих участие в исследовании.

Для качественной организации и проведения исследования в крае определены региональный координатор исследования PISA, региональный специалист информационно-телекоммуникационных технологий, региональный специалист по анализу результатов исследования. Еженедельно проводятся совещания и методические вебинары, специалисты министерства выезжают в районы для оказания адресной помощи образовательным организациям, участвующим в исследовании.

В муниципальных образованиях также назначены муниципальные координаторы исследования PISA, в школах – координаторы исследования и технические специалисты. Проведена диагностика компьютеров, в федеральную информационную систему внесены сведения об обучающихся.

Международная программа по оценке образовательных достижений учащихся PISA (Programme for International Student Assessment) – это международное сопоставительное исследование качества образования, в рамках которого оцениваются знания и навыки учащихся школ в возрасте 15 лет. Проводится под эгидой Организации экономического сотрудничества и развития (ОЭСР).

Программа позволяет выявить и сравнить изменения, происходящие в системах образования разных стран и оценить эффективность стратегических решений в области образования. Она призвана изучить, обладают ли учащиеся 15-летнего возраста, уже получившие обязательное общее образование, знаниями и умениями, необходимыми для полноценного функционирования в современном обществе, то есть для решения широкого диапазона задач в различных сферах человеческой деятельности, общения и социальных отношений.

В текущем году исследование PISA-2022 пройдет в 85 странах мира. В России участниками стали 265 школ в 43 субъектах. Ознакомиться с пробными заданиями можно на официальном сайте Российской Электронной Школы <https://fg.reshe.edu.ru/>.

Источник: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/obrazovatelnye-organizatsii-krasnodarskogo-kрая-uchastvuyut-v-mezhdunarodnom-issledovanii-pisa/>

Российские студенческие отряды подключатся к проекту Минпросвещения России по модернизации школьных систем образования

Минпросвещения России и Молодёжная общероссийская общественная организация «Российские студенческие отряды» подписали соглашение о сотрудничестве, в соответствии с которым студенты колледжей, обучающиеся по строительным профессиям, в составе студенческих отрядов подключатся к проекту модернизации школьных систем образования. Подписание прошло на форуме «Трудкрут» в День российских студенческих отрядов. К реализации программы будут привлечены студенты из 1260 колледжей страны.

«По поручению Президента Российской Федерации Министерство просвещения в этом году запускает федеральную программу «Модернизация школьных систем образования» по обновлению школьной инфраструктуры. В результате до конца 2026 года в стране планируется провести капитальный ремонт 7,3 тысячи зданий школ. К реализации данной программы мы планируем привлечь наших студентов колледжей, обучающихся по строительным профессиям, в составе студенческих отрядов. Уверен, что во взаимодействии у нас получится реализовать эту совместную задачу на высоком уровне», – отметил Министр просвещения России Сергей Кравцов.

По его словам, студенческие отряды сегодня дают возможность молодёжи не только заработать самостоятельно свои первые деньги, но и совершенствовать свои профессиональные компетенции в конкретной сфере, развивать коммуникативные и организаторские способности, управленческие навыки.

Со стороны Российских студенческих отрядов соглашение подписал командир Центрального штаба Дмитрий Парамонов.

Молодёжная общероссийская общественная организация «Российские студенческие отряды» обеспечивает временной трудовой занятостью более 240 тысяч молодых людей из 74 субъектов РФ, а также занимается гражданским и патриотическим воспитанием, развивает творческий и спортивный потенциал молодёжи.

Поддержку студентов СПО и обновление материально-технической базы колледжей Минпросвещения России реализует в рамках федерального проекта «Молодые профессионалы» нацпроекта «Образование». Проект предусматривает также повышение квалификации преподавателей и мастеров производственного обучения. Ежегодно обучение проходят не менее 5 тысяч человек.

Источник: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/rossiyskie-studencheskie-otryady-podklyuchatsya-k-proektu-minprosveshcheniya-rossii-po-modernizatsii/>

В Краснодаре обсудили вопросы обеспечения психологической безопасности в образовательной среде

Круглый стол «Обеспечение психологической безопасности в образовательной среде для всех участников образовательного пространства» прошел на базе Центра диагностики и консультирования Краснодарского края.

В мероприятии приняли участие представители министерства образования, науки и молодёжной политики Краснодарского края и председатель Краснодарского краевого общественного движения по защите прав и интересов инвалидов «Содружество», комиссии по доступной, комфортной и безопасной среде Совета при главе администрации (губернаторе) Краснодарского края по развитию гражданского общества и правам человека Павел Снаксарев.

Специалисты Центра диагностики и консультирования и его филиалов, педагоги-психологи образовательных организаций и медицинский психолог обсудили вопросы взаимодействия с родителями и роль семьи в обучении детей с особыми образовательными потребностями, опыт работы служб школьной медиации и проведение профилактических мероприятий в общеобразовательных организациях, включая технологии работы с буллингем.

С учетом высокой социальной значимости обсуждаемых вопросов было принято решение усилить взаимодействия специалистов Центра диагностики и консультирования Краснодарского края и его филиалов с образовательными организациями региона. Специалисты на регулярной основе проводят в учреждениях профилактические мероприятия по диагностике и

коррекции буллинга, рассказывают педагогам о передовых методах работы с детьми и их родителями, обучают элементам психологической защиты ребенка в семье.

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/v-krasnodare-obsudili-voprosy-obespecheniya-psikhologicheskoy-bezopasnosti-v-obrazovatelnoy-srede/>

Состоялось совещание с руководителями профессиональных образовательных организаций

На базе Краснодарского торгово-экономического колледжа под председательством первого заместителя министра образования, науки и молодежной политики Краснодарского края Сергея Пронько проведено совещание с руководителями всех 67 профессиональных образовательных организаций Краснодарского края.

В данном мероприятии приняли участие представители аппарата Антитеррористической комиссии в Краснодарском крае и Центра по противодействию экстремизму ГУ МВД России по Краснодарскому краю.

Во вступительном слове Сергей Пронько отметил, что в целом работа по антитеррористическому воспитанию учащихся в интересах реализации мероприятий Комплексного плана по противодействию идеологии терроризма в профессиональных колледжах и техникумах края организована, но стремиться к ее совершенствованию необходимо.

На совещании были рассмотрены вопросы организации в колледжах работы по профилактике движения «Колумбайн», признанного в России террористическим. В ходе выступления оперуполномоченного ЦПЭ ГУ МВД России по Краснодарскому краю Валифа Гасаналиева раскрыты особенности движения «Колумбайн», рассказано о возможных причинах его появления и о профилактических мерах по недопущению запрещенного движения в образовательных учреждениях.

Советником аппарата АТК в КК Аркадием Семиным доведено участникам совещания о проводимой краевой АТК работе по противодействию идеологии терроризма в сфере образования, профилактике террористических проявлений в молодежной среде. Обращено внимание на важность реализации мероприятий, направленных на недопущение вовлечения молодежи к участию и содействию террористической деятельности, необходимость организации на постоянной основе индивидуальной профилактической работы с учащимися с целью формирования у них стойкого антитеррористического сознания и своевременного принятия профилактических мер к лицам, в поведении которых усматриваются признаки антиобщественных проявлений. Участники совещания позитивно приняли предложение об организации ЦПЭ ГУ МВД России по Краснодарскому краю цикла лекций для руководителей и преподавателей профессиональных учебных заведений Краснодарского края, направленных на организацию профилактической работы среди учащихся по антитеррористической и антиэкстремистской тематике.

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/sostoyalos-soveshchanie-s-rukovoditelyami-professionalnykh-obrazovatelnykh-organizatsiy/>

В Краснодарском крае продолжается реализация федерального проекта адресной поддержки школ «500+»

Проект «500+» реализуется Министерством просвещения совместно с Федеральным институтом оценки качества образования в рамках федерального проекта «Современная школа». Его лозунг – «Важен каждый ученик».

Название проекта «500+» отражает задачу достижения функциональной грамотности в каждой школе, то есть достижение школой уровня подготовки учеников, соответствующего баллам выше 500 по шкале PISA.

Федеральный проект призван помочь в достижении глобальной цели, обозначенной в указе президента – вхождению России в число 10 стран-лидеров по качеству общего образования. Он направлен на оказание адресной поддержки школам с низкими результатами и школам, работающим в сложных социально-экономических условиях.

Для каждой школы будет определен свой период выхода из «кризисной ситуации»: кому-то понадобится полгода, а кому-то будет недостаточно и двух лет. Поэтому очень большое внимание уделяется анализу проблем и постановке целей и задач на всех уровнях образования. В 2022 году в проекте «500+» участвуют 89 образовательных организаций Краснодарского края. Назначены региональные координаторы от министерства и от Центра оценки ка-

чества образования. В 38 участвующих муниципалитетах назначены муниципальные координаторы проекта. 89 кураторов уже прошли анкетирование и закреплены за школами-участниками в проекте «500+» в 2022 году.

Все категории участников образовательного процесса школ-участников проекта, включая директоров, учителей, обучающихся и их родителей, также прошли анкетирование. На основании результатов были сформированы рискованные профили для каждой из школ. Сейчас идет активный анализ полученных рискованных профилей. Директора и кураторы школ Славянского и Калининского района планируют принять участие в верификации онлайн с федеральными экспертами.

Учителя школ-участников будут активно налаживать контакты и сетевое взаимодействие с лучшими образовательными организациями внутри края, использовать их опыт и наработки коллег.

На сайте Института развития образования Краснодарского края создан специальный раздел, который будет постоянно пополняться материалами для оказания методической помощи педагогам и администрациям школ.

На сайте ФИОКО в разделе «Методика адресной помощи ШНОР (500+)» также можно ознакомиться с очень интересной и полезной информацией, здесь представлены практики коллег разного уровня, из разных регионов, опубликованы научно-методические материалы.

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/v-krasnodarskom-krae-prodolzhaetsya-realizatsiya-federalnogo-proekta-adresnoy-podderzhki-shkol-500-/>

В Общественной палате обсудили участие штабов общественно-родительского контроля в проектах по модернизации школьных систем образования

Работа Федерального штаба общественно-родительского контроля и региональных штабов общественно-родительского контроля, созданных в рамках федеральной программы «Модернизация школьных систем образования», по обновлению школьной инфраструктуры стала одной из тем панельной дискуссии в Общественной палате России.

Председатель Комиссии по развитию дошкольного, школьного, среднего профессионального образования и просветительской деятельности Общественной палаты России Наталья Кравченко рассказала о работе Федерального штаба общественно-родительского контроля. Она подчеркнула, что усилия штаба направлены на то, чтобы при ремонте школ учитывались пожелания педагогов и детей, а сами школы становились более современными, удобными, интересными и помогали решать как можно больше творческих и педагогических задач.

«Федеральный штаб выполняет координирующую роль, туда входят наши коллеги из Государственной Думы, представители общественности, журналисты. Во всех регионах сформированы региональные штабы, они работают на площадках региональных общественных палат либо при региональных министерствах и департаментах образования. У нас есть ряд идей, как сделать так, чтобы в рамках программы можно было внедрить в отремонтированные пространства интересные решения – как стилистические, так и эргономические», – прокомментировала Наталья Кравченко.

Председатель Общественного совета при Министерстве просвещения Виталий Сурвилло обозначил создание и модернизацию школьной инфраструктуры как одно из самых важных направлений работы Совета.

«Капремонт, строительство и оснащение новых школ. Наш Совет внимательно следит за реализацией этих важнейших проектов. Мы видим, что Минпросвещения прилагает огромные усилия, чтобы выполнить поручения Президента России и создать наилучшие возможности для обучения в школах. Сейчас к проектам по обновлению школьной инфраструктуры активно привлекаются и родители, и ученики. Со своей стороны мы также приветствуем предложения и инициативы представителей общественности и готовы формировать на их основе повестку работы Общественного совета», – отметил Виталий Сурвилло.

Виталий Сурвилло поддержал включение представителей региональных отделений Всероссийского педагогического собрания в деятельность региональных штабов общественно-родительского контроля, а также в работу Общественного совета.

Заместитель директора Департамента государственной политики в сфере воспитания, дополнительного образования и детского отдыха Минпросвещения России Наталья Кочетко-

ва рассказала о приоритетных направлениях работы Минпросвещения России в области летнего отдыха и оздоровления детей в 2022 году.

«В этом году в первую очередь будем рекомендовать регионам усилить воспитательную работу в детских лагерях – будут разработаны примерные программы воспитания. И, конечно, уделим внимание обеспечению организаций отдыха и оздоровления детей квалифицированными кадрами. Будем пристально следить за этим при участии экспертов, членов Общественного совета при Министерстве просвещения», – указала Наталья Кочеткова.

Она сообщила, что Минпросвещения России разрабатывает стратегические документы в области поддержки организаций отдыха и оздоровления детей, модернизации их инфраструктуры. Кроме того, в этом году будет запущен конкурс, направленный на создание условий для организованного отдыха детей с ОВЗ и инвалидностью, а в Российском государственном педагогическом университете им. А.И. Герцена стартуют бесплатные курсы повышения квалификации для всех желающих по работе с этой категорией детей в условиях детского лагеря.

Представители региональных отделений Всероссийского педагогического собрания поделились предложениями по совершенствованию системы организации школьного питания, развитию сельских школ, педагогических инноваций и организации летнего отдыха школьников.

В дискуссии также приняли участие члены Общественной палаты Российской Федерации, Общественного совета при Минпросвещения России, директора и учителя школ, родители, представители органов управления образованием субъектов Российской Федерации, а также члены Центрального совета и региональных отделений Всероссийского педагогического собрания.

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/v-obshchestvennoy-palate-obsudili-uchastie-shtabov-obshchestvenno-roditelskogo-kontrolya-v-proektakh/>

Краснодарский край принял участие в расширенном заседании оперативного штаба Минпросвещения России

Первое расширенное заседание оперативного штаба Министерства просвещения Российской Федерации по реализации программы «Модернизация школьных систем образования» прошло под руководством Министра просвещения России Сергея Кравцова.

В дистанционном режиме в нем также приняли участие первый заместитель министра образования, науки и молодежной политики Краснодарского края Сергей Пронько и представители регионального штаба общественного родительского контроля. Одной из задач штаба является наблюдение за ходом капитального ремонта в школах, закупок и поставок оборудования.

Программа «Модернизация школьных систем образования» - это комплексная работа, которая включает капитальный ремонт, обновление школьной инфраструктуры, подготовку и повышение квалификации учителей по всей стране, активное подключение ко всем вопросам самих учащихся, их родителей. Все эти меры направлены на создание комфортной, безопасной и современной образовательной среды, которая вдохновляет, мотивирует детей учиться и развивать таланты.

Сергей Кравцов назвал программу развития школьной инфраструктуры беспрецедентной по срокам и масштабу и выразил уверенность в том, что она должна проходить максимально качественно и оправдывать ожидания школьников и родителей.

По федеральной программе в 2022 и 2023 годах проведут капитальный ремонт 41 школы в 15 городах и районах Краснодарского края. В образовательных организациях не только создадут комфортные условия для обучения, но и поставят современное оборудование.

Заместитель Министра просвещения Андрей Николаев обозначил актуальные задачи программы модернизации школьного образования: «В документах прописаны обязательства, которые должны выполнять субъекты Федерации: антитеррористическая защищённость, повышение квалификации педагогов, привлечение учащихся и родительского сообщества, обновление фонда учебных пособий».

Руководитель Федерального штаба общественного контроля по вопросам капитального ремонта школ и развития школьной инфраструктуры, Председатель Комиссии Общественной палаты Российской Федерации по развитию дошкольного, школьного, среднего профессионального образования и просветительской деятельности Наталья Кравченко информиро-

вала, что штаб создан не только для того, чтобы контролировать, но и для того, чтобы помочь в реализации Федеральной программы по капитальному ремонту школ.

«Для того чтобы сделать это эффективно, нужно отработать стандарт взаимодействия всех участников образовательных отношений вокруг решения нашей общей задачи – осуществления контроля за созданием соответствующей современным стандартам образовательной среды. Для реализации этой задачи нами предложен проект «Школа мечты». Это цикл программ, в котором на реальных примерах ремонта объектов будет показано, какой должна и может быть современная российская школа в XXI веке, чтобы в ней хотелось учить и учиться; как в рамках ограниченного бюджета создать комфортное и функциональное пространство, отвечающее потребностям учителей и учеников и соответствующее современным стандартам. Мы создадим наглядное интерактивное пособие для российских школ – от подачи заявки до реализации проекта – и предложим готовые решения, которые можно применить в любой российской школе. К разработке проектов будут привлечены ведущие российские архитекторы и дизайнеры», – заявила Наталья Кравченко.

Напомним, региональный штаб родительского общественного контроля сформировали по поручению Минпросвещения России. В него вошли 95 человек из всех муниципалитетов Краснодарского края. В их числе руководители региональных отделений Общероссийского народного фронта, Национальной родительской ассоциации, Совета отцов, Российского движения школьников, представители родительских сообществ, органов местного самоуправления в сфере образования. Руководителем штаба стала член регионального отделения Национальной родительской ассоциации Анна Харьковская.

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/regionalnyy-shtab-obshchestvennogo-roditelskogo-kontrolya-prinyal-uchastie-v-rasshirennom-zasedanii/>

Сергей Кравцов встретился с педагогами – наставниками победителей «Большой перемены»

Министр просвещения России Сергей Кравцов в формате видеоконференции встретился с педагогами – наставниками победителей второго сезона Всероссийского конкурса «Большая перемена» – проекта Федерального агентства по делам молодёжи (Росмолодёжь), входящего в линейку президентской платформы «Россия – страна возможностей».

«Сегодня здесь собрались педагоги-наставники, которые знают смысл фразы «воспитать победителя». Вы большие молодцы, что на протяжении конкурса поддерживали своих учеников и помогли им добиться успеха. Эта работа высоко ценится не только вашими воспитанниками, их родителями, она находится в фокусе внимания государства», – обратился к учителям Сергей Кравцов.

Он также отметил, что «Большая перемена» – это один из самых масштабных проектов нашей страны, который открывает возможности для реализации способностей каждого ребёнка», и сообщил, что проект объединяет педагогов общеобразовательных учреждений, дополнительного образования и преподавателей организаций среднего профессионального образования.

«Сами школьники выбирают вас в качестве наставника. Это признание ваших человеческих заслуг и профессиональных качеств. Профессиональное сообщество вокруг «Большой перемены» объединяет более 125 тысяч педагогов со всей России», – сказал Министр просвещения России.

Образовательная программа «Большой перемены» для педагогов – наставников победителей второго сезона конкурса проходит на площадке санаторно-курортного комплекса Mriya Resort & SPA и объединяет учителей из разных регионов страны. На протяжении всего второго сезона конкурса «Большая перемена» они поддерживали своих учеников и помогли им прийти к победе.

«Развитие педагогического образования, поддержка учителей на местах, их профессиональное развитие – всё это приоритеты нашей работы. Роль наставника в воспитании подрастающего школьника, будущего гражданина нашей страны, неопределима. И так как вас выбрали сами победители «Большой перемены», вы и являетесь теми людьми, которые двигают нашу систему образования и воспитания вперёд», – заключил Сергей Кравцов.

Программа подготовлена при участии партнёров проекта «Большая перемена». В онлайн- и офлайн-форматах встречи с педагогами проводят представители «Сбера», ОАО «Российские железные дороги», Госкорпорации «Росатом», Госкорпорации «Роскосмос». Также

наставники победителей «Большой перемены» проходят тренинги по командообразованию и участвуют в экскурсионной и культурной программе.

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/sergey-kravtsov-vstretilsya-s-pedagogami-nastavnikami-pobediteley-bolshoy-peremeny/>

В Краснодаре обсудили вопросы обучения детей с ограниченными возможностями здоровья в коррекционных школах

На базе специальной (коррекционной) школы-интерната № 1 ст. Елизаветинской специалистами министерства образования, науки и молодежной политики Краснодарского края проведено совещание с руководителями государственных общеобразовательных специальных (коррекционных) учреждений на тему «Эффективный директор – успешное учреждение».

В ходе мероприятия рассмотрены особенности функционирования общеобразовательных организаций, обучающихся детей с ограниченными возможностями здоровья. Вниманию директоров были представлены эффективные управленческие модели руководства школой, современные подходы к обучению детей, основные критерии оценки успешности руководителя, а также проведен анализ деятельности ресурсных центров по сопровождению инклюзивного образования в 2021 году. Также освещались вопросы приема обучающихся в 1 класс и соблюдения требований к антитеррористической защищенности.

В совещании принял участие координатор проектов Центра управления регионом, который рассказал о внедрении платформы обратной связи для оперативного решения вопросов, поступающих от родителей обучающихся.

По итогам мероприятия были поставлены задачи по повышению эффективности деятельности учреждений, в том числе с использованием бережливых технологий.

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/v-krasnodare-obsudili-voprosy-obucheniya-detey-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya-v-korrektse/>

В России пройдет форум, посвященный будущему детско-юношеского кинотворчества

II Всероссийский форум «Точки роста детско-юношеского кинотворчества в России» состоится 31 марта в Горно-Алтайске. Крупное образовательное мероприятие станет частью IV Всероссийского фестиваля детско-юношеских фильмов «Зеркало Будущего PRO». Ожидается, предстоящий форум соберет внушительный пул экспертов, в том числе специалистов профессиональных киностудий, представителей федеральных и региональных органов исполнительной власти.

Форум предполагает и офлайн-, и онлайн-форматы. Принять участие в образовательной программе могут все желающие. Чтобы присоединиться к масштабному обсуждению и посетить семинары, необходимо заполнить заявку на сайте зеркалобудущего.рф/forum22, где также можно ознакомиться с подробным расписанием. На форум приглашаются педагоги и наставники детских киностудий, кинообъединений, профильных центров и кружков, руководители организаций, развивающих кинообразование и кинотворчество, представители местных органов власти, деятели культуры и образования, родители, чьи дети занимаются кинотворчеством.

Организаторами форума являются Федерация современного искусства, Правительство Республики Алтай, Фонд развития творчества «Жизнь и дело», Институт изучения детства, семьи и воспитания РАО. Форум «Точки роста детско-юношеского кинотворчества в России» проводится на средства гранта Президента Российской Федерации, предоставленного Фондом президентских грантов, при поддержке онлайн-кинотеатра «Ноль Плюс».

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/v-rossii-proydyet-forum-posvyashchenny-budushchemu-detsko-yunosheskogo-kinotvorchestva/>

Профессия педагога вышла на третье место по популярности среди абитуриентов

Педагогическое образование вошло в тройку лидирующих направлений, которые выбирают абитуриенты. Данные об итогах приёма представлены в исследовании Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики». В 2021 году самыми востребованными направлениями стали «Здравоохранение», «Информатика и вычислительная

техника», «Педагогическое образование», «Юриспруденция» и «Экономика». Впервые количество потенциальных педагогов превысило число тех, кто поступал на юридические направления подготовки. Только за последние два года приём по направлению «Образование и педагогические науки» вырос почти на 10 тысяч человек (в 2020 году – 66 587; в 2021 году – 75 677; в 2022 году – 75 788 человек).

«Мы видим, что слово «педагог» у нынешней молодёжи всё больше ассоциируется со словом «престиж». И нам важно, чтобы все ребята, кто выбирает этот путь, были уверены в своём завтрашнем дне, в своём месте работы, чтобы у них был комфортный вход в профессию. И все наши инициативы и программы поддержки педагогов и педагогического образования направлены на это, – отметил Министр просвещения России Сергей Кравцов. – Немаловажно, что вслед за ростом популярности растёт и качество приёма».

Особую роль популярности направления «Педагогическое образование» отметил и руководитель мониторинга Ярослав Кузьминов:

«Работодатели должны знать, что отличники теперь идут в медицину и информационные технологии; экономисты и юристы – это в основном люди, учившиеся на хорошую, устойчивую четвёрку. Эти группы по качеству абитуриентов такие же, как будущие учителя. Рост репутации направления «Педагогическое образование» за прошедшие десять лет – это одно из самых значительных изменений как в российском высшем образовании, так и на рынке труда».

В рамках проекта Минпросвещения России «Учитель будущего поколения России» осуществляется модернизация педагогических вузов с точки зрения как условий, так и программ подготовки и повышения квалификации профессорско-преподавательского состава, что позволяет значительно повысить качество подготовки педагогов, которые в ближайшем будущем придут работать в школы. На эти цели в 2021 году направлено почти 5 миллиардов рублей.

Подробнее: <https://edu.gov.ru/press/4695/professiya-pedagoga-vyshla-na-trete-mesto-po-populyarnosti-sredi-abiturientov/>

Развитие образования, науки и молодёжной политики в России обсудили на форуме в ОАЭ

В Дубае (ОАЭ) подведены итоги международного форума «Образование, наука и молодёжь в фокусе национальных и международных приоритетов». В мероприятии приняли участие ректоры ведущих российских вузов, руководители профильных министерств и ведомств, региональные кураторы и эксперты в сфере молодёжной политики, образования и науки.

Первый заместитель Министра просвещения России Александр Бугаев заявил на форуме о необходимости соблюдать баланс между традицией и современными тенденциями, а также отметил важность выстраивания диалога между молодыми людьми и образовательной системой.

«Цифровые ресурсы, в том числе социальные сети, безусловно, открывают дополнительные возможности для продвижения университетов. Важно, чтобы такая коммуникация была честной и открытой. Однако следует помнить, что для сферы образования, для педагогической системы нужно сохранять баланс между традиционными подходами в коммуникации и современными ресурсами», – сказал Александр Бугаев.

Источник: <https://edu.gov.ru/press/4697/razvitie-obrazovaniya-nauki-i-molodezhnoy-politiki-v-rossii-obsudili-na-forume-v-oe/>

Цикл видеointервью «Учитель успеха» объединил профессиональные истории ведущих российских педагогов

Министерство просвещения Российской Федерации совместно с Академией Минпросвещения подготовило цикл видеointервью «Учитель успеха».

В проекте приняли участие ведущие российские педагоги: Александр Демахин, преподаватель мировой художественной культуры и литературы из Сергиева Посада, абсолютный победитель конкурса «Учитель года – 2012»; Павел Красновид, учитель географии из Подольска, призёр конкурса «Учитель года – 2019»; Борис Неменский, педагог, создавший свою инновационную систему преподавания изобразительного искусства; Борис Остроумов, директор калининградской школы № 28, и другие. Видеointервью каждого участника проекта

– это его личная профессиональная история, рассказ о самых значимых событиях в педагогической деятельности, о новых открытиях, о достижениях учеников и планах на будущее.

Видеоматериалы размещены на сайте Академии Минпросвещения России <https://apkpro.ru/deyatelnostakademii/uchiteluspekha/>, а также на YouTube https://www.youtube.com/playlist?list=PLHoDgjqY1hMTStaAFz8o_d8Ymsq9cNTvA.

Подробнее: <https://edu.gov.ru/press/4716/cikl-videointervyu-uchitel-uspeha-obedinil-professionalnye-istorii-veduschih-rossiyskih-pedagogov/>

Минпросвещения России упростит процедуру подачи документов в детский сад

Процедура подачи документов в детский сад станет проще для родителей. Теперь в региональных информационных системах при обработке персональных данных будет осуществляться обработка не реквизитов свидетельства о рождении ребёнка, а сведений о государственной регистрации рождения ребёнка. Проект соответствующего закона размещён на официальном портале проектов нормативных правовых актов.

«Каждый родитель должен иметь возможность без лишних сложностей и максимально комфортно записать ребёнка в детский сад в то время, когда ему удобно. Новый документ даёт такую возможность: он снимет с родителей необходимость сбора дополнительных документов в бумажном виде», – прокомментировал Министр просвещения Сергей Кравцов.

В настоящее время в региональных информационных системах доступности дошкольного образования осуществляется обработка персональных данных, в том числе реквизитов свидетельства о рождении ребёнка, а оно выдаётся в бумажном виде исключительно по желанию заявителя. Это создавало определённые сложности для родителей.

Законопроект предусматривает, что с 1 сентября 2022 года в региональных информационных системах в части персональных данных будут обрабатываться не реквизиты свидетельства о рождении ребёнка, а сведения о государственной регистрации его рождения.

Источник: <https://edu.gov.ru/press/4717/minprosvescheniya-rossii-uprostilo-proceduru-podachi-dokumentov-v-detskiy-sad/>

Сергей Кравцов: «Мы должны способствовать тому, чтобы педагогические работники поддерживали здоровый образ жизни»

К 2024 году в каждой школе будет создан спортивный клуб. Сейчас эта работа идёт уже в 21 тысяче школ. Об этом сообщил Министр просвещения России Сергей Кравцов на Всероссийской научно-практической конференции «Технологии формирования культуры профессионального здоровья педагогических работников».

«Наша с вами совместная работа должна способствовать тому, чтобы в педагогических коллективах создавались такие условия, при которых у работников образования появились бы возможность и стимул укреплять своё здоровье, поддерживать здоровый образ жизни, поскольку именно педагоги становятся для школьников и студентов примером для подражания. Дальнейшая работа по популяризации здорового образа жизни возможна только при включённости всех участников образовательного процесса в это важное и необходимое дело», – сказал Министр просвещения Сергей Кравцов.

Он напомнил, что Министерство просвещения, со своей стороны, ведёт большую работу по оснащению спортивных залов в сельских школах. В рамках программы по капремонту будет уделяться большое внимание развитию инфраструктуры, связанной со спортом. В каждой школе к 2024 году появится спортивный клуб, и эта работа уже ведётся в 21 тысяче школ.

На конференции был подписан Меморандум о многостороннем сотрудничестве между Общероссийским Профсоюзом образования, Минпросвещения России, Минобрнауки, Минздравом и Минспортом.

Подробнее: <https://edu.gov.ru/press/4723/sergey-kravcov-my-dolzheny-sposobstvovat-tomu-chtoby-pedagogicheskie-rabotniki-podderzhivali-zdorovyy-obraz-zhizni/>

Минпросвещения России разработаны проекты новых перечней профессий и специальностей среднего профессионального образования

Ключевые вопросы школьного образования и сферы СПО обсудили на заседании Комиссии Государственного совета Российской Федерации по направлению «Образование». В нём принял участие Министр просвещения России Сергей Кравцов. Сергей Кравцов отметил, что необходимо продолжить внедрение воспитательных практик в школе. В прошлом году в де-

сяти пилотных регионах появились 2465 советников директоров школ по воспитательной работе. В этом году реализация проекта продолжится.

«Огромное внимание уделяется поддержке учителей. В 2022 году нам необходимо реализовать большое количество мероприятий по подготовке к проведению в 2023 году Года педагога и наставника на самом высоком уровне», – указал Министр просвещения.

Он особо подчеркнул ещё одно перспективное направление – «Профессионалитет». Обучение по этой программе начнётся с 1 сентября 2022 года, а к 2024 году охватит более 350 тысяч студентов.

«Важно не только обучить, но и сделать всё, чтобы выпускники как можно комфортнее входили в профессию, имели чёткое представление о своей профессиональной карьере и как итог – конкретные предложения от организаций и предприятий сразу после завершения обучения. В 2022 году мы более детально обсудим роль предприятий реального сектора экономики в создании инфраструктуры СПО», – сказал Сергей Кравцов.

Директор Департамента государственной политики в сфере среднего профессионального образования и профессионального обучения Минпросвещения России Виктор Неумывакин сообщил, что за прошедший год разработано более 130 новых и актуализированных образовательных стандартов, из которых 17 утверждены, 113 будут приняты в 2022 году.

Виктор Неумывакин подчеркнул, что среди них есть совершенно новые образовательные стандарты, например по таким профессиям и специальностям, как «Интеллектуальные интегрированные системы», «Биотехнология пищевой промышленности», «Безопасность на акватории», «Организация воздушных перевозок и авиационных работ», «Кино- и телепроизводство (по видам)».

«Чтобы максимально соответствовать потребностям экономики, система среднего профессионального образования должна быть гибкой и ориентироваться на запросы предприятий. Поэтому закономерно, что центральным вопросом для Минпросвещения России стало развитие системы СПО, и в первую очередь обновление структуры и содержания образования», – добавил он.

Минпросвещения России разработаны проекты новых перечней профессий и специальностей среднего профессионального образования, из которых исключены как некоторые навыки, так и отдельные профессии, но в нем появились новые профессии, которые, помимо навыков из «уходящих» профессий, содержат новые, тем самым трансформируя и расширяя квалификацию современного специалиста. Так, в новых перечнях ранее действовавшие стандарты по специальностям «Технология хранения и переработки зерна», «Технология хлеба, кондитерских и макаронных изделий», «Технология сахаристых продуктов» и другие объединились в одну укрупнённую специальность – «Технология продуктов питания из растительного сырья».

Такой подход даёт больше карьерных возможностей выпускнику и соответствует принципам профессионального образования с широким спектром знаний, комплексным пониманием процессов и владением всей технологической цепочкой.

Кроме того, в связи с изменениями в законодательстве, внесенными в мае 2021 года, Министерством просвещения Российской Федерации разработан новый порядок формирования перечней профессий и специальностей среднего профессионального образования, который вступает в силу в 2024 году.

Источник: <https://edu.gov.ru/press/4727/minprosvescheniya-rossii-razrabotany-proekty-novyh-perechney-professiy-i-specialnostey-srednego-professionalnogo-obrazovaniya/>

Министр просвещения России Сергей Кравцов заявил о персональной ответственности за срыв сроков реализации программы капитального ремонта школ

Министр просвещения России Сергей Кравцов провёл расширенное заседание оперативного штаба Министерства просвещения Российской Федерации с участием представителей партии «Единая Россия» по реализации программы «Модернизация школьных систем образования», где он напомнил о персональной ответственности региональных министров за срыв сроков реализации.

Ранее Министр сообщал о недопустимости срыва сроков капитального ремонта школ.

«Мы понимаем те сложности, которые есть у регионов. Хочу обратить внимание, что на сегодняшний день мы проанализировали ситуацию с объявлением конкурса, я проводил совещание с вице-губернаторами, вчера отозвал кандидатуру министра Орловской области, по-

тому что график был сорван. До 1 марта нам регионы должны представить информацию, но мы видим, что по некоторым регионам идёт отставание. Это недопустимо», – подчеркнул Сергей Кравцов.

Минпросвещения России приступило к масштабной программе «Модернизация школьных систем образования». Это комплексная работа, которая включает капитальный ремонт, обновление школьной инфраструктуры, подготовку и повышение квалификации учителей по всей стране, активное подключение ко всем вопросам самих учащихся, их родителей. Все эти меры направлены на создание комфортной, безопасной и современной образовательной среды, которая вдохновляет, мотивирует детей учиться и развивать таланты.

«Самое главное, чтобы программа капитального ремонта оправдывала все ожидания школьников и их родителей. Напомню, что в рамках взаимодействия с родителями ряду регионов было рекомендовано включить в свой состав представителя Всероссийской организации родителей детей-инвалидов и инвалидов старше 18 лет с ментальными и иными нарушениями. Спасибо коллегам, кто сделал это, ведь доступность образовательной среды является нашим приоритетом», – сказал Министр просвещения России Сергей Кравцов.

Согласно программе в 2022 году должно быть отремонтировано не менее 1300 объектов в 79 регионах, до конца 2023 года – в сумме 3000 объектов, а до конца 2026 года – 7300 объектов.

Наблюдение за ходом выполнения ремонтных работ, закупок и поставок оснащения будут вести штабы родительского общественного контроля, которые уже работают в каждом регионе. В них входят представители партии «Единая Россия», Национальной ассоциации родителей, Российского движения школьников, конкурса «Большая перемена».

Источник: <https://edu.gov.ru/press/4729/ministr-prosvescheniya-rossii-sergey-kravcov-zayavil-o-personalnoy-otvetstvennosti-za-sryv-srokov-realizacii-programmy-kapitalnogo-remonta-shkol/>

Определены 804 полуфиналиста профессионального конкурса «Флагманы образования. Студенты»

804 конкурсанта успешно прошли этап дистанционного тестирования Всероссийского профессионального конкурса «Флагманы образования. Студенты» – проекта президентской платформы «Россия – страна возможностей». Теперь им предстоит принять участие в окружных полуфиналах, которые пройдут в марте и апреле в восьми городах России. Конкурс реализуется при поддержке Минпросвещения России, Минобрнауки России и Федерального агентства по делам молодёжи.

Всероссийский профессиональный конкурс «Флагманы образования. Студенты» направлен на поиск, развитие и поддержку перспективных студентов вузов и колледжей. Участие в проекте позволит молодым людям сформировать компетенции, соответствующие профилю учителя, в том числе через обучение и получение обратной связи от экспертов и профессионального сообщества.

«Именно талантливые ребята, которые сейчас только учатся на педагогов, будут определять будущее всей российской системы образования и страны в целом. Поэтому мы делаем всё возможное, чтобы повысить качество подготовки педагогических кадров, создать современные условия для приобретения молодыми людьми актуальных и востребованных знаний и компетенций, реализации ими инновационных проектов. Уверен, что этот уникальный конкурсный опыт позволит студентам проявить себя с лучшей стороны, открыть для себя новые горизонты, почерпнуть много нового и полезного у других участников и более опытных коллег. Поздравляю всех участников с успешным прохождением этого важного этапа и желаю каждому взять максимум от конкурса в плане новых навыков, личного и профессионального развития», – прокомментировал первый заместитель Министра просвещения Российской Федерации Александр Бугаев.

Приём заявок на участие в конкурсе стартовал 17 ноября 2021 года и продлился до 23 января 2022 года. За это время на сайте проекта зарегистрировалось почти 27 000 студентов вузов и колледжей из 84 регионов России. По итогам дистанционного тестирования (функциональная грамотность, общекультурный и предметный тесты) определены 804 полуфиналиста – по 100 студентов от каждого федерального округа. Окружные полуфиналы состоятся во всех федеральных округах страны. 150 сильнейших конкурсантов со всей России встретятся в финале.

«Студенческие годы – один из самых ярких и запоминающихся периодов в жизни каждого. Воспоминания о них мы с особой теплотой храним в своём сердце, ведь это время мечтать, открывать и создавать новое, развиваться. В это время особенную ценность имеет каждый совет наставника, помощь старших коллег. Именно благодаря им формируется настоящий молодой профессионал, способный достичь высот в своём деле. Сегодня мы приветствуем ребят, которые не побоялись заявить о себе на всю страну и успешно преодолели этап дистанционного тестирования. Отмечу, что в числе полуфиналистов конкурса также представители колледжей. Хочется пожелать, чтобы для каждого из участников конкурс стал новой точкой роста», – подчеркнул генеральный директор АНО «Россия – страна возможностей» Алексей Комиссаров.

Лидером по количеству участников – студентов вузов, которые успешно прошли дистанционный этап и вышли в полуфинал, стал Чеченский государственный педагогический университет, а по количеству студентов колледжей – Педагогический колледж № 8 Санкт-Петербурга.

Призёры конкурса получают возможность участвовать в образовательных программах и стажировках во Всероссийских детских центрах «Смена» и «Океан», а также им будут вручены подарки от партнёров соревнований.

Победителей ждёт постпроектное сопровождение. По итогам конкурса будет сформировано сообщество из числа победителей, финалистов и полуфиналистов. Члены сообщества будут иметь возможность поработать с наставниками из числа победителей и экспертов конкурса «Флагманы образования. Школа». Лауреаты проекта также смогут бесплатно отправиться в туристические поездки по России в рамках проекта «Больше, чем путешествие».

Источник: <https://edu.gov.ru/press/4730/opredeleny-800-polufinalistov-professionalnogo-konkursa-flagmany-obrazovaniya-studenty/>

Сергей Кравцов: «Программа модернизации школьных систем образования должна оправдать ожидания школьников и их родителей»

Министр просвещения России Сергей Кравцов провёл первое расширенное заседание оперативного штаба Министерства просвещения Российской Федерации по реализации программы «Модернизация школьных систем образования». В нём приняли участие представители партии «Единая Россия», члены Общественного совета при Минпросвещения России, депутаты Государственной Думы, а также представители общественно-политического движения «Объединение родителей» и блогеры, пишущие об образовании.

Сергей Кравцов назвал программу развития школьной инфраструктуры беспрецедентной по срокам и масштабу и выразил уверенность в том, что она должна проходить максимально качественно и оправдывать ожидания школьников и родителей.

«Отдельно хочу поблагодарить партию «Единая Россия», которая выступает площадкой для диалога с родительской общественностью и со всеми заинтересованными сторонами. Эта программа – прямое поручение Президента нашей страны, и до 2026 года не менее 7300 зданий общеобразовательных организаций преобразуются в современные модернизированные школьные инфраструктуры», – подчеркнул глава Минпросвещения России.

Сергей Кравцов напомнил, что в состав региональных общественных организаций важно включать представителей Всероссийской организации родителей детей-инвалидов и инвалидов старше 18 лет с ментальными и иными нарушениями.

«Доступность образовательной среды – наш приоритет», – отметил Сергей Кравцов.

Заместитель Министра просвещения Андрей Николаев обозначил актуальные задачи программы модернизации школьного образования, которые должны учитывать в регионах.

«В документах прописаны обязательства, которые должны выполнять субъекты Федерации: антитеррористическая защищённость, повышение квалификации педагогов, привлечение учащихся и родительского сообщества, обновление фонда учебных пособий», – информировал Андрей Николаев.

Врио директора Департамента международного сотрудничества и связей с общественностью Минпросвещения России Надежда Статура подчеркнула, что «проект по модернизации школьной системы должен стать прорывным в области развития образования».

Руководитель Федерального штаба общественного контроля по вопросам капитального ремонта школ и развития школьной инфраструктуры, Председатель Комиссии Общественной палаты Российской Федерации по развитию дошкольного, школьного, среднего профес-

сионального образования и просветительской деятельности Наталья Кравченко информировала, что штаб создан не только для того, чтобы контролировать, но и для того, чтобы помочь в реализации Федеральной программы по капитальному ремонту школ.

«Для того чтобы сделать это эффективно, нужно отработать стандарт взаимодействия всех участников образовательных отношений вокруг решения нашей общей задачи – осуществления контроля за созданием соответствующей современным стандартам образовательной среды. Для реализации этой задачи нами предложен проект «Школа мечты». Это цикл программ, в котором на реальных примерах ремонта объектов будет показано, какой должна и может быть современная российская школа в XXI веке, чтобы в ней хотелось учить и учиться; как в рамках ограниченного бюджета создать комфортное и функциональное пространство, отвечающее потребностям учителей и учеников и соответствующее современным стандартам. Мы создадим наглядное интерактивное пособие для российских школ – от подачи заявки до реализации проекта – и предложим готовые решения, которые можно применить в любой российской школе. К разработке проектов будут привлечены ведущие российские архитекторы и дизайнеры», – заявила Наталья Кравченко.

Депутат Государственной Думы, координатор проекта «Новая школа» партии «Единая Россия» Алёна Аршинова подчеркнула, что партия «Единая Россия» активно включилась в ход реализации программы по модернизации образовательного пространства и теперь устанавливает контроль за графиком выполнения работ.

«Наша задача – сделать все возможное, чтобы идея, которая была поддержана Президентом, была выполнена на отлично. Для этого за каждым объектом мы закрепим депутатов, которые будут отслеживать процесс и график приёма объектов. Работа должна быть чёткой и синхронизированной», – резюмировала Алёна Аршинова.

Подробнее: <https://edu.gov.ru/press/4731/sergey-kravcov-programma-modernizacii-shkolnyh-sistem-obrazovaniya-dolzha-opravdat-ozhidaniya-shkolnikov-i-ih-roditeley/>

Более 230 программ по профпереподготовке для людей старше 50 лет разработаны в рамках нацпроекта «Образование»

Центры опережающей профессиональной подготовки (ЦОПП) в регионах разработали более 230 программ для людей старше 50 лет. ЦОПП созданы по инициативе Минпросвещения России в рамках федерального проекта «Молодые профессионалы» нацпроекта «Образование». По итогам прошлого года такие центры функционируют в 44 регионах, обучение там прошли уже более 4 тысяч человек. До конца 2024 года ЦОПП будут работать в каждом регионе страны.

В сфере деятельности ЦОПП не только обучение, но курсы повышения квалификации, профессиональная переподготовка, тестирование, организационная поддержка учебного процесса, помощь в составлении резюме, содействие в трудоустройстве, а также обучение основам цифровой грамотности.

Так, в Томской области в ЦОПП за 2020–2021 годы обучение цифровой грамотности прошли почти 13 тысяч человек. Повысили свой профессиональный уровень и жители других регионов: в Кемеровской области – порядка двух с половиной тысяч человек, в Саратовской – 1770.

Центры также предоставляют вакансии от партнёров-работодателей, налаживают работу с центрами занятости населения, обучают специалистов по запросу компании под конкретное вакантное место, организуют встречи и круглые столы с представителями бизнеса, ежемесячно устраивают «Кадровые дни».

В числе наиболее востребованных у соискателей старше 50 лет выделяется порядка 75 специальностей: младшая медицинская сестра, сварщик, экскурсовод, парикмахер, повар, дизайнер, бухгалтер, преподаватель младших классов, портной и закройщик, цифровой куратор и другие.

Центры опережающей профессиональной подготовки в регионах продолжают расширять перечень предлагаемых образовательных программ.

Найти ЦОПП в своем регионе можно на сайте www.copp.rf, для получения услуги нужно заполнить форму обратной связи. Кроме того, можно оставить заявку по телефону горячей линии +8 (977) 978-29-42 направить её на электронную почту corp@fipro.ru.

Источник: <https://edu.gov.ru/press/4735/bolee-230-programm-po-profperepodgotovke-dlya-lyudey-starshe-50-let-razrabotany-v-ramkah-nacproekta-obrazovanie/>

Минпросвещения России открыло горячие линии психологической помощи для детей и взрослых

Министерство просвещения на базе ресурсного центра Московского государственного психолого-педагогического университета (МГППУ) организовало работу горячих линий по оказанию психологической помощи для детей и взрослых.

Горячие линии психологической помощи

Всероссийская горячая линия психологической помощи для родителей: 8 (800) 600-31-14

Детский телефон доверия: 8 (495) 624-60-01

Источник: <https://edu.gov.ru/press/4737/minprosvescheniya-rossii-otkrylo-goryachie-linii-psihologicheskoy-pomoschi-dlya-detey-i-vzroslyh/>

Минпросвещения России проводит общественное обсуждение проекта Ведомственного плана по реализации Концепции открытости

Минпросвещения России до 15 марта 2022 года проводит общественное обсуждение проекта Ведомственного плана Министерства просвещения Российской Федерации по реализации Концепции открытости федеральных органов исполнительной власти на 2022 год.

Документ разработан во исполнение Концепции открытости федеральных органов исполнительной власти, утверждённой распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 января 2014 г. № 93-р, а также в целях обеспечения реализации принципов открытости и выполнения задач по повышению уровня открытости Минпросвещения России.

Предложения и замечания можно направлять на адрес press@edu.gov.ru, указав в теме письма «Ведомственный план», или по телефону + 7 (495) 587-01-10, доб. 3637.

Источник: <https://edu.gov.ru/press/4740/minprosvescheniya-rossii-zapustilo-obschestvennoe-obsuzhdenie-proekta-vedomstvennogo-plana-po-realizacii-koncepcii-otkrytosti/>

В Краснодаре 2 марта запустят бесплатные курсы русского жестового языка

Обучение продлится три месяца. Проект реализуют с использованием средств гранта администрации Краснодарского края.

Курсы русского жестового языка – это первый этап масштабного проекта «Молодежное инклюзивное пространство Кубани. Патриотическое воспитание». Жители Кубани в возрасте от 14 до 35 лет могут пройти обучение, заполнив анкету по ссылке до 1 марта.

Первые 50 человек станут учениками курсов. Участников ждет лекционная и практическая программа, общение с глухими, раздаточный материал, рабочая тетрадь. Вести курсы будет носитель языка, дипломированный педагог.

Каждый выпускник получит сертификат о прохождении обучения и возможность отработать полученные навыки на трехдневном масштабном молодежном инклюзивном духовно-нравственном патриотическом форуме «Объединение» в сентябре 2022 года в Краснодаре.

Старт курсов – 2 марта в 17:00 по адресу: г. Краснодар, ул. Кубанская Набережная, 4 подъезд, 6 этаж. Обучение будет проходить до 27 мая по средам и пятницам с 17:00 до 19:00.

Подробнее о проекте на официальной странице во «ВКонтакте» https://vk.com/mol.region_93

Подробнее: <https://admkrain.krasnodar.ru/content/1131/show/623270/>

В 2022 году в Краснодарском крае будут одновременно строить порядка 150 социальных объектов

Об этом губернатор Кубани Вениамин Кондратьев сообщил на 67 сессии Законодательного Собрания региона.

– Социальная сфера остается для нас приоритетом. Мы должны инвестировать в жизнь – молодежь и детей, образование, медицину, спорт. В этом году на строительство и реконструкцию социальных объектов дополнительно направим 11,5 млрд рублей, а всего 72,8 млрд рублей. Будем одновременно строить порядка 150 соцобъектов, в том числе 49 школ, – сказал Вениамин Кондратьев.

Также в регионе в 2022 году планируют возводить 20 детских садов, свыше 30 малобюджетных спорткомплексов, центров единоборств, бассейнов. Завершат строительство нового лечебно-диагностического корпуса детской краевой больницы.

Пресс-служба администрации Краснодарского края

Подробнее: <https://admkrain.krasnodar.ru/content/1131/show/622930/>

На Кубани увеличили финансирование на ремонт учреждений образования и здравоохранения

Изменения в региональный бюджет приняли депутаты на 67-й сессии ЗСК, в которой принял участие губернатор Вениамин Кондратьев.

– На ремонт школ и детских садов, спортзалов, переоснащение пищеблоков направим дополнительно 1,5 млрд рублей. Всего в 2022 году – 2,2 млрд рублей. Расходы на капитальный ремонт больниц и поликлиник увеличиваем более чем на 500 млн рублей. В целом в 2022 году на эти цели выделим 1,2 млрд рублей, – сказал Вениамин Кондратьев.

Как уточнили в министерстве здравоохранения Краснодарского края, с учетом дополнительного финансирования в 2022 году в крае отремонтируют 41 медучреждение. Кроме того, впервые за многие годы на Кубани начнется строительство поликлиник.

Губернатор также отметил, что расходы на закупку лекарств, медицинского оборудования увеличатся на 2,4 млрд рублей – до 8,3 млрд в этом году.

– Мы достойно справляемся с вызовами пандемии. Не сократили ни одну программу, чтобы перераспределить средства на медицину или закупку лекарств. Это важно, – подчеркнул глава региона.

Пресс-служба администрации Краснодарского края

Подробнее: <https://admkrain.krasnodar.ru/content/1131/show/622936/>

В Сочи обсудили развитие объектов детского отдыха и оздоровления

В 2022 году детские здравницы Кубани планируют принять около 250 тысяч ребят со всей страны. Для этого будет работать 100 стационарных лагерей.

В совещании о развитии детского отдыха приняли участие директора профильных учреждений и эксперты отрасли. В рамках круглого стола обсудили вопросы взаимодействия органов власти и организаций, принимающих на отдых детские группы.

– Продвижение детского оздоровительного отдыха в Краснодарском крае занимает одно из ключевых мест в нашей маркетинговой стратегии, – рассказала врио министра курортов, туризма и олимпийского наследия Мария Золотухина.

Глава регионального министерства добавила, что, работая в условиях рыночных отношений, детские лагеря должны адаптироваться и перестраивать маркетинговые стратегии, форматы общения с молодежью и содержание программ. Для этого задействованы все каналы продвижения: интернет-сайты, социальные сети, СМИ, участие в презентациях и выставочных мероприятиях.

Также в крае в рамках рекламной кампании программы «Каникулы с кешбэком» обеспечили 12,5 млн показов рекламных материалов, 28,5 тыс. переходов на специально разработанный лендинг.

В рамках совещания обсудили цифровизацию бизнес-процессов и основных систем функционирования детских лагерей, позиционирование в информационном пространстве, работу в соцсетях и онлайн-продажи.

В 2021 году стационарные детские лагеря Краснодарского края приняли 235 тыс. детей со всей России.

Пресс-служба администрации Краснодарского края

Подробнее: <https://admkrain.krasnodar.ru/content/1131/show/622722/>

Профсоюзы Кубани подвели итоги колдоговорной кампании 2021 года

Социальное партнерство в действии и результаты работы профсоюзных организаций по заключению коллективных договоров и соглашений в 2021 году обсудили сегодня на заседании Президиума Краснодарского краевого профобъединения

Представители профсоюзов подчеркнули, что коллективно-договорная кампания проходила в непростых условиях, которые связаны не только с продолжающейся пандемией коронавируса, но и с социально-экономической ситуацией в стране.

В 2021 году в крае действовало 203 соглашения, включая 2 – региональных, 44 – территориальных, 157 – отраслевых, в числе которых 22 – краевых отраслевых соглашения, а также 17302 коллективных договора, заключенных в хозяйствующих субъектах.

Именно коллективным договорам профсоюзы отводят ключевую роль в защите интересов наёмных работников. Во многих организациях работодатели с учетом предложений пер-

вичных профсоюзных организаций в рамках выполнения обязательств коллективных договоров устанавливали работникам за счет собственных средств дополнительные компенсационные и стимулирующие выплаты, сверх предусмотренных законодательством: за стаж работы, квалификацию, звания; выплаты материальной помощи; оплата обучения работников; частичная или полная оплата содержания детей в детских дошкольных учреждениях; выделение средств на питание, автотранспорт, на дополнительное медицинское и пенсионное страхование, организацию отдыха и оздоровление работников и членов их семей, а также целый ряд других льгот и гарантий. Отдельные положения коллективных договоров предусматривали дополнительные льготы и гарантии для молодежи, работников с семейными обязанностями, пенсионеров и граждан предпенсионного возраста.

«Цель коллективного договора — улучшить положение работников по сравнению с правами и гарантиями, установленными государством. Его заключение позволяет учесть особенности деятельности конкретной организации, использовать финансовые ресурсы и возможности, чтобы достичь баланса интересов сторон социально-трудовых отношений и развития производства, а также сохранить кадровый потенциал, предупредить трудовые конфликты. Чем выше уровень социальной поддержки работников, закрепленный в обязательствах колдоговора, тем стабильнее коллектив, выше ответственность каждого за конечные результаты работы, что особенно важно и актуально в условиях восстановления экономики», — отметила лидер кубанских профсоюзов, депутат Государственной Думы РФ Светлана Бесараб.

Краснодарское краевое профобъединение, краевые отраслевые организации профсоюзов продолжают работу по дальнейшему развитию социального партнерства, сохранению качества и количества колдоговоров и заключению их там, где они не были заключены либо, где истекает срок их действия.

Подробнее: <http://kkoop.ru/profsoyuzy-kubani-podveli-itogi-koldogovornoj-kampanii-2021-goda/>

Профсоюзы считают недостаточными меры поддержки занятости молодежи

На совместном заседании Комитета Госдумы по молодежной политике и комитета по контролю было представлено исследование экспертов университета МГЮА по теме правоприменения закона «О занятости населения РФ»

Мероприятие прошло на площадке молодежного форума «#ТрудКрут», приуроченного ко Дню российских студенческих отрядов, сообщается на сайте Федерации независимых профсоюзов России (ФНПР).

Газета «Солидарность» пишет, что исследование выявило проблемы, характерные для российского рынка труда: незащищенность граждан от 18 до 25 лет в вопросах трудоустройства; высокая внутренняя и внешняя миграция молодежи, отсутствие стимулов для трудоустройства в регионах; низкая оплата труда молодежи; низкие темпы развития молодежного предпринимательства; отсутствие мер по стимулированию работодателей, трудоустраивающих молодых специалистов; недостаточная информированность молодежи о существующих программах поддержки.

Председатель Комитета Государственной думы по молодежной политике Артем Метелев сказал о том, что сегодня молодым людям нужно себя чувствовать востребованными и реализованными, и если они этого чувства не имеют – они просто уезжают либо в другой регион, либо в другую страну. По его словам, именно труд, карьера и хороший уровень заработка формируют это чувство востребованности.

От ФНПР в дискуссии приняла участие руководитель департамента Аппарата ФНПР по связям с общественностью, молодежной политике и развитию профсоюзного движения Александра Шубина. Комментируя предложения по созданию региональных программ поддержки молодежи (а практически все меры поддержки было предложено переложить на региональные бюджеты), профсоюзный эксперт отметила, что молодые люди уезжают из регионов, в том числе, из-за отсутствия социальной инфраструктуры – школ, садов, поликлиник. Шубина также напомнила, что профсоюзы давно говорят о выплатах надбавок для молодежи с первого дня работы на северных территориях. Сам факт существования таких надбавок сегодня закреплен в Трудовом кодексе, а вот размер и порядок их выплат устанавливается правительством. Представитель профсоюзов подчеркнула, что на сегодня достаточно правовых оснований вернуться к этому вопросу, отменить действующие решения Совета Ми-

нистов начала 90-х, принять новое постановление. Александра Шубина отметила, что профсоюзы поддерживают и с нетерпением ждут обсуждения проектов федеральных законов по наставничеству и первому рабочему месту, анонсированных Комитетом Госдумы по молодежной политике. Шубина заявила, что профсоюзы не считают исчерпывающими меры Программы поддержки занятости молодёжи, разработанной ранее Минтрудом, потому что они «крутятся» вокруг существующих рабочих мест, а механизмов создания новых рабочих мест программа не предусматривает и ФНПР видит в этом достаточно большую проблему.

Критике со стороны профсоюзов подверглись и соответствующие программы Росмолодежи. По мнению профсоюзного эксперта, не ясен механизм привлечения работодателей в программы стажировок.

По словам Александры Шубиной, никто, кроме кампаний типа «РЖД» и «Газпрома», о них не знает, но работать в «РЖД» и «Газпром» возьмут далеко не всех. В части программ для работающей молодежи эксперт указала на явный перекося в сторону поддержки предпринимательства и самозанятости – направлений, в которых, как согласились участники мероприятия ранее, работники слабо защищены. Материалы заседания переданы профильной рабочей группе Комитета по молодежной политике и будут учитываться при формировании законодательных инициатив.

Подробнее: <http://kkoop.ru/profsoyuzy-schitayut-nedostatochnymi-mery-podderzhki-zanyatosti-molodezhi/>

Количество бюджетных мест в вузах по ИТ-специальностям в новом учебном году увеличат

Заместитель Председателя Правительства Дмитрий Чернышенко рассказал о планах по подготовке ИТ-кадров и увеличении бюджетных мест в вузах по ИТ-специальностям до 160 тысяч

Вице-премьер отметил, что программы ориентированы на школьников, студентов и взрослых, желающих получить дополнительную квалификацию в ИТ-сфере.

Дмитрий Чернышенко сказал о том, что Президент Владимир Путин неоднократно отмечал, что подготовка профессиональных кадров является ключевым фактором развития ИТ-сферы. По его поручению в рамках нацпроекта «Цифровая экономика» в новом учебном году планируется увеличить количество бюджетных мест в вузах по ИТ-специальностям более чем в два раза – с 80 тыс. до 160,4 тыс.

Заместитель Председателя Правительства рассказал, что идёт активная работа по созданию обучающих модулей, нацеленных на повышение цифровых компетенций россиян, для детей и взрослых. В этом году запущен новый федеральный проект «Развитие кадрового потенциала ИТ-отрасли» на основе стратегической инициативы, утверждённой Председателем Правительства».

В рамках нового федерального проекта «Развитие кадрового потенциала ИТ-отрасли» в этом году более 80 тысяч студентов вузов получат возможность обучаться на «цифровых кафедрах». Программы помогут студентам сформировать востребованные цифровые компетенции. Всего до 2024 года на «цифровые кафедры» планируется принять 385 тысяч студентов. А около 100 тысяч учеников 8–11-х классов начнут изучать языки программирования на бесплатных двухлетних курсах. Обучение станет дополнением к программам общего образования и позволит ребятам получить первые навыки и определиться с выбором будущей профессии. В прошлом году программа стартовала в 10 пилотных регионах. Обучение начали более 31,5 тысячи школьников.

В 2022 году в рамках проекта «Цифровые профессии» 57,5 тысячи человек получают дополнительное образование в ИТ-сфере при поддержке государства. Им будет компенсирована половина стоимости обучения. Выпускники курсов смогут применять полученные знания в своей работе или полностью изменить сферу деятельности и раскрыть свой творческий потенциал.

Цифровые компетенции будут повышать и преподаватели. В течение года на базе университета «Иннополис» обучение пройдут порядка 18 тысяч преподавателей высшего и среднего профессионального образования. А сами образовательные программы вузов будут актуализированы в соответствии с потребностями рынка. Более 40 профессиональных стандартов будут пересмотрены при участии экспертного сообщества и организаций, участвующих в реализации проектов в сфере цифровой экономики.

Дмитрий Чернышенко добавил, что в России сохраняется высокая потребность в ИТ-специалистах. Только в январе этого года один из самых популярных порталов по поиску работы и подбору персонала опубликовал 86 тыс. вакансий в данной отрасли. Они являются одними из самых высокооплачиваемых на рынке.

Подробности: <http://kkoop.ru/kolichestvo-byudzhetnyh-mest-v-vuzah-po-it-speczialnostyam-v-novom-uchebnom-godu-uvelichat/>

Газета «Солидарность» рассказала как получить повышенную стипендию

Размер минимальной стипендии в России составляет 1633 рубля, а в среднем студенты получают около 3 тыс. рублей

С 1 сентября 2022 года базовый размер стипендии студентов в системе высшего образования составит 1755 рублей, сообщили «Газете.Ru» в Минобрнауки.

В колледжах и техникумах минимальная стипендия составит в новом учебном году 638 рублей. Выплаты студентам проиндексируют на изначальное прогнозное значение инфляции в 4%.

С 1 сентября поднимут также и социальные стипендии для незащищенных категорий студентов – до 2634 рублей в вузах и 958 рублей в заведениях среднего специального образования.

Стипендиальный фонд в вузах в 2022 году увеличен по отношению к прошлому году на 3,3 млрд руб. и составляет 53,2 млрд руб., уточнили в министерстве.

Ряд вузов уже сейчас выплачивает студентам, обучающимся на бюджетных отделениях, стипендию, превышающую базовый размер.

Но не все студенты знают, что можно получить повышенную государственную академическую стипендию. Газета «Солидарность» опубликовала карточки, в которых объясняется, как ее получить и что для этого нужно <https://www.solidarnost.org/special/spetshran/kak-poluchit-povyshennuyu-stipendiyu.html>.

Подробнее: <http://kkoop.ru/gazeta-solidarnost-rasskazala-kak-poluchit-povyshennuyu-stipendiyu/>

Школы смогут редактировать портфолио ученика в «МЭШ»

Ранее такие возможности были доступны только детям и их родителям.

Для полного и информативного отражения всех достижений школьников раздел «Портфолио» в Московской электронной школе смогут пополнять и общеобразовательные учреждения, сообщает mos.ru.

Администрации школ смогут добавлять информацию об успехах учащегося не только в рамках образовательного процесса, но и в творчестве, спорте, науке и общественной деятельности. Кроме того, полезно будет добавить в портфолио результаты участия в олимпиадах, научно-исследовательских конференциях, военно-патриотических мероприятиях.

Разработчики ресурса подготовили специальную рекомендательную инструкцию для учителей по наполнению портфолио. Так, электронная копилка заполняется материалами в хронологическом порядке по соответствующим категориям: «Гражданская активность», «Культура», «Творчество», «Спорт», «Наука», «Учеба».

Интересным дополнением портфолио стала виртуальная витрина наград, где можно увидеть основные достижения ребенка. Речь идет о призовых местах на олимпиадах, спортивных медалях, почетных дипломах и других показателях успеха.

Используя возможности портфолио «МЭШ», школьники могут с легкостью в нужный момент продемонстрировать копилку своих навыков. Как в рамках школы, так и на городском или федеральном мероприятии. Сервис также доступен и в мобильном приложении «Дневник «МЭШ».

Инструментарий портфолио позволяет сохранить всю информацию о достижениях в формате PDF с целью дальнейшей печати или отправки через мессенджеры, соцсети, электронную почту. Для этого нужно просто скопировать ссылку на документ или QR-код. Срок действия ссылки регулируется в личном кабинете.

Подробнее: <https://ug.ru/shkoly-smogut-redaktirovat-portfolio-uchenika-v-mesh/>

Россия и Казахстан заключили соглашение о создании филиалов вузов

Министр науки и высшего образования РФ Валерий Фальков и Министр образования и науки Республики Казахстан Асхат Аймагамбетов договорились о создании представительств университетов двух стран. Соглашение заключено на 5 лет. Об этом сообщила пресс-служба Минобрнауки.

Как пояснил Фальков, данное соглашение создает правовую основу для открытия новых филиалов российских и казахстанских университетов. Он отметил высокий интерес среди российских вузов к такому сотрудничеству. Планируется открыть в Казахстане новые отделения НИЯУ «МИФИ», МГТУ имени Баумана, РГУ нефти и газа имени Губкина, РХТУ имени Менделеева, Томского и Новосибирского госуниверситетов, РГСУ, Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого и НИТУ «МИСиС».

По словам главы Минобрнауки, и другие российские вузы высказали желание сотрудничать с республикой. Речь идет в том числе и о совместных образовательных программах, и о формате двойных дипломов. Будет создана специальная подкомиссия по сотрудничеству в сфере образования и науки двух стран. Она определит список вузов, которые смогут открыть в филиалах свои подразделения, направления подготовки, специальности и профессии.

В пресс-службе Минобрнауки пояснили, что филиалы будут работать по уставу головного вуза и местному законодательству. Российские выпускники будут получать дипломы нашего образца, выпускники казахстанских учебных заведений – казахстанского.

Стоит добавить, что сейчас в Казахстане работают четыре филиала российских вузов: «Восход» Московского авиационного института, Санкт-Петербургского гуманитарного университета профсоюзов, Челябинского государственного университета, Московского государственного университета имени Ломоносова. В них учатся около 4,5 тыс. человек.

Источник: <https://ug.ru/rossiya-i-kazahstan-zaklyuchili-soglashenie-o-sozdanii-filialov-vuzov/>

Минобрнауки: в 2023 году вырастет государственная стипендия для студентов вузов и ссузов

В 2022 году государственная академическая стипендия для студентов вузов составляет 1 755 рублей, для учащихся ссузов – 638 рублей. В 2023 году вузовская поддержка обучающихся будет составлять 1 825 рублей, а в среднем профессиональном образовании – 664 рубля. Об этом сообщили в пресс-службе Минобрнауки.

Отмечается, что в текущем году в подведомственных министерству университетах стипендиальный фонд был увеличен до 53,2 млрд рублей. Планируется в 2023 году объем стипендиального фонда увеличить до 57,1 млрд рублей, в 2024-м – до 59,3 млрд рублей.

Как известно, самая популярная и массовая поддержка студентов, аспирантов, ординаторов и ассистентов-стажеров – это государственная академическая стипендия. Также есть государственная социальная стипендия. Она тоже будет увеличена. Если в этом году в вузах ее размер равен 2 634 рублям, в ссузах – 958 рублям, то в следующем году выплаты вырастут до 2 739 рублей и 996 рублей соответственно.

Кроме государственных стипендий одаренные студенты и аспиранты могут получать стипендии президента России и правительства Российской Федерации, а также именные выплаты. Так, за выдающиеся успехи в учебе и научной деятельности на получение президентских стипендий выделено 700 квот для студентов и 300 квот для аспирантов. В деньгах это выражается: 2 200 рублей и 4 500 рублей соответственно.

В Минобрнауки добавили, что создана специальная группа, которая работает над эффективностью господдержки учащихся, аспирантов и молодых ученых. Речь идет об изменении условий назначений стипендий, а также размере выплат.

Подробнее: <https://ug.ru/minobrnauki-v-2023-godu-vyrastet-gosudarstvennaya-stipendiya-dlya-studentov-vuzov-i-ssuzov/>

Школа, мастерская, прокат: как ученики предпринимательских классов применяют знания на практике

В Москве с начала учебного года в 44 школах открыли предпринимательские классы. В них старшеклассники изучают математику, право, обществознание, иностранные языки. Помимо этого ребята учатся создавать свой бизнес-план, правильно оценивать риски и даже как составлять конкуренцию.

Как отметили в пресс-службе мэра и правительства столицы, школьники с удовольствием осваивают дополнительные навыки и применяют их на практике, развивая собственное дело. По словам ведущего научного сотрудника научно-учебной лаборатории «Капитаны» Российского экономического университета имени Плеханова Ольги Елиной, старшеклассники учатся разрабатывать бизнес-модели, готовить проектные документы, привлекать партнеров. Участь в таком классе, ребята научатся планировать, генерировать идеи, собирать команду, проявлять лидерские качества и инициативу. По ее мнению, даже если в будущем школьник захочет быть предпринимателем, приобретенные знания и навыки помогут ему добиться успеха в любой профессии. Например, к 16-17 года они уже знают что такое конкуренция и уникальное торговое предложение. И самое главное, ученики разрабатывают собственные бизнес-проекты.

Десятиклассница Диана из школы № 1252 имени Сервантеса уже 4 месяца создает собственную онлайн-школу испанского языка EStudiante («Ученик»). В школе работают 5 преподавателей-старшеклассников. Они прошли тестирование по знанию испанского. Теперь ребята помогают младшим «подтянуть» язык. Они занимаются с 10 подопечными. Как пояснила Диана, для старшеклассников – это опыт и работа в удобное время, для родителей – стоимость занятий в два раза ниже рыночной, поскольку репетиторы только начинают свой профессиональный путь. Разрабатывая свой проект, десятиклассница учитывала запросы современных школьников. Поэтому с ними занимаются в игровой форме, а специальная программа записывает конспект каждого урока, после чего он отправляется ученику.

По словам Дианы, в предпринимательском классе ее научили правильно оценивать риски. Уже есть понимание, что нужно делать в первую очередь, а чего стоит избегать. Девушка планирует поступать в Дипломатическую академию МИД РФ, а также продолжать развивать свою онлайн-школу.

Ученик 947-й школы Егор организовал свой стартап: он занимается ремонтом и обслуживанием мототехники. Делает это на дачном участке родителей в Подмоскowie. У парня уже 10 клиентов. За помощью в основном обращаются жители ближайших деревень, расположенных рядом с СНТ, в котором находится семейная дача. Школьник готов перебрать двигатель, сделать тюнинг, установить навесное оборудование и многое другое.

По словам Егора, у него есть свой мотоцикл, и он знает, насколько мало хороших мастерских в округе. Поэтому он и решил создать свой проект, основываясь на тех навыках, которые приобрел в предпринимательском классе. Школьник утверждает, что благодаря полученным знаниям, может просчитать издержки, привлечь клиентов и не бояться быть обманутым. Он добавил, что не боится конкурентов и старается быть на шаг впереди. Например, Егор начал дарить клиентам наклейки, чтобы у них оставались хорошие впечатления. Старшеклассник добавил, что такого у них в районе никто не делает. В будущем парень планирует расширить перечень услуг, а также ремонтировать квадроциклы.

А старшеклассница из школы №1874 Мария занялась доставкой детских товаров. Она сотрудничает с двумя крупными детскими магазинами. Игрушки через логистические компании доставляют во все российские города и страны СНГ. Каждый месяц школьница оформляет около 15 заказов. В предпринимательском классе она изучает основы юриспруденции, поэтому всегда предупреждает клиента о рисках, страхует товар, а также обсуждает с транспортной компанией все тонкости доставки.

Помимо этого, Мария задумалась о прокате детских электроквадроциклов. Она планирует открыть свой проект в одном из парков на севере столицы. Интересно, что для реализации своей идеи школьница получила полную дееспособность до наступления совершеннолетия. И теперь она имеет право заключать сделки и вести бизнес без участия родителей. Еще в августе, она оформила статус индивидуального предпринимателя. В пресс-службе отметили, что ребята обращаются за помощью в развитии своих бизнес-идей к учителям и кураторам. По словам Марии, когда есть человек, который может подсказать и направить по правильному пути, то это уже 99,9% успеха.

Источник: <https://ug.ru/shkola-masterskaya-prokat-kak-ucheniki-predprinimatelskih-klassev-primenyayut-zanniya-na-praktike/>

Закрепление за классом отдельного кабинета могут отменить – учителя обмениваются мнениями

В Роспотребнадзоре намерены рассмотреть возможность отмены требования отводить для каждого класса отдельный кабинет. Такая норма введена из-за пандемии коронавируса. О планах от нее отказаться рассказала глава Роспотребнадзора Анна Попова, мотивируя инициативу периодом спада заболеваемости и стабильностью цифр, отражающих число новых случаев заболевания. Это заявление нашло широкий отклик среди российских педагогов.

О решении рассмотреть возможность отмены действующего ограничения сообщало сетевое издание «Учительская газета». Как следует из комментариев учителей в социальных сетях по поводу данной инициативы Роспотребнадзора, для многих она оказалась долгожданной.

Так, комментируя пост в официальном аккаунте сетевого издания «Учительская газета» в Инстаграм, учительница английского языка оставила такое сообщение: «Неужели!? Я даже радоваться боюсь, чтобы не сглазить. Я все, что столько лет собирала, сложила в коробки и жду, когда вернусь в свой кабинет, чтобы опять расставить пособия, развесить картины и опять создать островок английской (хоть и искусственной) языковой образовательной среды. Жду!!! Жду!!! Очень надеюсь! И веруююю!!!».

Педагоги делятся своей усталостью от того, что им приходится «бродить» по кабинетам с пособиями и «кучей документов». Здоровье, особенно после перенесенного ковида, не всегда позволяет в течение рабочего дня ходить с этой ношей по лестницам. Некоторые учителя при этом отмечают бессмысленность существующего ограничения, поскольку дети все равно встречаются в столовой и в школьных коридорах, туалетах, гардеробе, а потом и гуляют вместе.

За время такого обучения, по мнению некоторых учителей, «убили» как кабинеты, где, почти не выходя из них, находятся дети, так и здоровье «бегающих» педагогов. Так, в одном из сообщений пользователь написала: «У меня в кабинете вообще недавно парту пополам сломали. Если так и дальше пойдет, от кабинета ничего не останется».

В другом учительница делится: «Не пора ли ВСЕ вернуть? Дети сами надо всей этой ситуацией смеются, кабинеты разгромили... На лестнице уронила сумку с тетрадками и ноутбук, ученик задел, пробегая... А ДАЛЬШЕ что?» Еще один педагог отмечает: «Ладно истории, наш географ со всеми картами носится по 3 этажам! Смысл, когда они все вместе в столовой, выходят на перемену...». Многие ожидают отмены ограничения с нетерпением: «Будем молиться. Устала бегать со всем скарбом по этажам».

Как отмечают учителя, отмена данного ограничения будет полезна не только им, но и детям. Школьникам важно во время перемены двигаться и менять обстановку: «Это было бы хорошо. Дело не только в том, что учителю будет удобно, но это в первую очередь хорошо для детей. Сидеть в одном кабинете 6 уроков – неправильно».

Среди положительных отзывов вносятся также и дополнительные предложения – в частности, об отмене термометрии в школах, мотивируя тем, что это занятие «бессмысленное и унижающее достоинство детей», которое дает лишнюю работу учителям.

Однако в любых решениях существуют не только положительные стороны. Так, некоторые отмечают связанную с инициативой несправедливость, которую почувствуют на себе девятиклассники: «2 года девятиклассники учились в непростых условиях, а сейчас за 3 месяца до конца учебного года все стало прекрасно и пусть сдадут все 4 экзамена! Как повезло! Другие потоки вовсе не сдавали или сдавали 2 экзамена, почему такая несправедливость?!».

Впрочем, есть также педагоги, которым в доковидные времена приходилось ходить по кабинетам еще больше. Так что благодаря существующему ограничению у них «беготни» стало меньше. Среди подобных комментариев можно увидеть, например, следующий: «Эти два года я хожу только в три кабинета, а в доковидные времена каждый урок проводила в новом кабинете. С тетрадками, стихами и правилами. Мне удобнее нынешний формат, а для тех, у кого был свой кабинет, конечно, радостно в него вернуться».

Существующее скептическое отношение к возможной отмене обязательного обучения класса в одном кабинете связано также с реализацией этой инициативы. Ведь до конца учебного года осталось немного времени. Как отмечено в одном из комментариев: «А смысл??? Осталось учиться три месяца. И никто в здравом уме расписание менять не будет». Правда, кто-то из коллег уже готов поменять его своими силами, лишь бы вернуться к обычному режиму работы.

Подробнее: <https://ug.ru/zakreplenie-za-klassom-otdelnogo-kabineta-mogut-otmenit-uchitelya-obmenivayutsya-mneniyami/>

Как поступить в вуз по школьной олимпиаде – тренеры сборной Москвы делятся советами

Всероссийская олимпиада школьников – это ежегодные предметные соревнования, которые проводятся в течение многих лет. Состязания проходят по 24 предметам, длятся весь учебный год и состоят из четырех этапов. В числе преференций – право поступления в вуз без профильных экзаменов.

О том, что такое всероссийская олимпиада школьников (ВОШ, ВсОШ), знают педагоги, ученики, родители, которых интересует развитие и продвижение своих детей. Напомним: состязания в рамках олимпиады проходят по 24 предметам, продолжаются весь учебный год и состоят из четырех этапов: школьный, муниципальный, региональный и заключительный.

Победа на завершающем этапе, касающемся учеников 9–11 классов, дает право поступления в вуз без сдачи профильных экзаменов. Призерство в региональном этапе позволяет использовать дополнительные баллы при поступлении, но у каждого высшего учебного заведения – свой подход.

Элемент удачи

Чтобы победить во всероссийской олимпиаде, нужно быть готовым к этому. Занятий с тренерами, какими бы талантливыми они не были, мало. Необходимо учиться самому. Тренер сборной Москвы по биологии Виктория Лавренова убеждена: самоподготовка – это очень важный элемент, которому стоит уделить особое внимание.

В беседе с журналистами «Российской газеты», Лавренова подчеркнула: если школьники, посещающие специальные занятия, перестанут работать самостоятельно, нужного результата, скорее всего, достичь не удастся.

Чтобы полностью освоить материал, разложить по полочкам, необходимо осмыслить его, пересмотреть рабочие тетради, конспекты, почитать дополнительные источники. Целостная картина, по мнению биолога, сложится в ходе интеграции разных фактов и мнений.

Победа – это не случайность

Тренер сборной Москвы по математике Алексей Пономарев уверен: успех на всероссийской олимпиаде основан на увлечении школьника предметом, которому он посвятил не один год. Если ребенок увлекся математикой в 5–6 классах и мечтает посвятить этому дальнейшую жизнь, то к завершению школы он накопит приличный багаж знаний, который поможет ему победить в престижном соревновании.

Участие в олимпиаде – отличный способ поддержать интерес к любимому предмету, «зарядиться» на дальнейшее развитие.

За рамками школьной программы

Тренер сборной Москвы по литературе Евгений Подарцев убежден: чтобы победить, надо больше читать, расширять кругозор, раздвигать границы школьной программы. Во время подготовки к олимпиаде тренер советует ориентироваться на перечень классических произведений, учебных пособий, полезных ссылок, которые советуют педагоги, а также тех, что можно найти на специальных сайтах.

Помимо этого нужно учиться анализировать художественные тексты – как поэтические, так и прозаические. Это станет ступенькой к другому уровню понимания и анализа произведений.

Школьникам, интересующимся гуманитарными науками, тренер рекомендует изучить занятия и семинары, которые проводит тренерский штаб сборной Москвы по русскому языку и литературе. Их участником может стать каждый подросток, начиная с 8 класса.

Общие совет

Понять, как составляются задания для всероссийской олимпиады школьников, как подбирают темы для них, освоить их стилистику, чтобы знать, на чем акцентировать внимание, поможет планомерная работа над прошлогодними вариантами. Важно, чтобы эти тренировки проходили в ритме олимпиады, с контролем времени, которое уходит на решение задач и их оформление.

По мнению московских тренеров, это поможет набрать нужную форму, подготовить организм школьника к нагрузкам, научит справляться с эмоциями, неизбежно сопровождающими соревнования.

Чтобы побороть стресс, педагоги советуют научиться переключать внимание. Начинается внутренняя паника? Спокойствие! Надо выпить немного воды, съесть кусочек шоколада. Тревога отступит.

Избежать волнений поможет внутренний распорядок, уверенность в своих силах и самообладание. Для этого перед началом тура тренеры советуют изучить задания. Это пригодится, чтобы рассчитать необходимое время для их решения.

Поиск нужной информации

Теме всероссийской школьной олимпиаде и участию в ней посвящено немало сайтов. Сетевое издание «Учительская газета» советует обратить внимание на портал Олимпиады для школьников. Здесь много полезной и очень важной информации для ребят, которые готовы к покорению вершин и для школьников, начинающих путь в науку.

На сайте БиоЦПМ <https://biocpm.ru/>, можно получить полезные советы, как готовиться к разным этапам ВсОШ. Здесь много нужных статей и видеоматериалов.

Нужную информацию можно найти на платформе «Сириус. Курсы» <https://edu.sirius.online/#/>. Участие в курсах является бесплатным. О том, как стать участником ВОШ, расскажет портал Всероссийская олимпиада в Москве.

Подробнее: <https://ug.ru/vserossijskaya-olimpiada-shkolnikov-trenery-moskvy-rasskazali-kak-pobedit-i-postupit-v-vuz/>

Студенты смогут получить по 1 млн рублей на развитие своего стартапа

Стартовал прием заявок от студентов на получение государственной поддержки в 1 млн рублей на реализацию стартапов.

Как отметил вице-премьер Дмитрий Чернышенко, согласно мировой статистике четверть стартапов рождается в университетах. Но в России этот показатель всего 3%. Он пояснил, что основная цель господдержки студенческих стартапов в рамках нового федерального проекта «Платформа университетского технологического предпринимательства» – это поддержать развитие молодежного предпринимательства, сделать вузы местом запуска и дальнейшего продвижения бизнес-идей.

Дмитрий Чернышенко сообщил, что в 2022 году господдержку на реализацию стартапов смогут получить 1 тыс. студентов. При этом размер каждого гранта составит 1 млн. рублей. По его словам, в будущем планируется увеличить число студентов, которые смогут получать гранты. Так, на следующий год планируется поддержать уже 1,5 тыс. студентов, в 2024 году – около 2 тыс. ребят. До 2024 года правительство России направит на эти цели 4,5 млрд. рублей. Уже в этом году будет создано 15 университетских стартап-студий и 20 предпринимательских «точек кипения».

«Сегодня более чем у половины студентов отмечено желание реализовать себя в собственном деле», – рассказал глава Минобрнауки Валерий Фальков. По его словам, кроме грантов начинающие предприниматели смогут получить годовой академический отпуск, чтобы полностью погрузиться в развитие своей бизнес-идеи. При этом ребята могут разрабатывать свой проект как в одиночку, так и в команде.

Валерий Фальков отметил, что еще важным инструментом развития студенческого предпринимательства является программа «Стартап как диплом». Ребята могут в качестве выпускной квалификационной работы защищать собственный реальный бизнес-проект или идею.

Прием заявок на конкурс «Студенческий стартап» будет идти до 11 апреля 2022 года. Отбор проектов будет проходить по семи тематическим направлениям: цифровые технологии, медицина и технологии здоровьесбережения, химические технологии и новые материалы, новые приборы и интеллектуальные производственные технологии, биотехнологии, ресурсосберегающая энергетика и креативные индустрии.

На гранты могут претендовать студенты, которые учатся по программам бакалавриата, специалитета, магистратуры и аспирантуры. И главное – они готовы разработать новый продукт, технологию или услугу на основе собственных научно-технических и научно-технологических исследований.

Источник: <https://ug.ru/studenty-smogut-poluchit-po-1-mln-rublej-na-razvitie-svoego-startapa/>

Екатерина Власова: «Дети всегда с удовольствием учатся, когда видят, что взрослые их уважают и слышат»

Начальная школа – самый важный этап в жизни каждого ребенка. Но как мотивировать учеников? Как сделать процесс обучения увлекательным и интересным? Своими лайфхаками поделилась преподаватель начальных классов школы № 14 города Шелехова Иркутской области, лауреат конкурса «Учитель года» – 2021 Екатерина Власова.

– Как правило, дети приходят в первый класс с тягой к знаниям. Важно не отбить желание учиться. Что нужно для этого делать? Я считаю, что необходимо поощрять любой интерес. Если детей интересуют звезды, то мы идем в планетарий. Если кулинария – проводим мастер-класс по изготовлению кексов.

Не нужно бояться показать свое незнание в какой-либо области. Порой даже можно подыграть ученикам – во время докладов делаю вид, будто они рассказывают то, чего я не знаю. Пусть ребята видят, что мне тоже интересно узнавать новое.

Еще стараюсь вдохновить детей фактами из жизни великих людей. Мы знакомимся с биографиями: ученых, писателей, музыкантов. Примеры знаменитостей могут стать хорошим стимулом.

Больше всего запоминаются уроки, в которых есть какие-то «фишки». Например, когда мы изучали букву «И», я рассказывала детям о том, что есть такая птица – иволга. Ее крик напоминает мяуканье кошки, которой наступили на хвост. А еще на этом занятии дети узнали о первых иглах для шитья.

В начальных классах очень важен элемент игры. Ту же разминку можно провести в игровой форме. Например, «оседлать» стулья и начать «скакать» навстречу к знаниям. Также разнообразить школьные будни помогают «игровые уроки». Мы играем в детективов, в ученых. Как-то на окружающем мире изучали полезные ископаемые Иркутской области. Мои ученики стали настоящими археологами. Я называла всех по имени-отчеству, потом ребята очень долго об этом вспоминали.

Любой проект должен быть направлен на познание нового. Например, чтобы запомнить римские цифры, мы с ребятами решили снять увлекательный мультфильм. Мультяшные герои голосами детей рассказывали об истории появления этих цифр. А чтобы запомнить правила дорожного движения – придумывали веселые комиксы.

Что касается дисциплины, у меня нет жестких требований. В первую очередь она должна быть управляемой. Шум и гам на уроке – не всегда плохо. Ученик может встать, если устал сидеть. Однако никто не срывает занятия.

С озорниками помогает бороться свод правил, который мы составляем совместно с детьми. Ребята подписывают этот «документ» в начале каждого учебного года. И если там указано, что на уроках нельзя кричать, то это запрещено всем, в том числе и мне.

Дети всегда с удовольствием учатся, когда видят, что взрослые их уважают, слушают и слышат. Правильно выстроенный диалог учителя с ребенком формирует привычку анализировать происходящее вокруг, мыслить критически, задавать вопросы себе и другим. Если учитель сможет этого добиться, тогда не придется заставлять ребенка учиться – он сам будет это делать с большим удовольствием.

Источник: <https://ug.ru/ekaterina-vlasova-deti-vsegda-s-udovolstviem-uchatsya-kogda-vidyat-cto-vzroslye-ih-uvazhayut-i-slyshat/>

Игра «Космический детектив» научит школьников распознавать фальшивые деньги

Пройдя игру, дети научатся искать признаки подлинности банкнот.

Игра «Космический детектив: тайна семи банкнот» рассчитана на детей с 7 лет. В ней нужно спасти город Финбург – столицу финансовых технологий и изобретений – от главного злодея, которым выступает фальшивомонетчик. На какие именно защитные признаки денег нужно обращать внимание, игроки смогут понять из подсказок, сообщается на сайте Банка России. Информацию будет проще запомнить, пройдя квест, а в мини-играх можно сразу применить эти знания на практике.

Основы финансовой грамотности закладываются в детстве, напомнили в Банке России. Игра поможет детям научиться распознавать фальшивки, также она может быть полезна родителям, уделяющим внимание финансовому воспитанию, и использоваться в качестве дополнительного материала в школе на уроках по финансовой грамотности в младших классах.

Отмечается, что играть в «Космический детектив» можно онлайн на сайте «Финансовая культура» или на компьютере. Для этого игру нужно будет скачать.

Источник: <https://ug.ru/igra-kosmicheskij-detektiv-nauchit-shkolnikov-raspoznavat-falshivye-dengi/>

Опрос: большинство детей сталкивается с буллингом в школе

Самое распространенное место, где подростки сталкиваются с буллингом, – школа. К таким выводам пришли специалисты Санкт-Петербургского информационно-аналитического центра.

В ходе телефонного опроса, результаты которого приводятся на сайте организации, выяснилось, что самым распространенным местом, где молодежь сталкивалась с буллингом, являются образовательные организации. Школы и другие учреждения назвали 80,2% респондентов, сталкивавшихся с проблемой травли, направленной на них лично или их знакомых.

Травля в социальных сетях занимает второе место антирейтинга. С кибербуллингом сталкивались 31,3% участников опроса, с буллингом в общественных местах – 28,8% респондентов. Результаты исследования показывают, что около одной пятой части (18%) опрошенных, сталкивавшихся с травлей, получили этот негативный опыт на работе. 8,8% человек рассказали о случаях травли в семье.

Во время опроса его участников спрашивали, как они поступят, если станут свидетелями травли. Чуть менее половины (44,9%) молодых петербуржцев заявили, что если столкнутся с буллингом в отношении кого-либо, то лично заступятся за того, кого обижают. Впрочем, авторы исследования замечают, что на практике эта доля может быть ниже, так как при ответе на вопрос молодые респонденты ориентировались на социально одобряемый вариант действий.

Треть (32,7%) опрошенных рассказала, что если увидит, как кто-то подвергается нападкам, то обратится к помощи авторитетных лиц или специальных служб. Ничего не делать намерены 4,5%.

По мнению экспертов, доля респондентов, которые собираются бездействовать, достаточна, чтобы вызывать тревогу. Это свидетельствует о страхе лишиться собственной безопасности в случае защиты жертвы буллинга или о безразличии данной части молодежи к агрессии в отношении других, отметили в информационно-аналитическом центре.

Подробнее: <https://ug.ru/bolshinstvo-detej-stradayut-ot-bullinga-v-shkole/>

Елена Мальчикова: «Обучение – это всегда процесс сотворчества с учеником»

О повышении мотивации к учебе задумываются и родители и учителя. Главное – не упустить момент и вовремя заинтересовать ребенка. Уверена «Учитель года России» – 2021 в Рязанской области, учитель начальных классов Елена Мальчикова.

– Я – сторонник метапредметного обучения, когда тема одного урока может пересекаться с другой. Например, мы изучаем правила русского языка и на математике вспоминаем, как пишется то или иное слово в задаче. А потом еще раз обращаем внимание на написание слова во время литературного чтения.

Первый класс начальной школы – это сензитивный период, переход от игры к учебе. Привлечь внимание детей помогают игровые элементы. Так, у нас по русскому языку есть тетрадь Незнайки. Это такая тетрадка, в которой буквы прописаны с ошибками. На уроке мы изучаем написание определенной буквы, а потом находим ошибки в тетрадке

Учителю начальных классов проще связать предметы между собой. Принцип метапредметности можно применять и во время внеурочной деятельности. В этом году у нас введена образовательная программа «Мы – твои друзья», которая была разработана в Институте изучения детства, семьи и воспитания Российской академии образования. Данный курс считается крайне актуальным, ведь формирование гуманного и ответственного отношения к животным является важным направлением воспитания юного поколения. Изучая эту программу, мы изучаем разные аспекты, можем придумать математическую задачу с домашними животными или сочинить истории о питомцах, формируя устную монологическую речь.

Также стараемся уделять внимание внеклассному чтению, что-то читаю сама наизусть во время внеурочной деятельности. Ребята удивляются, спрашивают, откуда так много знаю. Им тоже хочется что-то выучить. Потом мы можем даже придумать небольшие инсцениров-

ки разных произведений. Не всем детям удастся поучаствовать, но в следующий раз они также захотят себя проявить.

Воспитать настоящих граждан – патриотов своей Родины – невозможно без знания истории. Поэтому мы уделяем большое внимание изучению родного края. Мы изучаем города и села, знакомимся с героями нашей области. Самое главное в работе учителя – направить внимание на ученика, а не на предмет. Потому что обучение – это всегда процесс сотворчества с учеником, и повод для этой совместной работы может быть самый разный. Происходит осознание учащимися того, что школьные предметы – это комплекс знаний, непосредственно связанный с жизнью. Так пробуждается интерес и к процессу познания, реализуется принцип «Образование проходит через всю жизнь».

Современные дети – яркие неординарные личности! Главное, вовремя их заинтересовать и замотивировать. Помочь им выразить себя и реализовывать творческий потенциал. Чтобы они стали активными членами общества с четкой жизненной позицией мыслителя, создателя, творца. Современная школа расширяет свой спектр работы в этом направлении. Слово за детьми, а мы – учителя, их всегда поддержим!

Источник: <https://ug.ru/elena-malchikova-obuchenie-eto-vsegda-proczess-sotvorchestva-s-uchenikom/>

Классные руководители рассказали, почему школьники плохо учатся

Чаще всего причинами плохих оценок становятся отсутствие мотивации к учебе и непонимание ценности образования.

В ходе опроса классных руководителей и учителей школ в разных регионах страны, удалось выяснить причины, по которым дети не хотят учиться. Педагоги, участвовавшие в исследовании, отметили, что на успешное освоение ребенком школьной программы влияет ряд факторов, прежде всего мотивация к обучению. У учеников, которые не могут похвастаться хорошими оценками, как правило, мотивация к учебе выражена слабо или отсутствует. Такое мнение высказали 50% педагогов. Еще одной причиной неуспеваемости они назвали непонимание школьниками ценности образования.

На успеваемость ребенка в школе влияет обстановка в семье, а также низкий уровень образования родителей – так считают 24% учителей. Чуть меньше опрошенных, 18%, основной причиной плохих оценок называют особенности развития ученика и его здоровье. 7% педагогов напрямую связывают успеваемость ребенка с проблемами, существующими в сфере образования. В частности, с большой нагрузкой на педагогов, которые не успевают уделить достаточное время неуспевающим детям.

По данным опроса, проведенного образовательной компанией MAXIMUM Education, результаты которого приводит Лента.ру, почти 50% опрошенных классных руководителей слабыми считают более трети учеников в своем классе. Опрос проводился с 8 по 15 февраля. В нем приняли участие более тысячи человек.

Источник: <https://ug.ru/klassnye-rukovoditeli-rasskazali-pochemu-shkolniki-ploho-uchatsya/>

Общественная палата: зарплата учителей должна зависеть от квалификационного уровня

В Общественной палате РФ состоялась панельная дискуссия на тему совершенствования системы оплаты труда учителей.

Открывая обсуждение, председатель Всероссийского педагогического собрания Валентина Иванова отметила, что статус учителя нельзя рассматривать вне решения вопроса оплаты труда педагогов.

Ранее сетевое издание «Учительская газета» сообщало, что в 2021 году оклад ниже минимального размера оплаты труда (МРОТ) получали более 75% учителей. Напомним, что МРОТ в прошлом году составлял 12,8 тыс. рублей.

В ходе дискуссии предметом обсуждения стал пилотный проект по переходу на новую систему оплаты труда, запущенный Министерством просвещения России в шести регионах страны. Согласно проекту, зарплата работников сферы образования будет состоять из ставки, основанной на квалификационном уровне (размер определило правительство), компенсационных и стимулирующих выплат (их размеры, условия тоже установлены кабмином). Помимо этого, регионам предоставят право использовать свои компенсационные и стимулирующие выплаты, учитывая профессиональный и квалификационный уровень учителей.

Проект реализуется в Белгородской, Сахалинской, Ярославской и Нижегородской областях, а также в Мордовии. Заместитель министра образования республики Алексей Бузулуков в ходе дискуссии в Общественной палате рассказал о работе, которая ведется в регионе по совершенствованию системы оплаты труда педагогических работников. Сейчас в республике готовят нормативные акты по повышению выплат стимулирующего и компенсационного характера, рассказал Алексей Бузулуков.

Основная задача этой программы – довести одну ставку зарплаты педагога до уровня средней по экономике в регионах, а также ввести обоснованную дифференциацию оплаты труда педагогов по квалификационным уровням, привит слова Валентины Ивановой пресс-служба Общественной палаты РФ.

Новый подход к оплате труда коснется педагогов, работающих в государственных и муниципальных учреждениях. В их числе: дошкольные образовательные, общеобразовательные, профессиональные образовательные организации и организации дополнительного образования.

Источник: <https://ug.ru/obshhestvennaya-palata-zarplata-uchitelej-dolzhna-zaviset-ot-kvalifikacionnogo-urovnya/>

В РАО назвали основные факторы неуспешности школьников

Ведущие российские ученые и специалисты на круглом столе в Российской академии образования (ОАО) обсуждали актуальную проблему нашего общества – академическую неуспешность наших школьников. Об этом сообщили в пресс-службе РАО.

Как заявила президент Российской академии образования, академик РАО Ольга Васильева, это проблема касается широкого круга учеников российских школ. По ее словам, более 17% выпускников на ЕГЭ не могут набрать минимальный балл хотя бы по одному предмету. Более того, 20% школьников в возрасте 15 лет не дотягивают до пороговых значений функциональной грамотности.

Ольга Васильева отметила, что сейчас только начинает формироваться государственная политика по преодолению проблем, связанных с неуспешностью российских школьников. Пока она носит фрагментарный характер. То есть можно говорить о каких-то методических мерах, которые не объединены в одну общую стратегию или концепцию действий. Но постепенно подход к этому вопросу меняется, добавила она. «Государство выделяет новые категории таких детей, появляется типология трудностей в обучении у школьников, подготовлена целевая модель системы профилактики и коррекции таких трудностей», – рассказала президент РАО.

В ходе круглого стола эксперты РАО выделили основные факторы, которые влияют на появление у ребенка трудностей в обучении. По их мнению, это отсутствие мотивации и умения учиться. Речь идет о том, что у школьников существуют проблемы с умением ставить и решать учебно-познавательную задачу, а также переходить к проектно-исследовательским формам деятельности.

Особую сложность в этом вопросе создает эмоциональный аспект. На неуспешного в школе ребенка давят родители. При этом «эмоциональное насилие со стороны взрослых влечет серьезную угрозу здоровью и развитию ребенка», отметили в РАО.

Отмечается, что трудности испытывают дети любой группы успешности. И каждому ребенку важно оказывать помощь и поддержку. По мнению ученых, у любого педагога должна быть такая черта, как «академический оптимизм». То есть учитель должен верить в каждого ребенка, в его способность достичь высоких результатов в учебе.

Ольга Васильева подчеркнула, что в нашей стране есть значительный потенциал для того, чтобы усовершенствовать государственную политику в вопросе школьной неуспешности. В свою очередь РАО предстоит с научной точки зрения провести анализ трудностей, которые возникают у ребят при освоении общеобразовательных программ. Также специалисты РАО разработают и представят на рассмотрение в правительство РФ предложения по системному решению проблемы и их обозначению в документах стратегического планирования в сфере образования.

По итогам круглого стола, ученые и эксперты сошлись во мнении, что необходимо провести тематическое метапредметное исследование, а также собрать научный коллектив по данному вопросу.

Подробнее: <https://ug.ru/v-rao-nazvali-osnovnye-factory-neuspeshnosti-shkolnikov/>

В России хотят создать программу строительства учреждений профобразования

С данной инициативой выступил губернатор Мурманской области Андрей Чибис.

Глава региона выступил с предложением о создании в России федеральной программы строительства учреждений среднего профессионального образования, так как специалисты такого профиля имеют высокую востребованность на рынке трудоустройства, сообщает ТАСС.

Он отметил, что последний современный колледж был построен в стране в 60-е годы прошлого столетия. При этом выпускники СПО в настоящее время наиболее востребованы, чем выпускники с высшим образованием, – заявил Андрей Чибис на выездном заседании комитета Совета Федерации по науке, образованию и культуре.

Губернатор отметил, что российская экономика нуждается в запуске программы строительства новых современных и высокотехнологичных колледжей, а также вовлечении действующих образовательных учреждений СПО в программу модернизации и капитальных ремонтов школ и детских садов.

Инициативу губернатора Заполярья поддержали в Совете Федерации. Так, председатель комитета СФ по науке, образованию и культуре Лилия Гумерова рассказала, что идея о создании в России отдельной федеральной программы по учреждениям СПО активно продвигается и по ней уже сделаны первые шаги. Речь идет, в том числе о замене оборудования, однако сами здания сильно устарели и нуждаются в масштабном ремонте.

Подробнее: <https://ug.ru/v-rossii-hotyat-sozdat-programmu-stroitelstva-uchrezhdenij-profobrazovaniya/>

Минобрнауки объявило о старте приема заявок на участие в российско-германском семинаре

Российско-германский семинар для организаторов молодежных и школьных обменов проходит в рамках реализации соглашения между правительством РФ и правительством ФРГ в области молодежного сотрудничества. Мероприятие направлено на поддержку российско-германских партнерских связей в сфере молодежных, школьных и профессиональных молодежных обменов.

Прием заявок на участие в семинаре стартует на региональном уровне для Южного федерального округа. Семинар пройдет с 10 по 13 апреля 2022 года в очном формате в Краснодаре. Для участия в конкурсном отборе с российской стороны необходимо заполнить заявку в режиме онлайн в срок до 18:00 (по московскому времени) 4 марта 2022 года.

Как сообщили в пресс-службе Минобрнауки, основные задачи семинара – это информирование организаторов обменов о возможностях проведения молодежных обменов во время пандемии коронавируса, обмене опытом реализации таких проектов, а также разработке проектов молодежного обмена в очном формате.

С российской стороны к участию в семинаре приглашаются представители организаций и учреждений Южного федерального округа: учителя школ, представители молодежных общественных объединений и профессиональных образовательных организаций, специалисты по работе с молодежью. При этом будущим участникам необходимо иметь партнерскую организацию в Германии, а вот опыт реализации совместных проектов молодежного, школьного или профессионального молодежного обмена необязателен.

До 9 марта кандидатам, прошедшим конкурсный отбор, будут направлены информационные письма. Организации, которые направят участников на семинар, берут на себя расходы по проезду от места проживания до Краснодара и обратно, а организаторы обеспечивают проживание и питание.

Подробнее: <https://ug.ru/minobrnauki-obyavilo-o-starte-priema-zayavok-na-uchastie-v-rossijsko-germanskom-seminare/>

О «пяти слонах» педагогики рассказал Учитель года Алихан Динаев

Абсолютный победитель Всероссийского конкурса «Учитель года России – 2018», учитель обществознания Алихан Динаев рассказал слушателям онлайн Школы учителей года «Высшая лига» о своих базовых принципах преподавания. Он выбрал тему «Три кита педагогики учителя 21 века».

Предваряя мастер-класс, модератор проекта учитель музыки, абсолютный победитель Всероссийского конкурса «Учитель года России – 1992», кандидат педагогических наук Артур

Заруба назвал наиболее активные города-участники «Высшей лиги». После Москвы и Санкт-Петербурга больше всего в занятиях участвуют слушатели из Самары, Екатеринбурга, Новосибирска, Краснодара, Красноярска, Ростова-на-Дону, Челябинска – они дают онлайн-лекциям половину просмотров. Присоединяются к занятиям также участники из Беларуси, Казахстана, Украины, США.

Также Артур Заруба напомнил педагогическое кредо спикера, выраженное словами американского педагога Джона Дьюи: «Мы лишаем детей будущего, если продолжаем учить сегодня так, как учили этому вчера».

В самом начале занятия Алихан Мавладиевич отметил, что немного изменил тему, обозначив ее как «Пять слонов моей педагогики». Изменения он мотивировал тем, что слоны, подобно китам, в различных мифологических системах выступали фундаментом нашей планеты.

Учитель сказал о своем согласии со многими школьниками в том, что им не хватает в образовании практики. Поэтому он строит свою педагогическую работу на основе практических навыков. Он предпочитает исключать из учебного материала задания, подобные тем, где детей, например, просят рассчитать, сколько времени в день нужно дятлу, чтобы долбить дерево. Такие задачи из реальных рекомендованных школьникам учебников не перестают вызывать у педагога удивление. В подобных ситуациях ему жалко и детей, и родителей, и учителей.

Алихан Динаев обратил внимание на то, что всего 6% россиян считают обществознание предметом, который пригодится в жизни. Спикер категорически с этим не согласен, полагая, что именно этот предмет является наиболее практико-ориентированным. Для него является аксиомой, что в любой теме может и даже должна быть практика. Ведь среди наиболее частых вопросов учеников лидирует «А как нам это пригодится?».

По словам учителя, «современные дети – нравится нам это или нет – утилитаристы, люди, которые пытаются понять, зачем им та или иная тема в реальной жизни». Часто на такие вопросы сложно ответить: «Я и сам не знаю, зачем детям знать о существовании 20 политических партий или 13-15 видов безработицы». Однако в любой теме можно дать ученикам то, что им пригодится в реальной жизни. Так, в теме об отклоняющемся поведении можно разобрать реальные истории правонарушителей, примеры из литературы и кино. По теме «Трудовое право» хорошо проводить деловые игры с беседами и кейсами.

Вторым «слоном» педагогики спикера является разнообразие. Это необходимый атрибут школьного образования. Оно помогает вырваться «из того потока рутины, в котором мы часто оказываемся». Чтобы его обеспечить, учитель предлагает давать разнообразные задания, в которых используется современное, понятное детям содержание. Стоит использовать особенности интересов и хобби учеников, названия местных улиц, музеев, имена популярных актеров, музыкантов. Кроме заданий, стоит разнообразить приемы и методы преподавания, использовать разнообразные онлайн-ресурсы, приложения с дополненной реальностью. В биологии одно из них, в частности, позволяет при наведении камеры телефона, например, на лягушку, препарировать ее, увидеть ее по частям.

Третьим «слоном» учитель назвал свободу. Те уроки, где «отпускают вожжи», дают ребятам больше свободы, оказываются самыми лучшими. Он отметил: современная педагогика приходит к выводу, что чем больше детей контролируют, тем менее послушными они становятся. Детям давать свободу нужно при выполнении домашних заданий. Так, их можно попросить создать страницу в соцсетях, посвященную какой-то теме или историческому деятелю. Современный формат домашнего задания дает волю детской фантазии.

Четвертый «слон» педагогики спикера – это позитив. Как отметил Алихан Динаев, учитель должен улыбаться, радоваться, быть счастливым человеком. Тогда он сможет сделать детей счастливыми. По мнению 66% старшеклассников, лучший учитель – это остроумный учитель. Для него характерна самоирония, умение шутить. Хорошо давать необычные названия своим урокам.

Пятый «слон» – обратная связь. Она, как правило, очень полезна. Ее можно осуществлять как обычным способом, задавая вопросы, так и современными цифровыми приемами. Хорошо в классе ставить ящики или коробки для обращений, жалоб, пожеланий, поздравлений.

По окончании мастер-класса спикеру задавали вопросы. К нему обратились:

Ирина Георгиевна Димова, наставник проекта, первый заместитель главного редактора АО «Учительская газета»;

Ирина Александровна Макарова, доцент кафедры педагогики Волгоградского государственного социально-педагогического университета;

Елена Сергеевна Вострикова, учитель биологии и географии города Бабушкин Республики Бурятия;

Василий Еремеев, студент 5 курса Волгоградского государственного социально-педагогического университета.

Посмотреть запись трансляции можно на youtube-канале проекта «Высшая лига».

На предыдущем занятии онлайн-школы учитель русского языка и литературы, абсолютный победитель Всероссийского конкурса «Учитель года»-2019 Лариса Арачашвили рассказала о метапредметности как основе современного урока. Кроме того, ранее со своими уроками выступили «Учитель года России»-2020 Михаил Гуров и «Учитель года России»-2021 Екатерина Костылева.

Руководит проектом Андрей Лукутин, начальник методического управления Фонда новых форм развития образования, учитель истории, победитель Всероссийского конкурса «Учитель года России – 2004».

В качестве партнеров «Высшей лиги» выступают Общероссийская общественная организация лидеров образования «Учитель года», сетевое издание «Учительская газета», Мульти-медийный исторический парк «Россия – Моя история», Общероссийский Профсоюз образования.

Подробнее: <https://ug.ru/o-pyati-slonah-pedagogiki-rasskazal-uchitel-goda-alihan-dinaev/>

Утвержден перечень вузов, чьи учебно-научные центры для одаренных детей будут на госфинансировании

Соответствующее постановление подписал председатель правительства России Михаил Мишустин.

Правительство утвердило список университетов, учебно-научные центры для одаренных детей в которых будут полностью финансироваться за счет федерального бюджета, сообщает пресс-служба кабмина.

В указанный перечень вошли: МГУ им. Ломоносова, Санкт-Петербургский государственный университет, Новосибирский национальный исследовательский университет и Уральский федеральный университет им. Б.Н.Ельцина.

Данная мера дает возможность вузам и находящимся при них учебным центрам, где школьную программу осваивают одаренные дети из глубинки, получить новый статус, а также бесплатное проживание и питание для учеников.

Стать воспитанниками таких заведений, работающих по принципу интернатов, могут юные исследователи из отдаленных провинциальных российских регионов. Их семьи зачастую не могут в полном объеме обеспечить переезд в те города, где находятся ведущие вузы России.

Ранее сетевое издание «Учительская газета» информировало о том, что по поручению президента Владимира Путина подготовлен закон о бесплатном обучении и проживании детей в специализированных учебно-научных центрах.

Деятельность СУНЦ действующее законодательство РФ определяет, как специальное структурное подразделение вуза или колледжа, при котором созданы условия для проживания студентов в интернате. Однако ранее обеспечение учащихся таких центров законодательством не предусматривалось.

Таким образом, принятие нового законопроекта позволит оплачивать расходы на проживание и питание талантливых детей за счет бюджетных средств, что особенно актуально для студентов из малообеспеченных семей.

Подробнее: <https://ug.ru/utverzhdnen-perechen-vuzov-chi-uchebno-nauchnye-czentry-dlya-detej-budut-na-gosfinansirovanii/>

Для альтернативнослужащих хотят расширить список профессий, среди них – помощник воспитателя

В Министерстве труда и социальной защиты РФ предложили новый перечень профессий, которые являются альтернативными службе в армии.

В настоящем перечне профессий для альтернативной гражданской службы на текущий год их приведено 127 вместо 124. Проект приказа министерства находится на этапе общественного обсуждения.

Как отмечается в пояснительной записке, часть ранее доступных для альтернативной службы профессий из списка исключили. Но при этом в него добавились новые. Так, несущие альтернативную службу могут работать помощником воспитателя, детским или зубным врачом, эпидемиологом, курьером, уборщиком подвижного состава, агрохимиком, участковым инспектором по охране леса, мастером по ремонту гидросооружений, экспедитором по перевозке грузов.

Из списка удалили такие профессии, как водитель вездеходов, дворник, животновод, звеновод, матрос, оператор связи, почтальон, рабочий по обслуживанию бани, слесарь по ремонту автомобилей, тракторист.

В перечень также не входят в этом году должности служащих – архитектор, библиотекарь, биолог, врач-судебно-медицинский эксперт, врач здравпункта, преподаватель спецшколы, спортсмен-инструктор.

Отмечается, что предложения для альтернативной гражданской службы в текущем году представлены пятью федеральными органами исполнительной власти и 78 региональными. Проходить альтернативную службу молодые люди смогут в 1034 организациях.

Подробнее: <https://ug.ru/dlya-alternativnosluzhashih-hotyat-rasshirit-spisok-professij-srednih-pomoshchnik-vospitatelja/>

Специалисты рассказали, как бесплатно записать ребенка в кружки

Родители, как правило, стараются записать своих детей в кружки и секции дополнительного образования. Многие семьи сделали это бесплатно благодаря электронным сертификатам персонифицированного финансирования дополнительного образования (ПФДО).

В настоящее время существует возможность отдать ребенка в любой платный кружок или секцию так, чтобы за его занятия заплатило государство. Портал национальныепроекты.рф сообщает основную информацию о сертификате, который ввели по федеральному проекту «Успех каждого ребенка» нацпроекта «Образование».

Что такое электронный сертификат ПФДО

Сертификат ПФДО представляет собой не бумажный документ, а электронную запись с уникальным номером. Эта запись подтверждает факт включения ребенка в систему персонифицированного дополнительного образования. Так что сертификат дает персональную гарантию от государства, что ребенок может заниматься за счет бюджетных средств в любых лицензированных кружках, которые указаны на сайте «Навигатора дополнительного образования».

Кому положены сертификаты ПФДО

Электронным сертификатом может воспользоваться любой ребенок в возрасте от 5 до 17 лет включительно. Сегодня на «Госуслугах» его могут получить родители в 45 регионах России. Осенью прошлого года говорилось о 13 регионах, где появилась такая возможность.

Тогда онлайн-сервис запустили там, где были технические условия для данной услуги. Чтобы им воспользоваться, родителям необходимо иметь учетную запись на портале. По карте можно подобрать те кружки, которые расположены ближе к дому.

В каждом регионе власти решают сами, какие направления будет оплачивать государство, конкретная сумма для каждого ребенка за год определяется муниципалитетом.

Как работает сертификат

Документ работает согласно принципу «деньги следуют за ребенком». Сертификат выпускается муниципалитетом. Раз в полгода или год на сертификат зачисляются средства, которыми родители могут оплатить кружки и секции.

Каждому ребенку сертификат выпускают один раз, позднее его лишь пополняют средствами. Частота пополнения различается в разных муниципалитетах – обычно каждый январь сразу на год.

Когда родитель записывает ребенка в секцию на «Госуслугах» с оплатой сертификатом, он видит баланс сертификата и детализацию оплаты. Если денег будет недостаточно, разницу можно восполнить из личных средств непосредственно в секции.

В течение года можно менять кружки и секции, если ребенку это захочется. В случае болезни оплату можно приостановить. Чтобы это сделать, необходимо в кружок предоставить

справку от врача и заявление. Если этого не сделать, деньги продолжат списываться автоматически.

Сертификаты ПФДО позволяют увидеть, какие направления наиболее востребованы среди детей, так власти могут поддерживать самые популярные.

Как получить сертификат

Чтобы воспользоваться сертификатом, необходимо выбрать кружок на госуслугах. Если его оплата сертификатом возможна, то портал автоматически выдаст сертификат муниципалитета. С его помощью можно оплатить секции, в описании которых указано «Возможна оплата сертификатом». Если у ребенка уже есть сертификат, его можно использовать на госуслугах – документ применяется там автоматически.

Помимо этого, сертификат ПФДО можно получить на ресурсе «Навигатор дополнительного образования». Каждый регион-участник проекта располагает сайтом-навигатором. Оформить через него заявку может родитель или ребенок с 14 лет. После того, как данные подтвердят, сертификат выпустят – им можно воспользоваться.

Как можно использовать средства сертификата

Использовать деньги электронного сертификата можно лишь на дополнительное обучение ребенка – того, на им которого он выпущен. Их нельзя обналичить ли потратить на что-то другое. Неиспользованные средства сертификата возвращаются в бюджет.

Подробности: <https://ug.ru/speczialisty-rasskazali-kak-besplatno-zapisat-rebenka-v-kruzhki/>

Минобрнауки: российские студенты западных вузов, права которых были ущемлены, могут бесплатно учиться в РФ

Россияне, которые столкнулись с ущемлением своих прав и даже отчислением из зарубежных университетов, могут вернуться в Российскую Федерацию и продолжить обучение. Об этом заявили в Минобрнауке в своем Telegram-канале.

В министерстве уточнили, что студенты смогут учиться бесплатно в ведущих университетах России. Речь идет о таких учебных организациях, как Московский государственный университет имени Ломоносова, Санкт-Петербургский государственный университет, Высшая школа экономики, Московский инженерно-физический институт, Московский физико-технический институт, Московский государственный технический университет им. Н. Э. Баумана, Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого и многие другие. Также в ведомстве сообщили, что дополнительную информацию можно получить по телефонам: 8(495) 547-13-66 (доб. 7224)

Сегодня уполномоченный по правам человека в РФ Татьяна Москалькова встретила с главой Минобрнауки Валерием Фальковым. Она сообщила, что из-за сложившейся ситуации на Украине, наших ребят отчисляют из европейских вузов. Москалькова добавила, что россияне на западе подвергаются нападкам и травле. Минобрнауки предпринимают все необходимые действия, чтобы защитить права российских студентов. Работа будет вестись совместно с Аппаратом Уполномоченного по правам человека в РФ. Фальков и Москалькова в ходе встречи подняли вопрос по работе в сфере правового просвещения, а также в области обеспечения прав молодых людей.

Подробнее: <https://ug.ru/minobrnauki-rossijskie-studenty-zapadnyh-vuzov-prava-kotoryh-byli-ushhemeny-mogut-besplatno-uchitsya-v-rf/>

Омбудсмен Татьяна Москалькова и Валерий Фальков обсудили вопросы обеспечения прав студентов

В Москве прошла встреча Уполномоченного по правам человека в Российской Федерации Татьяны Москальковой и Министра науки и высшего образования России Валерия Фалькова. Речь шла о том, как обеспечиваются права студенческой молодежи.

Министерство науки и высшего образования оперативно помогает студентам, которые приехали в Россию из ДНР и ЛНР. Им предоставляют места в высших учебных заведениях страны. В ведомстве, как сообщается в его Телеграм-канале, предпринимают все возможные меры, чтобы защитить права российских студентов, которых отчисляют из европейских вузов из-за ситуации, сложившейся на Украине. Такая работа будет вестись совместно Минобрнауки России и Аппаратом Уполномоченного по правам человека в РФ.

Помимо этого, Валерий Фальков и Татьяна Москалькова обсудили планы работы в сфере правового просвещения, а также в области обеспечения прав молодых людей.

В связи с этим особые надежды возлагают на программу развития студенческих кампусов в 8 регионах России. Ожидается, что эти кампусы дадут возможность создать современные условия, чтобы реализовать право молодежи на образование.

Подробнее: <https://ug.ru/ombudsmen-tatyana-moskalkova-i-valerij-falkov-obsudili-voprosy-obespecheniya-prav-studentov/>

Специалисты Минтруда предложили упростить использование маткапитала для образования

Министерство труда и социальной защиты РФ предлагает предоставить родителям возможность направлять средства материнского капитала на образование ребенка, не посещая для этого Пенсионный фонд.

В ведомстве разработали законопроект, который позволяет упростить использование средств маткапитала на образования ребенка и предусматривает дополнительные механизмы, чтобы защитить права россиян, когда они решают использовать маткапитал для улучшения жилищных условий. Об этом сообщает ТАСС.

В настоящее время те, кто решил использовать средства маткапитала для оплаты учебы в вузе или дополнительных занятий ребенка, идут в ПФР с договором об оказании образовательных услуг. Законопроектом предусмотрено, что такая необходимость отпадет: организация образования сама будет передавать сведения в Пенсионный фонд, заключив с ним соглашение. Тогда родители смогут оплачивать обучение средствами маткапитала онлайн.

В министерстве труда и соцзащиты напомнили, что основным направлением для применения маткапитала остается улучшение жилищных условий – на эти цели было использовано 81,3% всех сертификатов на материнский капитал. Министерство выступило также с инициативой, позволяющей защитить права россиян при использовании маткапитала для погашения займов у микрофинансовых коопераций.

Средства маткапитала можно будет использовать только с теми потребительскими или сельскохозяйственными кооперативами, которые Центробанк включил в перечень надежных коопераций. Предполагается, что это защитит граждан от взаимодействия с кооперативами-однодневками.

Источник: <https://ug.ru/specialisty-mintruda-predlozhili-uprostit-ispolzovanie-matkapitala-dlya-obrazovaniya/>

Эксперты расскажут о новой модели государственной аккредитации образовательных организаций

1 марта 2022 года вступят в силу изменения в федеральный закон «Об образовании». Благодаря им вводится новая модель аккредитации образовательной деятельности. Обо всех переменах, связанных с введением новой модели, можно будет узнать на конференции в режиме онлайн.

Государственная аккредитация станет бессрочной, также изменены основания, чтобы ее получить и подтвердить. О новой модели государственной аккредитации и механизме проведения экспертизы расскажут специалисты на онлайн-конференции 1 марта в 15 часов (мск). Как сообщает «Россия сегодня», аудитория также узнает о том, как нововведения изменят работу высших учебных заведений и других образовательных организаций.

В мероприятии будут участвовать:

руководитель Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки Анзор Музаев;

ректор НИУ ВШЭ Никита Анисимов;

ректор Рязанского государственного медицинского университета им. ак. И.П. Павлова Роман Калинин.

Как ранее сообщало сетевое издание «Учительская газета», новая модель предполагает введение аккредитационного мониторинга. Он даст возможность постоянно и систематически наблюдать за качеством обучения. Качество образования станут оценивать, в частности, по доле преподавателей, которые имеют ученые степени или звания.

Также будут учитывать долю выпускников, которым удалось найти работу в течение года, число студентов, успешно справившихся с диагностическими работами. Учтут и другие показатели, которые будут свидетельствовать об особенностях реализации программ с применением электронных ресурсов и дистанционных технологий.

Каждый показатель будет иметь свою значимость и предполагать градацию начисления баллов. В Минобрнауки разработали методические рекомендации для расчета и применения новых аккредитационных показателей.

Подробнее: <https://ug.ru/eksperty-rasskazhut-o-novoj-modeli-gosudarstvennoj-akkreditaczii-obrazovatelnyh-organizaczij/>

Ментор в школе: кто такой наставник и зачем он нужен учителю

Сегодня мы все чаще возвращаемся к проблеме наставничества, когда старшие педагоги помогают молодым специалистам. В 2020 году Минпросвещения РФ выступило инициатором создания сети базовых школ при педагогических вузах. Как работает принцип наставничества в региональной школе? Какие задачи удастся решать в ходе производственной практики педагогам и выпускникам вузов?

На эти и другие вопросы сетевому изданию «Учительская газета» ответила победитель Всероссийского конкурса «Учитель года» – 2008, учитель школы № 69 города Екатеринбурга Екатерина Геннадиевна Белоцерковская.

– Екатерина Геннадиевна, школа, в которой вы работаете, является базовой площадкой для прохождения практики студентов Института педагогики и психологии детства Уральского государственного педагогического университета. Вы были инициатором этого проекта и видите всю ситуацию изнутри. Расскажите о принципах наставничества.

– Когда я в 2013 году пришла в 69-ю школу, то обратила внимание на дефицит молодых кадров. Средний возраст учителей составлял 56 лет. Нужно было что-то менять. Тогда наша школа выступила инициатором сотрудничества с Институтом педагогики и психологии детства Уральского государственного педагогического университета и пригласила на практику студентов.

Была проделана очень большая работа, приходилось уговаривать педагогов взять практикантов. Необходимо было сформировать систему наставничества, сделать так, чтобы учитель-стажист научился делиться своими знаниями. Этого удалось добиться только спустя десять лет целенаправленной работы. Пример наставничества стал заразительным – сегодня восемь школ Екатеринбурга работают в тесном контакте с Институтом детства

Студенты приходят в нашу школу с первого курса. При этом молодые специалисты не предоставлены сами себе, а окружены вниманием опытных коллег. Мы предлагаем практикантам веер разнообразных заданий. Отрабатываем технологию составления урока. Причем не из интернета что-то скачиваем, а сидим и разрабатываем все на месте.

Второй момент, который нам удалось сделать в студенческой практике, – это проведение бинарных уроков. Занятие ведет студент, а наставник может в любой момент к нему присоединиться, если видит: что-то идет не так.

– У вас наверняка есть наработанные годами правила для молодых педагогов?

– Первое и, пожалуй, самое важное – научитесь ошибаться. Я часто говорю ребятам: «Спасибо за ошибку». Первоначально родителей пугала эта фраза – многие из них настраивают детей поднимать руку и отвечать только правильно. Но зачем тогда нужен учитель? Именно с ошибки начинается движение мысли.

Второе – не спешите оценивать, торопитесь ценить. Любой результат и родитель, и ученик, и учитель хотят видеть в баллах, но почему? После урока спрашиваю молодого педагога: «Ты быстро детей оценил, а за что ты ценишь своих учеников на уроке? Какую идею они тебе подарили?» Если учитель ничему не научился и не увидел ничего ценного, значит, урок не прошел.

За что можно ценить? Например, кто-то из первоклашек вышел к доске и ответил в первый раз. Сказать ребенку, что он плохой, легко. Но ребенок запомнит эту фразу на всю оставшуюся жизнь. Наша задача – научиться видеть «плюсы» каждого. А если заметили «минус», помните, как в математике, при каких условиях можно поменять на «плюс»? Цените индивидуальность, искренность, честность, яркость, медлительность и забывчивость...

Третье – быть здесь и сейчас. Как часто я слышу от родителей: «мы готовимся к начальной школе», «мы готовимся к обучению в 5 классе». В старших классах идет подготовка к экзаменам. Получается, что дети постоянно к чему-то готовятся. Спешу разочаровать многих – ребенок не готовится, он уже живет, и результат (движение), как свое, так и ребенка, нужно подмечать ежедневно. Четвертое – решать то, что не решается. В первые годы своей педагогической практики я давала ребятам исключительно те задания, которые отработала, проре-

шала, обсудила. Признаюсь, получала истинное удовольствие, когда мои чада выполняли их на «отлично». Чуть позже поняла, что заученный (уже всем известный) ответ не важен для взросления ученика.

Главным учителем для меня стал академик Российской академии наук Николай Николаевич Красовский. Он приносил мне математические задачи и просил прорешать их с учениками начальной школы. Я убеждала его, что мы вряд ли дадим правильное решение. На что Николай Николаевич отвечал: «Правильный ответ я знаю сам, мне важен путь решения, путь детской мысли».

– Многие педагоги признаются, что уходят из школы не из-за коллектива и учеников, а из-за родителей. Они не могут правильно выстроить отношения, завоевать авторитет.

– Работа с родителями – это самое сложное направление, и оно также входит в студенческую практику. Студенты присутствуют на собраниях, проводят встречи с родителями. Сложнее, когда у молодого педагога появляется свой класс. Здесь важно сразу с первого сентября стать авторитетом. Все зависит от того, как классный руководитель проведет первое собрание, какая будет у него традиция.

Это особенно важно для начальной школы. Я всегда предлагаю в начале года придумать слоган класса, говорю о том, что мы на четыре года погружаемся в совместный проект – «Мы вместе». Приглашаю родителей на открытые уроки, провожу мастер-классы, методические мастерские. У нас получается хороший, сплоченный родительский коллектив. Мамы и папы готовы помогать своим детям, они с радостью включаются в работу. Особенно неопределима помощь родителей, когда первоклашки делают первые шаги в проектной деятельности.

Нужно поддерживать связь с родителями, показывать, что успели сделать в течение дня. В этом помогает WhatsApp. Общие чаты – это важный канал информации. Часто молодежь спрашивает меня, что написать? Я объясняю: «Сфотографируй самую красивую тетрадку и подпиши, что у тебя есть ребенок, который справился с заданием, на физкультуре отметь, что сегодня все молодцы, а после урока рисования отправь фотографии с общей выставки». Если налажены коммуникационные связи, родитель будет с радостью бежать в школу за своим чадом.

– Как молодому педагогу мотивировать детей на учебу в школе? Как увлечь школьников и наладить дисциплину в классе?

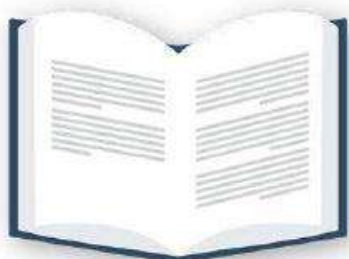
– Я отношусь осторожно к дисциплине. У меня все уроки шумные, но это не значит, что дети плохо себя ведут. Любой урок воспринимается проще, если ребенок его проговаривает. Урок – это обсуждение, это спор, это вызовы, которые ставит учитель, это согласие и несогласие. При этом сама организация урока должна быть выстроена и продумана.

Что касается мотивации. Самое первое и самое простое – быть интересным сегодня, не идти по учебнику. Ребенка должно что-то удивлять. Важно всего лишь начать урок по-другому. Конечно, нам хочется, чтобы у детей складывалась внутренняя мотивация, и мы над этим работаем

А еще учителю нужно быть счастливым человеком. Что такое счастье? Вслушайтесь в слово «СЧАСТЬЕ»! С частью... Счастье – это то, что помогает мне держаться на плаву, что-то придумывать, делать... Для меня счастье – это моя семья, мои дети, моя работа. Счастливым человек тот, у кого много таких «частичек». И чтобы была мотивация у учеников, должна быть поддержка молодых педагогов в школе.

Когда мы только требуем от учителя бесконечные отчеты, он уходит моментально. Учителю важно ощутить себя частью коллектива. Частью того большого «организма», который называется школой.

Источник: <https://ug.ru/mentor-v-shkole-kto-takoj-nastavnik-i-zachem-on-nuzhen-uchitelyu/>



РУБРИКА: ИНТЕРЕСНЫЕ СТАТЬИ

Тренинг Тони Роббинса. День 1. Контроль эмоций: секрет успеха

Не так давно в Москве прошел тренинг Тони Роббинса – одного из самых известных и популярных мотивационных спикеров

в мире. После него во многих СМИ и соцсетях появились публикации, негативно оценивающие мероприятие, а то и всю деятельность писателя. Не занимая какую-либо сторону, мы предлагаем вам пройти 7-дневный тренинг Роббинса и для себя решить, есть ли толк в его идеях и рекомендациях. Конечно, не вживую, но бесплатно.

В книге «Разбуди в себе исполина» Энтони Роббинс предлагает вам изменить жизнь за 7 дней. Задача для первого дня начинается с обещания результата: «Взять под контроль свои постоянные эмоции и начать сознательно и намеренно заново формировать ежедневный уклад жизни». В статье описаны все шаги по достижению этой цели. Готовы попробовать?

Ваш арсенал навыков для изменения эмоционального состояния

Убеждения. Вы разобрались с ними? Они двигают вас вперёд или тянут назад?

Вопросы. Какие вопросы вы себе задаёте? К нужным ли эмоциям они приводят?

Физиология. Как эмоции влияют на наше тело, так и наше дело влияет на эмоции.

Сосредоточенность. На чём вы сконцентрированы? В фокусе вашего внимания позитив или негатив?

Ценности. Вы уже определили, что для вас действительно важно?

Неотразимое будущее. Уверены ли вы, что оно вас ждёт? У вас есть все возможности для его достижения!

Метафоры. Какие метафоры вы используете? Они создают нужное вам эмоциональное состояние?

Подтверждения. На какие подтверждения вы опираетесь?

Трансформационная лексика. Следите за словами, которые используете. Как вы о себе говорите, так вы себя и чувствуете.

Индивидуальность. Возможно, вы испытываете какую-то эмоцию только из-за убеждения, что она – часть вашей личности? Попробуйте перестать думать, что негативные чувства нормальны для вас.

Принципы. Возможно, дело в них? Каковы ваши принципы?

Нейроассоциативная обусловленность. Используйте силу своих ассоциаций. Она должна делать вас счастливым, а не несчастным!

Задание на сегодня

Эмоции в значительной степени определяют нашу жизнь, наше восприятие происходящего. Поэтому умение управлять эмоциями – чрезвычайно важный навык.

Сегодняшнее упражнение направлено на то, чтобы познакомить вас с существующими эмоциональными моделями и научить использовать вас как можно больше из перечисленных навыков для создания нужного вам эмоционального состояния.

Вам необходимо выписать все эмоции, которые вы испытываете в среднем в течение недели. Злость, радость, недоумение, разочарование, облегчение? Какова ваша обычная эмоциональная еженедельная палитра?

Теперь нужно перечислить ситуации, приводящие в действие перечисленные выше эмоции. Злость вызывает будильник по утрам? Облегчение – момент ухода с работы? Учтите, что как разные ситуации могут приводить к одинаковым эмоциям, так и аналогичные ситуации могут приводить к различным эмоциям.

Найдите «противоядие» для каждой негативной эмоции, которую испытываете. Опирайтесь на арсенал, описанный выше, старайтесь подбирать не по одному, а по два-три решения, стремитесь использовать более разнообразные приёмы. И стремитесь к целостности. Изменяйте используемые слова, работайте с принципами и убеждениями, сосредоточьтесь на решениях, а не на проблемах, используйте нейроассоциации и физиологию. Комплексный подход в сумме даст наиболее благоприятный результат. Чем разнообразнее будет арсенал, который вы реально начнёте использовать в жизни, тем лучше.

Возьмите обязательство в течение всего дня преобразовывать старые негативные и ограничивающие эмоции в новые вдохновляющие и дающие силы. Закрепляйте эту модель, пока она не станет привычкой.

Напишите о результатах первого дня и его влиянии на вашу жизнь в комментариях. Искренне надеюсь, что уже в ближайшем времени вы научитесь управлять своими эмоциями и выведете жизнь на новый уровень.

Желаю успехов!

Подробнее: <https://4brain.ru/blog/тренинг-роббинса-1/>

Стоит ли быть идеальной: психолог рассказал о чувстве вины работающих мам

Многим работающим мамам знакомо чувство вины за недостаточное, по их мнению, внимание к своим детям и домашним обязанностям. Помимо этого, такое ощущение касается и работы: ведь и ее нередко приходится откладывать из-за семейных дел. Так что тех, кто старается быть идеальными везде, чувство вины преследует постоянно.

Семейный психолог, писатель, автор книг Павел Зыгмантович подробно рассказал о таком феномене.

Тому, что чрезвычайно для человека важно, он старается уделять максимум своего внимания и времени, чтобы достичь идеального результата. Как сообщает сервис deti.mail.ru, в семье он старается быть идеальным родителем и партнером. На работе – таким же идеальным специалистом. Однако это практически невозможно, потому что нельзя быть в двух местах одновременно: придется либо перенести деловую встречу из-за детского утренника или болезни ребенка, либо наблюдать за успехами малыша через гаджеты и интернет. При самом большом желании не получится быть одновременно в офисе и дома.

В итоге назревает чувство вины перед семьей – с одной стороны, перед начальством и коллегами – с другой.

К чему ведет чувство вины

Первое, на что влияет это ощущение – здоровье и общее самочувствие. Женщина начинает часто нервничать и раздражаться. Общаясь с ребенком, она часто злится – и, как кажется, безосновательно. Впрочем, достается всем: и коллегам, и мужу.

На работе при таком напряжении тоже до идеала далеко: женщина часто отвлекается, переживает, хуже выполняет свои обязанности. Ее чувство вины отравляет жизнь тем, кто ее окружает.

Что делать?

Решение стать домохозяйкой сможет себе позволить не каждая женщина. Да если это и возможно – облегчение не гарантировано.

Первым выходом из негативной ситуации может стать отношение мужа. В случае, когда женщина выбирает работу, чрезвычайно важным оказывается позиция ее партнера. Как свидетельствуют результаты научных исследований, если он положительно настроен на работу супруги, на ее профессиональную занятость, поддерживает, радуется достижениям, то чувство вины значительно снижается. Также положительно сказывается участие мужчины в домашних делах: по правилу – ими занимается тот, кому это в конкретный момент удобнее.

Не менее важна и поддержка коллег. Если в коллективе хорошая психологическая обстановка, от женщины не требуют «беззаветного служения делу» и сверхурочной работы, то чувство вины также становится меньше.

Третьим способом избавиться от чувства вины может стать признание реального положения вещей: нужно перестать требовать от себя невозможного. Отдавать все силы работе и укорять себя этим, считать себя отвратительной мамой из-за того, что уделила ребенку меньше внимания, чем хотелось бы – это неправильно. Важно принять, что жизнь такая, какая есть: нельзя быть в двух местах одновременно. Значит, страдать от этого не имеет смысла. Ведь в плохую погоду можно из-за нее грустить, а можно – тепло одеться и пойти туда, куда хотелось. Так и в данной ситуации: не стоит делать трагедии из ситуации, не надо становиться идеальной матерью и идеальным работником. В обоих случаях достаточно быть просто хорошей.

Источник: <https://ug.ru/stoit-li-byt-idealnoj-psiholog-rasskazal-o-chuvstve-viny-rabotayushhih-mam/>

Как бороться с пассивной агрессией – советы психолога

О проявлениях пассивной агрессии и способах борьбы с ней рассказал Денис Хакимов, специалист Московской службы психологической помощи.

Обида и злость далеко не всегда проявляются в битье посуды, криках, ругани и драках. Часто эмоции подавляются и выражаются затем не так явно. Однако воздействие обиженного человека на других, как сообщает Московская служба психологической помощи населению, не перестает быть токсичным.

Разрушительные эмоции и чувства обычно прячут, чтобы не нарушать принятые в обществе нормы и не разрушать отношения с окружением. Однако даже в неявном виде они могут портить общение – как с коллегами, так и с близкими.

Способы скрытого противостояния могут проявляться, например, в качестве язвительных шуток – важность переживаний собеседника тогда занижается, его ситуация начинает выглядеть как никчемная и не заслуживающая внимания. Скрытая агрессия может проявляться и в виде нарушения личных границ – часто родители склонны навязывать свои установки молодой семье.

Распространенным видом тихого насилия является также молчание: тогда человек просто игнорирует партнера и не отвечает на его вопросы. Часто пользуются и другим способом проявить агрессию – сравнением, когда обязательно говорится, что у другого все получается лучше, что другой красивее и успешнее.

Специфическим способом негативно воздействовать является газлайтинг, когда у жертвы провоцируют сомнения в собственном восприятии реальности. При этом обычно повторяют фразы: «Я такого не говорила», «Тебе показалось», «Этого никогда не было и быть не могло!».

Таковыми и похожими способами пользуются манипуляторы. В условиях подобных токсичных установок общение значительно ухудшает психологическое состояние. Денис Хакимов предлагает использовать следующие советы в случаях, если вы заметили подобное отношение к себе.

Важно быть открытыми и прямо заявлять о своей позиции. Недовольство следует относить к конкретной фразе или ситуации. В том числе, и к «шуткам», которые выражают скрытую злость

Следует сохранять спокойствие и не срывать на ответную злость. В противном случае вы рискуете усугубить конфликт и спровоцируете оппонента больше закрыться от вас.

Не стоит игнорировать скрытую агрессию в ваш адрес. Тогда ее проявления станут более частыми и создадут еще большую напряженность.

Попытайтесь понять повод для такой агрессии. Если вы поймете причину, конфликт будет проще разрешить.

Если вы сами проявляете скрытую агрессию к людям, стоит разобраться в себе. Если это сложно сделать самому, стоит обратиться к психологу. Важно проанализировать обиды. Комплексы, стресс, подавленные эмоции.

Стоит прямо говорить о своих эмоциях, мыслях, желаниях. Открытый разговор даст больший эффект, в отличие от скрытой манипуляции и поможет решать проблемы в позитивном направлении.

Хорошо выработать в себе зрелую позицию: научиться отвечать за свои действия, и признавать значимость других.

Научитесь снимать стресс, эффективно избавляться от напряжения. Это можно сделать с помощью физических нагрузок, прогулок, хорошего сна, творческих занятий.

Подробнее: <https://ug.ru/kak-borotsya-s-passivnoj-agressiej-sovety-psihologa/>

8 видеоигр без агрессии и насилия: они развивают фантазию, сообразительность, а ещё учат добру

До сих пор многие родители думают, что видеоигры — это жестокость и насилие. Чтобы опровергнуть этот стереотип (а это самый настоящий стереотип), мы собрали восемь совершенно безобидных видеоигр на любой вкус: они веселые, трогательные, развивающие, расслабляющие и философские.

1. LittleBigPlanet: приключения вязаного мальчишка и его вязаных друзей

Сэкбой (Sackboy — «мальчик из мешка») — вязаный мальчик, который живет в картонном мире. В его приключениях нет никакого сюжета — он просто побеждает злодеев, выручает своих друзей и решает головоломки разной сложности в японских садах, в пустыне, на Луне или на улицах Нью-Йорка, которые выглядят как декорации к театральной постановке.

LittleBigPlanet становится гораздо интереснее, когда игрок получает собственный конструктор уровней и возможность создавать собственные ловушки, полосы препятствий, здания и сооружения. Своим творчеством можно поделиться с другими пользователями или пройти чужие уровни, просто скачав их в специальном разделе меню.

На чем играть: PlayStation

2. Journey: путешествие по пустыне как лучший способ медитации

В Journey пользователь превращается в загадочную безымянную фигуру в плаще, которая в самом начале игры оказывается в пустыне. Идти нужно к горе, которая видна на горизонте. Зачем идти, как долго и что нужно делать в процессе — неизвестно. Обо всем, включая механику управления персонажем, надо догадаться самому.

В Journey нет слов, текста, персонажей, врагов и всего, к чему привыкли геймеры. Нужно просто дойти до горы. Постепенно игроку будут встречаться другие люди, которые, так же как и он, путешествуют по бескрайней пустыне. Чтобы путешествовать вместе, им придется договариваться без слов, потому что узнать, кто по ту сторону экрана, невозможно. Игровые издания уже много лет называют Journey лучшей игрой-медитацией и настоящим арт-экспериментом.

На чем играть: PlayStation, Windows, iOS

3. The Last Guardian: дрессировка грифона по имени Трико

Игрок управляет безымянным мальчиком, который пытается выбраться из руин огромного замка. Во время путешествия герой встречает огромное грифоподобное существо по имени Трико и решает использовать его для побега. Поначалу их отношения не складываются и игроку приходится находить подход к животному, которое не понимает слов. Его нужно кормить, хвалить, ругать — в общем, дрессировать, как домашнюю собаку.

Игра научит детей ответственному отношению к животным: создатели рассказывали, что они потратили сотни часов на проработку Трико. Их целью было создание эмоциональной связи между игроком и цифровым зверем. В итоге эта игра — отличная тренировка для тех, кто в скором времени хочет завести дома кого-нибудь настоящего.

На чем играть: PlayStation

4. Child of Light: спасение похищенной Луны, Солнца и звёзд

Юная принцесса по имени Аврора просыпается в сказочном лесу, в котором происходит что-то странное. Черная Королева похитила Луну, Солнце и звезды, и все лесные обитатели надеются на помощь принцессы. Героиня в компании верного друга-светлячка отправляется в путешествие по живописному миру страны Лемурии.

Атмосфера игры напоминает книги Льюиса Кэрролла и Сент-Экзюпери: все персонажи — чудаки, которые говорят стихами, а враги Авроры — причудливые монстры, вызывающие одновременно умиление и небольшой страх. Как и любая хорошая сказка, Child of Light понравится детям своей трогательным сюжетом, а взрослых поразит своей глубиной и метафорами.

На чем играть: PlayStation, Xbox, Windows, Nintendo Switch

5. Brothers: A Tale of Two Sons: путешествие с братьями по волшебной стране

Братья Ная и Наи отправляются в путешествие за водой мифического Древа Жизни — единственного лекарства, которое может спасти их отца. По пути они встречают злобных огров, волков и даже собственные ночные кошмары.

Игроку нужно управлять сразу двумя братьями, каждый из которых обладает своими навыками и характерами, так что надо будет мирить их, когда они поссорятся, организовывать совместную работу и учить их заботиться друг о друге.

На чем играть: PlayStation, Xbox, Windows, Nintendo Switch, iOS, Android

6. Machinarium: разборка с Бандой Чёрных Шляп в городе роботов

Сюжет игры прост, как ведро гаек: робот-уборщик Йозеф просыпается на свалке в разобранном состоянии и узнает, что его родной город Машинариум захвачен Бандой Чёрных Шляп. Герой решает освободить город, спасти мэра и победить злодеев. Тем более что они схватили его возлюбленную.

«Машинариум» — игра-головоломка (или квест) в стиле классических игр 90-х годов. Игроку нужно решать несложные загадки и искать предметы, потом сочетать их и получать разные инструменты. Главное очарование этой игры заключается в персонажах: смешным, трогательным и немного нелепым роботам очень хочется помочь. В целом впечатление, которое производит «Машинариум», похоже на впечатления от просмотра мультфильма «Валл-И».

На чем играть: PlayStation, Xbox, Windows, Mac, Nintendo Switch, iOS, Android

7. Deponia: The Complete Journey: любовь с первого взгляда и политические интриги

На изобретателя неудачника Руфуса свалилась любовь всей жизни. Буквально. На планету-свалку Депония, где живет главный герой, упала спасательная капсула с таинственной девушкой Гоал внутри. Гоал видит героя и сразу же впадает в кому. Руфус

решает во что бы то ни стало привести девушку в чувство и прожить с ней долгую и счастливую жизнь, но вместо этого ему приходится распутывать политические интриги и спасти мир.

Игра строится по принципу головоломки с поиском предметов, но гораздо больше внимания разработчики уделили истории и диалогам. Все части Deponia объединяет тонкий и саркастичный юмор, который при этом остается очень добрым.

На чем играть: PlayStation, Xbox, Windows, Mac, Nintendo Switch, iOS

8. Ori and the Blind Forest: восстановление леса в компании странного существа

Дерево духов, служащее хранителем леса, умирает. В последний момент оно передает свои силы маленькому духу Ори и сбрасывает его на землю. Ори находит и усыновляет Нару — странное существо, похожее на медведя. Теперь им вместе предстоит восстановить лес и спасти его обитателей.

Ori and the Blind Forest — точно самая красивая игра в этом списке. В сказочном лесу прорисована каждая деталь: от травы до проникающих через листву лучей солнца. По атмосфере игра напоминает мультфильмы Хаяо Миядзаки, но тут по удивительной вселенной можно путешествовать и решать несложные головоломки. Игра очень медитативная и в перспективе может научить ребенка больше думать о сохранении природы.

На чем играть: Xbox, Windows, Nintendo Switch

Подробнее на «Меле»: <https://mel.fm/zhizn/razvlecheniya/9720534-8-videoigr-bez-agresii-i-nasiliya-oni-nauchat-detey-mechtat-dogovarivatsya-i-logicheski-myslit>

Как справиться с трагедией

Каждый из нас хотя бы раз в жизни переживал если не трагедию, то болезненную неудачу: увольнение, поражение, крах бизнеса. Даже сильные люди во время подобных обстоятельств могут впасть в длительную депрессию. Что уж говорить о слабых? Именно поэтому нам нужна стратегия, которая поможет оправиться от душевной травмы, привести психику в порядок и жить дальше.

Когда судьба наносит свой удар, появляется мысль о том, что все должно быть не так. И что все это — несправедливо и незаслуженно. Но реальность это совершенно не волнует. Трагедия произошла, и нужно что-то делать.

На первый взгляд может показаться, что как раз делать тут особо нечего. Появляется сильнейшая беспомощность, опускаются руки. Вы чувствуете, что у вас нет контроля над ситуацией. А будущее кажется темным и неприветливым.

Но все когда-нибудь заканчивается. Если не делать совершенно ничего, «выздоровление» может длиться месяцами. Однако имея стратегию, это время можно существенно сократить и выйти из ситуации если и не победителем, то хотя бы не проигравшим.

Как справиться с трагедией

Этот процесс можно условно разбить на пять последовательных этапов.

Взгляните на жестокую правду

Итак, что-то трагическое действительно произошло. Вместо того чтобы испытывать к себе жалость, начинайте прилагать сознательные усилия для того, чтобы взглянуть в лицо жестокой реальности. Что случилось, то случилось. Противостояние на этом этапе будет не очень полезным и может сделать ситуацию хуже.

Вам нужно полностью принять затруднительное положение, не испытывая гнева. Помните, независимо от того, что происходит, именно вы решаете, как реагировать. Можно гневаться, нанося огромный ущерб своей психике, либо же попробовать наблюдать ситуацию со стороны, то есть объективно.

На этом этапе легко потакать своим эмоциям. И если это случается, то мы подпадаем под зависимости разного рода: алкоголизм, чрезмерное потребление еды, курение. Это помогает лишь замаскировать боль, но уж никак не решить проблему.

Словом, на этом этапе главное — минимизировать ущерб. Сделать все, чтобы благодаря нашим реакциям все не стало еще хуже.

Отстранитесь от ситуации и спросите себя:

Что только что произошло?

Что это значит?

Как это влияет на меня?

Как это влияет на других?

Каковы более широкие эффекты?

Каковы краткосрочные и долгосрочные последствия?

Эти вопросы помогут вам получить представление о жестокой истине реальности, в которой вы оказались. В любом случае, нужно проанализировать то, что случилось.

Приведите себя в порядок

Задавать вопросы, представленные выше, вероятно, было непросто. Трудно смириться с трагическим событием, которое потрясло основы вашей жизни. Но именно такие моменты выковывают характер.

То, что вы сделаете дальше, может кардинально на вас повлиять. Важно не подтолкнуть себя в бездну депрессии и отчаянья. Для того чтобы не случился второй вариант, вы должны в первую очередь простить себя и других. Сейчас не время винить, отрицать случившееся и чувствовать себя подавленным. Немедленно остановите себя, когда внутренний голос начнет говорить вам:

Это несправедливо.

Я так глуп, что позволил этому случиться со мной.

Я не могу так больше.

Я не заслуживаю ничего лучшего.

Возьмите на себя полную ответственность за то, что произошло.

Затем отделите себя от обстоятельства, в котором оказались. Побудьте наедине со своим гневом и разочарованием, но наблюдайте за ними отстраненно.

Сейчас важно привести себя в порядок. Если нужно, получите поддержку, поговорив с близким человеком. Отправьтесь в место, которое не будет навевать печаль. Ищите советы в книгах, статьях, фильмах. Например, прочтите книгу «Куриный бульон для души», она поможет узнать о разных ситуациях, в которых оказывались люди, и покажет, как они с честью выходили из затруднительных положений.

Идея состоит в том, чтобы заново изобрести себя эмоционально, умственно и физически.

Взгляните на ситуацию иначе

Теперь, когда вы взяли себя в руки и начали смотреть на случившееся холодным разумом, нужно получить новый взгляд на ситуацию.

Один из лучших способов сделать это — рассматривать трагедию как препятствие, которое нужно преодолеть. Посмотрите на нее как на вызов, который проверяет вашу решимость и позволяет закалить характер.

Вам нужно начать думать о случившемся рационально. Для этого задайте себе один вопрос:

Чему эта трагедия хочет научить меня?

Возможно, нужно приобрести больше опыта и знаний. Или стать более приспособленным к ударам судьбы. А может и научиться быть всегда готовым к возможным проблемам.

Трагедия может оказаться пробуждением. Она хочет сказать, что вам нужно работать над развитием внутренней устойчивости и силы. Или что пора лучше заботиться о себе: избавляться от вредных привычек и негативных мыслей.

Сейчас вы находитесь в более восприимчивом состоянии ума, поэтому задайте себе несколько дополнительных вопросов:

Какова истинная ценность этой трагедии?

Какой урок я не заметил?

Может эта трагедия хочет сказать, что я чего-то избегаю?

Что я должен понять?

Может ли эта трагедия стать катализатором позитивных изменений?

Важно задавать себе подобные вопросы до тех пор, пока вы не достигнете той точки, после которой начнете понимать, что это еще не конец, а начало чего-то нового.

Осознайте свои намерения относительно будущего

Когда вы открыли дверь для будущих возможностей, пришло время внести ясность относительно своих намерений и выяснить, какие варианты имеются.

Важно, чтобы на этом этапе вы сосредоточились на продвижении вперед. Не нужно больше тратить время, чтобы оглядываться на свое прошлое. Что сделано, то сделано. Можно контролировать лишь нынешний момент, чем мы сейчас и займемся.

Начинайте проявлять немного любопытства. Поинтересуйтесь будущими возможностями, а затем спонтанно предпринимайте небольшие действия в этом направлении. Следуйте за своей интуицией и смотрите, куда она вас приведет. Будьте терпеливы.

Задайте себе следующие вопросы:

Какую максимальную пользу можно извлечь из этой ситуации?

Какого будущего я хочу для себя?

Какие возможности и варианты выбора могут быть для меня в будущем?

Какие ключевые решения я должен принять сейчас, чтобы быть счастливым в будущем?

Помните, что будущее — это то, что вы делаете сейчас. Решения, которые вы принимаете в этот момент, определяют жизнь, которую вы будете жить завтра, через месяц и даже несколько лет.

Действуйте проактивно

Последний шаг этой стратегии состоит в том, чтобы начать принимать позитивные, проактивные действия. Создайте небольшой план, после чего делайте небольшие шаги.

Двигаться вперед после трагедии очень нелегко. Однако ничего не поделаешь — нужно жить дальше. Через некоторое время небольшие позитивные изменения позволят выйти из негативного состояния.

Дополнительные советы

Тот, кто быстро оправляется после неудачи, является устойчивым и находчивым человеком, который хочет учиться на своих ошибках. Однако это достаточно сложно.

Возможно, стратегия, представленная выше, вам не подойдет. В конце концов, психика у всех разная. Поэтому есть вероятность, что один или несколько из советов, представленных ниже, помогут именно вам.

Расставьте новые приоритеты

Очень вероятно, что трагедия стала следствием того, что вы неправильно расставили свои жизненные приоритеты. Это своего рода индикатор, который показал, что что-то было не так.

Вам нужно познать себя и выяснить, как жить дальше. После чего попробуйте расставить приоритеты с точки зрения человека, который пережил нечто важное и сложное.

Возможно, вам придется чем-нибудь пожертвовать, от чего-то отказаться, внести в свою жизнь новые трудности. Но перемены не даются легко.

Сделайте здоровье главным приоритетом

Если вы не знаете, какой приоритет поставить на первое место, то выбирайте здоровье: не ошибетесь.

Когда вы сталкиваетесь с трагедией, то сразу замечаете, как это начинает отражаться на самочувствии. Многие люди не понимают его ценности, пока ситуация не выходит из-под контроля: уровень энергии падает до нуля, негативные эмоции господствуют в организме и приводят к нервным срывам.

Проявляйте заботу о своем здоровье. Регулярно выполняйте физические упражнения, питайтесь здоровой пищей, высыпайтесь, отдыхайте и восстанавливайтесь.

Установите четкие границы

Какими бы сильными не были негативные события, важно, чтобы они не влияли на все сферы вашей жизни: семью, карьеру, здоровье и отношения.

Например, если вы потеряли работу, это не должно отразиться на отношениях в семье и на здоровье. Иначе получится, что в случае трагедии вся ваша жизнь обречена идти под откос.

Что бы ни произошло в одной области, это не должно влиять на другую. После неудачи на работе не стоит срывать на своих близких и друзьях.

Общайтесь с позитивными людьми

Социализация — это один из лучших способов оправиться после неудачи. Мы не будем приводить десятки исследований, которые показывают, как общение с людьми влияет на психику и настроение. Вы это и так прекрасно знаете.

Но, конечно, лучше всего искать друзей среди позитивных людей. Они смогут дать эмоциональную поддержку.

Только не ищите людей, которым можно пожаловаться на свои проблемы и использовать их как жилетку. Найдите личностей, какие будут вдохновлять вас на освоение новых горизонтов.

Займитесь саморефлексией

Он поможет разобраться в себе и ответить на некоторые вопросы, которые вы боялись себе задать. Можете сфокусироваться на том, почему случилась трагедия или же наоборот — подумать о более позитивных обстоятельствах своей жизни.

Чтобы вдохновить себя, задайте следующие вопросы:

Что было хорошего сегодня?

В каких областях я вырос как личность?

Какие позитивные события или обстоятельства дают мне надежду на хорошее будущее?

Помните: беспокойство и сожаления часто приводят к циклу негативных мыслей, тогда как благодарность и оптимизм дадут надежду, которая будет вас питать еще долгое время.

Оставайтесь сфокусированным и осознанным. Когда вы имеете дело с трагедией, важно оставаться осознанным и пребывать в настоящем моменте. Это помогает повысить концентрацию, улучшить мышление и внимание, что впоследствии позволяет получить более ясную информацию о ситуации.

В дополнение к этому важно, чтобы вы оставались объективными. Не цепляйтесь эмоционально за конкретный результат, иначе не сможете увидеть общую картину. Разумно также оставаться осознанным относительно ваших мыслей и чувств, чтобы они не ввели в заблуждение.

Все это, в сущности, сводится к способности сосредоточиться на том, что происходит на самом деле, а не на том, как вы себе это представляете или на что надеетесь.

Разберите трагедию на запчасти

Трагедия порой кажется концом света. Она огромна, а ее последствия воспринимаются как катастрофические. Так ли это? Не имеет значения, ведь если вы начнете разбирать трагедию за запчасти, то выясните, что с каждым отдельным компонентом вполне можно смириться или справиться.

Но до этого нужно прекратить воспринимать себя как жертву. Возьмите на себя полную ответственность за все, что произошло с вами.

Далее важно назвать трагедию проблемой — вопросом, который надо решить. Это немного перевернет ситуацию. Задайте себе следующие вопросы:

Могу ли я представить эту проблему в форме вопроса?

Какому алгоритму я должен следовать, чтобы решить проблему?

Что конкретно я могу контролировать в этой проблеме?

Какую часть этой проблемы я должен решить в первую очередь?

Как я смогу решить часть проблемы?

Какой первый шаг я должен предпринять?

Эти вопросы определяют основы ваших действий, которые помогут решить возникшую проблему. Таким образом, вы станете наращивать импульс, необходимый для ее преодоления.

Предпримите что-то немедленно

Когда наступает трагедия, мозг обычно переходит в «эконом-режим», чтобы не тратить лишнюю энергию. Тело становится вялым, эмоции — заторможенными. В данной ситуации важно действовать, даже если это немного бессмысленно. Важно двигаться и принимать массу решений. Создайте иллюзию того, что решаете возникшую проблему. Заведите свой мозг.

Конечно, гораздо лучше предпринимать положительные и осознанные действия, если есть такая возможность. Выясните, как можно решить хотя бы часть проблемы и принимайте активные меры.

Например, если вас уволили, создайте план действий:

Найти десять лучших сайтов для поиска работы.

Начать изучение английского языка.

Прочитать десять книг по бизнесу.

Завести новые знакомства.

Привести свою внешность в порядок.

Каждое из этих действий в разной степени поможет, но целый их комплекс произведет отличный эффект. Помните, что вам нужно решать задачи и не останавливаться. Важно показать мозгу, что все в порядке, что вы и оправились от трагедии.

Найдите героев и наставников

Герои, как правило, являются образцами для подражания. Вам необязательно знать этих людей, они могут быть личностями из прошлого.

Важно кем-то восхищаться, чтобы это чувство двигало вас вперед. Подумайте о следующих людях: Генри Форд, Илон Маск, Бенджамин Франклин, Стив Джобс, Никола Тесла, Леонардо да Винчи, Зинеддин Зидан. Каждый из них добился чего-то исключительного.

Найдите наставника, если есть такая возможность. Порой, даже несколько советов мудрого человека могут изменить вашу жизнь.

Поработайте над вероятным будущим

Трагедия словно заслоняет тучей светлое будущее. Мы начинаем думать, что это — навсегда. Никогда не будет просвета. Разумеется, это ложное убеждение.

Не нужно мечтать о том, что все будет хорошо просто потому, что вы так решили. Подумайте немного о будущем, задав себе непростые вопросы, например:

Что, если я совершу ошибку?

Что, если близкий человек меня подведет?

Что делать, если мне откажут?

Жизнь после трагедии существует, только вот будущее представляется в темных тонах. Кажется, будто следующие события будут исключительно негативными. Поэтому успокойте свой разум и тщательно подумайте об этих вопросах.

Перечислите свои сильные стороны и прошлые успехи

Если вы почувствуете себя уверенным в своих силах и в том, что способны преодолевать трудности, то почувствуете себя намного лучше.

Один из лучших способов повысить уверенность в себе — взять лист бумаги и начать перечислять следующее:

Ваши прошлые успехи.

Ваши сильные стороны, навыки и способности.

Ресурсы и возможности, которыми вы обладаете.

Воспоминания о прошлых успехах докажут, что вы уже преодолели множество трагедий и неудач. Сильные стороны, навыки и способности покажут, что у вас есть все, чтобы выйти с честью из этого положения. А ресурсы дадут понять, что для этого нужно.

Фокусируйтесь на том, что делает вас сильнее

Каждая трагедия — нелегкое испытание и для всего организма, и для психики. Для того чтобы выйти из затруднительного положения, концентрируйтесь на том, что позволяет вам чувствовать себя сильным.

Когда человек сталкивается с трагедией, он добавляет масла в огонь, постоянно фокусируясь на том, в чем слаб: «А так я и знал, что здесь поведу себя как трус!». Прервите эту цепочку мыслей и начните думать о том, что можете делать. Именно такими усилиями воли и можно изменить фокус своей психики.

Желаем вам удачи!

Подробнее: <https://4brain.ru/blog/как-справиться-с-трагедией/>

Психологические эффекты использования интернета

Сложность исследования интернета состоит в том, что он для каждого свой. Одни используют его для обучения и развития, для других это общение и социальные сети, для третьих — замена ТВ. И все же определенные выводы сделать можно.

Пользование интернетом становится привычкой и влияет на нас хоть и незаметно, но интенсивно. Впрочем, не все плохо, есть и позитивные моменты. Прочтите следующий список и определите насколько описанное характерно вам.

1. Эффект традиционного чтения

Исследование, проведенное журналом «The Atlantic» в 2008 году, показало, что использование интернета ведет к понижению внимательности и негативно влияет на чтение в традиционном смысле этого слова: прочтение целой книги без отвлечений. В нем также утверждается, что способность прочесть целую книгу не особо менялось с возрастом в прошлые десятилетия. Если вы могли без проблем сосредоточиться на ней в 15 лет, то и в 30 и 40 никаких проблем не возникало.

С современным человеком все иначе. В 15 лет он мог читать громадные трилогии и совсем не чувствовал, что делает усилие. А через десять лет использования интернета начал понимать, что не имеет ни желания, ни концентрации для этого.

Даже если человек много читает в интернете, его манера отличается от традиционной. Внимание постоянно перескакивает на другие тексты (названия кнопок, рекламу).

2. Сила мозга

Исследователи сравнивали активность и силу мозга во время традиционного чтения и серфинга («сидения в браузере»). Результаты удивили: мозг более активен при использовании интернета. Однако позитивный эффект наблюдался у людей старше 30 лет.

Впрочем, наверняка будут проведены новые исследования, которые либо подтвердят, либо опровергнут данные результаты.

3. Продуктивность

Это одна из самых интересных и дискуссионных тем. Многие компании ограничивают доступ в интернет (точнее — в социальные сети) для своих сотрудников, считая, что они будут меньше отвлекаться. Это имеет под собой почву с научной точки зрения. Зафиксировано падение в 1,5% продуктивности. Да и с точки зрения логики все понятно: человек чаще отвлекается, значит меньше времени тратит на работу. К тому же переводить свое внимание на работу значительно труднее.

4. Эффект социального нетворкинга и поведения

Белорусский исследователь Евгений Морозов утверждает, что социальный нетворкинг может серьезно повредить человеку. Он разрушает (размывает) личную жизнь и вызывает депрессию.

Морозов говорит, что когда человек понимает, что потенциальный работодатель смотрит его страницу в социальной сети, то «хочет казаться, а не быть». В этом когнитивном диссонансе живет практически каждый из нас.

5. Продолжительность концентрации внимания

Это самый катастрофический эффект, к которому может привести неумеренное использование интернета. Он даже хуже депрессии, потому что ее можно заметить и справиться с ней, но только в том случае, если вы сможете разумно размышлять. То есть концентрироваться.

17% людей просматривают страницы в среднем 4 секунды. В то время только 4% просматривают их на протяжении 10 минут и более.

Если человек заходит на страницу со статьей, то обычно читает на ней около 49% слов. Кроме того, замечена тенденция к спаду этих процентов. С каждым годом люди читают меньше, открывая все больше страниц.

6. Эффект анонимности

Человек зачастую ведет себя иначе в онлайн, чем в жизни. Появляется ощущение свободы и вседозволенности. К тому же люди в сети чаще открывают личную информацию чужим людям, нежели при общении тет-а-тет. Также мы способны сказать многое в интернете, а при личной встрече чувствуем эмоциональные барьеры.

7. Зависимость от интернета

Мы зависимы от интернета социально, психологически и профессионально. Даже когда нет потребности выходить онлайн, возникает тревожное чувство того, что мы что-то упускаем. И конечно, многие ученые видят прямую связь между алкоголем, наркотиками и интернетом: во всех случаях выделяется дофамин.

8. Эскапизм

Люди хотят избегать неудобных моментов, эмоций и ситуаций. Все это приводит к тому, что они уходят с головой в интернет, не видя никакого смысла в повседневной, реальной жизни.

Наверняка у вас бывали ситуации, когда вас не очень интересовали конкретные люди в жизни, зато общение с ними онлайн доставляло удовольствие.

Замечайте все позитивные и негативные эффекты использования интернета. Практикуйте осознанность, наблюдайте за активностью мозга и развитием когнитивных способностей. Интернет — лишь инструмент, который можно и нужно использовать себе во благо.

Желаем вам удачи!

Подробнее: <https://4brain.ru/blog/эффекты-использования-интернета/>

Цифровой детокс: как очистить свой мозг от информационного перелоа

Результаты одного из недавних исследований показали, что американцы тратят почти 11 часов в сутки на взаимодействие с электроникой. Конечно, сюда входит не только чатинг или просмотр ленты соцсетей, но и пассивное прослушивание телепередач.

Все это приводит к вполне ощутимым последствиям, таким как нарушение сна, снижение памяти и концентрации внимания, гиподинамии, ухудшению зрения и тд.

Как провести информационный детокс и выстроить здоровые отношения с технологиями – читайте в статье.

Показания и общие рекомендации по цифровому детоксу

Если вы тот человек, для которого смартфон стал частью тела, если вы проверяете время на телефоне, а через 5 минут обнаруживаете себя где-то в глубинах ленты Facebook, то вы определенно нуждаетесь в цифровом детоксе.

Не пугайтесь, в этой процедуре с медицинским названием нет ничего страшного: вы и только вы контролируете весь процесс. Предлагаем вам несколько рекомендаций по преодолению зависимости от гаджетов. Для большего удобства мы разделили их по уровням сложности. Начинать с первого и последовательно двигайтесь дальше по списку. Как долго задерживаться на каждом уровне – решать исключительно вам. Как и то, какие именно рекомендации внедрять, а какие – нет.

Смысл в том, чтобы научиться осознанно взаимодействовать с технологиями, а не загнать себя в каменный век.

Цифровой детокс: Первый уровень

Цель этого уровня – внедрить небольшие изменения, которые снизят дозировку технологий в вашей жизни. Вам нужен легкий старт, быстрые победы, а значит и дополнительная мотивация. Внедрение большинства рекомендаций займет не более 5 минут, так что можете начинать сразу после прочтения.

Компьютер

Удалите все программы, которыми вы редко пользуетесь;

По максимуму удалите все ярлыки и папки с рабочего стола. Используйте поиск, чтобы найти нужную программу или файл;

Используйте полноэкранный режим для программ. Это хороший способ избавиться от отвлечений. Перед вами будет только то, что нужно;

Удалите из закладок часто посещаемые сайты (особенно соцсети). Чем труднее к ним доступ – тем реже вы будете туда заходить;

Обедайте не за рабочим столом. Мозг не может концентрироваться на 2-х процессах сразу. Или еда, или Instagram;

В конце дня закройте все свои вкладки и программы, удалите или переместите все файлы из «Загрузок», очистите корзину и выключите компьютер.

Телефон

Так же, как и на компьютере, удалите ненужные или редко используемые приложения;

Отключите звук (в том числе вибрацию) для всех уведомлений, кроме звонков;

Купите себе обычный будильник. Это избавит от соблазна первым делом после сна проверять почту или соцсети;

Пользуйтесь наручными часами, а не справляйтесь о времени в телефоне;

Не проверяйте телефон во время общения с людьми. Будь то с вашими друзьями или официантами в ресторане;

Отключайте мобильный интернет, когда вы не на работе или не дома.

Цифровой детокс: Второй уровень

На втором уровне вы будете учиться осознанности в использовании технологий и расширять достижения предыдущего этапа. Вы также избавитесь от некоторых вредных цифровых привычек.

Компьютер

Прекратите чтение и просмотр сайтов, которые не способствуют достижению ваших целей;

Если вы случайно нашли интересное видео или статью, не читайте ее сразу, а добавьте в закладки. Выделите специальное время, чтобы прочитать все за один заход;

Установите StayFocusd – расширение, которое позволяет блокировать определенные сайты на заданное время;

Не проверяйте почту до 11 часов. Посвятите утреннее время важным задачам, которые приближают вас к достижению целей;

Отпишитесь от ненужных email-рассылок: новостей, компаний, итд.

Телефон

Переведите телефон в режим полета за час до сна и отключите его только после завершения утренней рутины;

Переместите все приложения с домашнего экрана. Теперь вам придется сознательно выбрать какое-то приложение и свайпнуть вправо, чтобы найти его;

Отключите все уведомления, кроме звонков и SMS. Если вы хотите что-то проверить, просто откройте нужное приложение;

Отписывайтесь от бесполезного контента. Если какой-то канал или паблик больше не развлекает вас или не обучает, смело покидайте его;

То же самое можно сделать и с «лишними» друзьями в соцсетях – удалите их.

Цифровой детокс: Уровень третий

Третий уровень – “золотая середина” для большинства людей. Привычек, которые вы освоите, будет вполне достаточно, чтобы почувствовать полный контроль над технологиями.

Компьютер

Выделите специальное время для просмотра электронной почты и соцсетей. Делайте это не более 2-х раз в день;

Выключите WiFi, когда вы не работаете в интернете;

Бросьте себе вызов! Проведите 1 день без использования компьютера. Ни онлайн, ни офлайн. Просто выключите его. Удобнее всего сделать это на выходных.

Телефон

Теперь самое сложное. Удалите все приложения для социальных сетей. Если вам нужно что-то конкретное, воспользуйтесь веб-версией и не забудьте потом выйти из аккаунта;

Выберите только одно приложение для общения. Отдавайте предпочтение мессенджерам, таким как WhatsApp или Telegram.

Когда вернетесь домой, положите телефон на какое-то заранее определенное место, а не носите его с собой.

Заряжайте телефон в другой комнате.

Цифровой детокс: Уровень четвертый

Наконец мы подобрались к уровню для чемпионов. Если хотите попробовать настоящий цифровой аскетизм, вот вам несколько рекомендаций.

Компьютер

Заново откройте для себя бумагу и используйте ее для тех дел, которые вы привыкли делать на компьютере. Это могут быть списки дел или покупок, заметки, ведение дневника, чтение и другое;

Создайте в своем жилище зоны, свободные от технологий. Начните со спальни – это должен быть кусочек доцифровой эры. В идеале, оставьте только одну комнату, где вы будете иметь дело с гаджетами;

Не заходите в Интернет, чтобы проверить информацию, не связанную с работой, такую как название телешоу или год выпуска песни. Отложите это на 24 часа. Скорее всего вы уже забудете об этом, а значит информация не такая уж и необходимая;

Пойдите дальше и не пользуйтесь гаджетами как минимум неделю во время своего отпуска. Расслабьтесь и отдыхайте;

Избавьтесь от устройств, которые не приносят вам существенной пользы. Например, фитнес-браслеты, умные часы, смарт-колонки.

Телефон

Отключите электронную почту, чтобы не проверять ее в течение дня;

Нет смысла иметь профиль на всех платформах соцсетей. Оставьте только одну, которая необходима вам для работы или общения;

Еще более жесткий вариант – заходите в соцсети только с браузера на компьютере ограниченное количество раз в день.

Купите себе олдскульный мобильник, где нет выхода в интернет и используйте его только для звонков и SMS;

Поставьте режим «В самолете» на весь день и выходите из него только в тех случаях, когда вам действительно нужно воспользоваться телефоном.

Не заходите слишком далеко

Было сложно работать над составлением рекомендаций для четвертого уровня. Слишком легко перегнуть палку и выйти за границы здравого смысла. Мы нуждаемся в технологиях. И не потому что мы от них зависимы, напротив, они делают нашу жизнь более продуктивной, разнообразной и дарят небывалые возможности.

Поэтому вы должны подходить к выполнению предложенных выше рекомендаций с умом. Выбирайте то, что соответствует вашим желаниям и возможностям. Не стоит ссориться с боссом или друзьями, из-за того, что вы решили пользоваться только WhatsApp`ом и ничем иным.

Смысл цифрового детокса не в том, чтобы выбросить технологии на свалку, а в том, чтобы пользоваться ими осознанно и себе во благо.

А вы чувствуете, что вам нужен цифровой детокс? На что вы готовы, чтобы избавиться от зависимости?

Подробнее: <https://4brain.ru/blog/info-detox/>

Как определить свою миссию и найти мечту

Определение собственной миссии является одной из самых важных проблем для человека. Он постоянно задает себе одни и те же вопросы и, не получив ответа, продолжает жить дальше. Это приводит к ощущению опустошенности и бесцельности, а поиск счастья превращается в бессмысленную трату времени. Каждому необходимо выяснить, для чего он живет и какие у него ценности, чтобы в трудное время принимать правильные решения и не жалеть о них.

Мы поговорим не только о миссии, но и мечте, а также о том, какая между ними разница.

Зачем нужна миссия и мечта?

Наиболее важной вещью является определение вашей версии успеха. Иначе как вы поймете, что работаете ради своей мечты, а также какие решения стоит для этого принимать?

Достижение мечты и осознание миссии приводит к появлению целей. Цели без мечты и миссии не мотивируют и превращают вашу работу в рутину. При правильной расстановке приоритетов внимание заостряется на важных вещах, вы перестаете тратить время на пустые, ненужные вещи.

Когда у вас есть несколько последовательных целей, формирующих вашу миссию, вы получаете массу дополнительной энергии и обращаете внимание на ресурсы и возможности, которые могут вам помочь. Без такого острого фокуса внимание будет рассеиваться, вы станете неорганизованным и не будете понимать, зачем просыпаетесь по утрам.

Метафорически, цели представляют собой ступеньки, по которым вы взбираетесь на встречу своей миссии и мечте. Тем не менее помните, что вы не должны ориентироваться исключительно на достижение целей — получайте удовольствие от сегодняшнего дня и не думайте о том, что будете счастливы лишь когда достигнете своих целей.

Мечта и миссия нужны хотя бы для того, что они двигают вас вперед, заставляют развиваться каждый день и никогда не унывать. Неважно, высокие или приземленные у вас идеалы и цели, вы должны действовать и именно миссия и мечта помогут вам в этом.

Миссия VS Мечты

Итак, в чем же разница между миссией и мечтой?

Миссия определяет вашу цель. Это то, что вы хотите достичь в конечном итоге: в карьере, жизни, личной жизни. Миссия выражена конкретно и ее можно измерить.

Мечта — это нечто более эмоциональное и воодушевляющее. В ней вы выражаете свои главные ценности и то, как вы примените их для своей миссии.

С опытом, возможно, ваши мечты, идеалы и ценности будут меняться. Поэтому пересматривайте их время от времени, чтобы в итоге не оказаться в тупике.

Создание миссии

Следуйте этим пяти шагам:

1. Выясните, что вы делаете лучше всего

Концентрируйтесь на своих сильных сторонах, на том, что вы цените больше всего, что заставляет ваше сердце биться сильнее всего. Это самый важный этап, потому что вам нужно найти то, что позволит вам каждый день находить силы двигаться дальше. У вас наверняка есть черты и свойства, которые вы любите в себе. Развивайте их каждый день и доводите до совершенства.

2. Подумайте о том, что лично для вас значит успех

Что для вас является самым ценным?

Какими достижениями вы гордитесь больше всего и почему?

Что должно случиться, чтобы вы себя почувствовали наполненным, живым и настоящим?

Составьте список своих достижений и проанализируйте их. В какой сфере вашей жизни их больше всего? И что вы считаете успехом?

3. Определите свои персональные цели

Для того, чтобы достичь успеха, вам нужно поделить процесс достижения на несколько шагов. Двигайтесь от одной цели к другой, не останавливаясь. Отмечайте свои успехи и продолжайте развивать свои сильные стороны.

4. Объедините предыдущие три этапа

Посмотрите на список своих целей, сильных сторон и вашего понимания успеха, а затем определите единственную цель, добиться которой хотите больше всего. Используйте технику SMART для того, чтобы четко ее выразить и понимать, как ее достичь.

5. Уточняйте свою миссию

Подберите правильные слова и сформулируйте свою миссию одним предложением. Пересматривайте эти слова и уточняйте ее, потому что вы развиваетесь и меняетесь, а вместе с вами меняются ваши мечты, идеалы и ценности.

Создание мечты

Создание мечты состоит из четырех последовательных действий:

1. Определите гуманистическую сторону вашей миссии

Вы уже создали одно предложение, описывающее миссию вашей жизни. Посмотрите на него и подумайте над следующими вопросами:

Что самое захватывающее в том, что вы хотите сделать?

Что именно влияет на ваши эмоции?

Как это поможет другим людям?

2. Создайте список своих ценностей

Ценностями могут быть:

Альтруизм

Поиск счастья

Свобода

Умеренность

Мастерство

Стабильность

Совершенство

Потратьте достаточно времени на то, чтобы осознать, что вас волнует и притягивает больше всего.

3. Визуализируйте тот образ себя, которого вы хотите достичь

Представьте образ лучшего себя. В будущем вы сильный лидер? Наставник? Приятный собеседник и человек? Составьте список слов, который лучше всего опишет того человека, которым вы хотите стать.

4. Объедините предыдущие три этапа

Теперь запишите одну-единственную фразу, которая описывает вашу мечту. Она должна вдохновлять и мотивировать, быть наполненной энергией и страстью, когда вы ее читаете. И конечно не забывайте доводить ее до совершенства со временем.

Если вы хотите лучше разобраться в особенностях своей личности, то записывайтесь на наш онлайн-курс по самопознанию, который с помощью специальных психологических тестов и упражнений поможет вам лучше понять себя.

Желаем вам удачи!

Подробнее: <https://4brain.ru/blog/как-определить-миссию-и-мечту/>

Создание позитивно настроенной команды

Были ли вы когда-нибудь частью высоко мотивированной боевой команды? Если да, то вполне вероятно были очень счастливы, когда приезжали на работу (хотя большинство людей делают это с неохотой и даже страхом). Вы были особенно рады сотрудничать с коллега-

ми, генерировать самые разные идеи и работать с высокой продуктивностью. Все это — признаки позитивно настроенной команды.

Преимущества создания позитивно настроенной команды

Исследования показывают, что позитивное отношение к миру с большей вероятностью приведет к успеху, чем негативное. Или, как минимум, сэкономит больше здоровья.

Например, выяснилось, что счастливые люди более успешны практически во всех сферах жизни — от карьеры до личной жизни. Словом, существует мало сфер, где преуспевают пессимисты. Вы можете вспомнить известных лидеров, которые уже своим внешним видом излучают счастье и жизнерадостность.

Другое исследование показало, что позитивное мышление свойственно творческим людям и наоборот — творческие люди отмечают, что количество оригинальных идей зависит от хорошего настроения и уверенности в себе.

Позитив также несет в себе долгосрочные преимущества. Барбара Фредриксон, профессор и социальный психолог, создала теорию под названием Broaden and Build Theory, которая объясняет, что позитивные эмоции расширяют нашу модель поведения со временем. Согласно Фредриксон, чем чаще мы переживаем позитивные эмоции, тем вероятнее позитивное поведение — любопытство, креативность, осознанность. Проще говоря, чем более мы счастливы, тем более креативны. И то же самое касается групп людей.

Как стать позитивным лидером?

Чаще всего команды становятся позитивно настроенными благодаря позитивному лидеру. Вот почему лидер прежде всего должен решить собственные психологические проблемы, стать счастливым, самодостаточным и удовлетворенным жизнью, и уже затем влиять на свою команду.

Профессор позитивной психологии Мартин Селигман разработал модель PERMA, которая выдвигает на передний план пять основных элементов, необходимые каждому человеку для счастья.

PERMA означает:

Позитивные эмоции.

Вовлечение.

Позитивные взаимоотношения.

Смысл.

Достижения.

Подумайте над тем, каким образом вы можете повысить значение каждого элемента в своей жизни. Чем больше этих элементов будет в ней, тем более счастливым вы будете.

Теперь подумайте о своей работе. Каковы ваши сильные стороны? И как часто вы их используете? Вы можете применить анализ личности SWOT для более глубокого понимания.

Работайте над повышением своего эмоционального интеллекта. Это ключевой навык для любого лидера. Те, кто обладает им, могут справляться с негативными эмоциями и помогать в этом другим. Это определенно то умение, которое поможет создать позитивно настроенную команду.

Управляйте с позитивом

Создайте миссию и видение компании. Когда команда четко понимает, зачем делает свою работу, ее уровень счастья и мотивации повышается, люди вовлекаются в деятельность с большим интересом.

Установите цели. Члены команды должны понимать, что их цели и цели компании должны быть гармоничными. Это исключит конфликт интересов и позволит людям выполнять свою работу с энтузиазмом.

Общайтесь с членами команды каждый день. Подумайте о том, как и о чем вы общаетесь со своей командой. Что преобладает в ваших речах? От чего стоит избавиться? Предпринимаете ли вы индивидуальный подход? Повышайте свои навыки коммуникации.

Создавайте доверие в коллективе. Люди должны знать, что именно происходит в компании. Будьте более открытыми и прозрачными, отвечайте на все возникающие вопросы. Устраивайте регулярные встречи и позволяйте членам команды высказывать свою точку зрения. Это позволит им быть услышанными и понять, что вы обращаете внимание на их проблемы и беспокойства. Делегируйте. Когда вы поручаете команде интересные проекты и предоставляете полную свободу, их деятельность становится более интересной, а результаты — лучше. Кроме этого, поощряйте самостоятельную работу и не вмешивайтесь в нее.

Помогайте. Ваша команда не может быть счастливой, если у нее недостаточно ресурсов и помощи от вас. Ищите способы помогать своим людям.

Подкрепляйте позитив

Позитив — это привычка, а лучший способ закрепить привычку — подкреплять ее каждый день. Это требует дисциплины, но результаты могут быть невероятными.

Повышайте уверенность своей команды. Давайте людям свободу действий, обеспечивайте всеми необходимыми ресурсами, поддерживайте их и празднуйте маленькие победы.

Избавляйтесь от негативного настроения отдельных членов команды. Даже отдельно взятый человек может «заразить» своим настроением всю команду. Уделите такому человеку особое внимание. Почему он несчастен? Как можно ему помочь?

Просите людей использовать аффирмации. Аффирмации несут мощнейший потенциал, потому что работают через подсознание. Это отличный способ повысить уверенность, изменить негативные мысли на позитивные и научить человека преодолевать трудности.

Чтобы создать позитивно настроенную команду, может понадобиться много времени, но оно того стоит. Вы увидите результаты, а также повысите уровень счастья.

Желаем вам удачи!

Подробнее: <https://4brain.ru/blog/позитивно-настроенная-команда/>

Вещи, на которые стоит прекратить тратить время

Время — удивительная штука. Стоит отказаться от того, что приводит к пустой трате потенциала, как автоматически находится несколько часов в день на действительно важные вещи.

Почему стоит отказываться от некоторых видов деятельности? Пожалуй, каждый человек тратит определенное количество времени на то, что не несет никакого смысла, а то и вовсе вредит. Дело в ценностях — когда мы забываем о них, то автоматически втягиваемся в дела, которые не приносят пользы. Изучите следующий список, выясните, занимаетесь ли вы этими вещами и прекратите попусту терять время на все это.

Отвлекаться во время встречи с близкими людьми

Помимо того, что это некультурно, так еще и вредит отношениям. Сообщение или звонок почти всегда могут подождать. Сосредоточьтесь на разговоре и человеке.

Проведите пару часов с родными и прекратите думать о том, что где-то бурлит жизнь. Не менее важная ее часть сейчас перед вами.

Быть постоянно занятым

Есть такие люди: они всегда чем-то заняты. Некоторые из них все равно ничего не успевают, другие же делают очень много, но не замечают ничего другого.

Если вы постоянно заняты, значит позволяете ситуации управлять собой. Подумайте, неужели все дела должны быть выполнены прямо сейчас? И не лучше ли сделать самое важное, а затем заняться чем-то более приятным?

Мыслить негативно о текущей ситуации

Плохих новостей значительно больше: людям что-то от вас нужно, валютная ситуация ухудшается, а температура воздуха то слишком высокая, то слишком низкая. Если просто из принципа выяснить, к какому количеству событий можно прилепить бирку «плохо», весьма вероятно, что за сутки наберется трехзначное число.

Да и почему мы постоянно говорим о своих проблемах? Неужели разговор о том, что произошло хорошего, так скучен и менее важен?

Драматизировать

Привычка драматизировать плавно вытекает из привычки мыслить негативно. Что-то плохо? Значит будет еще хуже. Научитесь жить в состоянии неопределенности. Вы не можете повлиять на все события в мире. Сделайте все, что в ваших силах и расслабьтесь.

Концентрироваться на том, чего у вас нет

Важно знать, чего хочешь и идти к этой цели, но до тех пор, пока это все вызывает энтузиазм, а не апатию. Люди зачастую концентрируются на том, чего у них нет и не предпринимают никаких действий, чтобы это получить, лишь прокручивая мысли снова и снова. Выясните, чего хотите, определите, как этого достичь, и предпримите конкретные шаги.

Чрезмерно беспокоиться относительно прошлых ошибок

Некоторые ошибки можно исправить, другие нет, из третьих можно извлечь правильные выводы. Это все, что вам нужно знать: исправляйте, оставьте в покое или делайте выводы и не повторяйте их.

Заниматься самообманом

Этим человек занимается постоянно, не желая испытывать неприятные ощущения от когнитивного диссонанса. Мы поверим в любую глупость, чтобы не выглядеть дураками в своих глазах и глазах окружающих.

Если работа выполнена плохо, признайте это и думайте о том, как все исправить. Если вступили в конфликт, признайте и свое участие в нем.

Подвергаться манипуляциям

Стоит прежде всего понять, какие люди в вашей жизни являются манипуляторами. Иногда грань достаточно тонкая, но чаще всего все очевидно: если человек хочет достичь своей цели путем причинения ущерба вам, значит это манипулятор.

Однако, когда речь идет о близких людях, все становится сложнее. Нет точного ответа, какое количество помощи необходимо предоставить. Но одно ясно: человек, которому вы помогаете, должен искренне ценить это, а не относиться так, будто ему должны.

Пытаться впечатлить других

Мы все хотим произвести хорошее впечатление, но излишнее, маниакальное желание достичь этого, ведет к лицемерию, пафосу и лжи. Да, в обществе нужно скрывать свои недостатки, не говорить первое, что приходит в голову, но и создавать неверный образ тоже не стоит. Найдите грань между правилами приличия и желанием потешить свое самолюбие.

Думать о том, что в будущем будет подходящий шанс

Чаще всего самый подходящий шанс — сегодня и сейчас. Когда начинать заниматься саморазвитием? Когда нужно учить английский? Когда нужно искать новую работу, если старая надоела? Составьте план действий и начинайте сейчас же.

Искать волшебные пилюли для саморазвития

Меняться тяжело и каждый, кто скажет, что это проще простого — шарлатан. Привычки ломаются месяцами и это уже не легкая прогулка. Наш мозг так устроен, что не может измениться за сутки.

Да, многое можно сделать уже сегодня, но чтобы закрепить полезные привычки и привить полезные навыки, нужно проявить гигантское терпение. Или хотя бы полюбить перемены и изменения. Любите менять себя в лучшую сторону, тогда будет намного легче. Но все равно это займет много времени, поэтому будьте готовы к этому.

Желаем вам удачи!

Подробнее: <https://4brain.ru/blog/вещи-прекратить-тратить-время/>

Тюрьма за прогулы, обязательная химия и фарси: как устроено образование в Иране

Исламская республика Иран — традиционалистское государство, построенное по законам шариата. Однако женщины здесь учатся наравне с мужчинами, государство гарантирует их право на образование. Большое внимание уделяют точным наукам, почти все детские сады — частные, а хиджаб — обычная школьная форма.

На образовательную, научную и исследовательскую деятельность в Иране ежегодно выделяется 20% бюджетных средств. Это один из самых высоких показателей в мире. Здесь удивительным образом сочетается изучение религии и точных наук. Руководство исламского государства считает точные и естественные науки обязательными для формирования мировоззрения каждого образованного человека.

По статистике 2015 года, больше 87% взрослого населения в Иране — грамотные. После Исламской революции 1979 года индекс грамотности постоянно увеличивается и колеблется в зависимости от возрастных групп и региона проживания. Так, в возрасте 15-24 лет показатель грамотности достигает 98%. При этом более семи миллионов человек остаются безграмотными. Из них почти 2,5 миллиона — пожилое население и около 250 тысяч — молодёжь.

После революции женщины и мужчины имеют одинаковые права на получение образования, в том числе высшего. Грамотность женщин в Иране — 50%, до революции этот показатель не превышал 35%.

Частные детские сады, фарси и история ислама

После реформы в 2012 году в Иране была принята 12-летняя система общего школьного образования, которая отвечает международному стандарту К-12. Учебным процессом в школах руководит Министерство образования. Для дошкольников организованы детские сады, или махд-е кудак. Для детей от пяти лет есть подготовительные занятия, но они не обязательны и на них ходит только половина дошкольников. 98% детских садов — частные. Отдать ребёнка в государственный детский сад очень сложно — мест на всех не хватает и детей записывают в длинную очередь. В частные дошкольные учреждения можно без очереди записаться онлайн.

Общеобразовательные школы в Иране принимают на обучение детей с шести лет. Первые восемь классов обязательны. Каждый этап обучения заканчивается сдачей государственных экзаменов. В начальной школе (Dabestan) учатся пять лет. Затем ученики сдают общенациональный выпускной экзамен для получения сертификата о начальном образовании. Ученики начальной и средней школы изучают точные (физика, математика) и естественные (биология, химия) дисциплины; гуманитарные (персидский язык (фарси) и литература, география, история); исламские (история ислама, Коран, арабский язык). Дополнительно проводятся занятия по физкультуре. Программа обучения для мальчиков и девочек одинакова, но учатся они раздельно.

Кройка, довоенная подготовка и обязательная химия

В средней школе (Rahnamayi) девочкам начинают преподавать домоводство и обучают основам кулинарии, кройки и шитья. Мальчики проходят начальную довоенную подготовку, изучают механику и технические науки. На этом этапе руководство школы организует практические занятия на предприятиях. Практику оплачивают родители. Как правило, эта сумма вносится в виде добровольных платежей. В средней школе начинается изучение иностранного языка, который ученики выбирают самостоятельно.

Старшую школу (Dabirestan) начинают посещать в 12-13 лет. Считается, что к этому возрасту большинство подростков уже определились с будущей профессией. В зависимости от планов, учащиеся выбирают одно из двух направлений для дальнейшего обучения — теоретическое или прикладное.

Теоретическое предполагает поступление в вуз после школы. Можно выбрать специализацию в области медицинских, гуманитарных и естественных наук. На первом году обучения программа для всех едина. Профильные дисциплины начинаются со второго года. По окончании школы сдают единый экзамен, или Konkur, который является аналогом российского ЕГЭ. Независимо от специализации, на экзамен выносятся дисциплины по каждой области знаний: во всех школах сдают персидский язык, физику, математику, ислам, химию и биологию. После экзамена выпускники получают документ о среднем образовании.

Программа прикладного направления готовит узких специалистов — в основном это будущие мастера и работники промышленности, торговли, сельского хозяйства. Окончив старшую школу, ученики прикладного направления дополнительно обучаются два года по программе повышения квалификации — «кардани». Выпускники получают диплом, аналог российского диплома о среднем специальном образовании.

Новогодние каникулы в марте и тюрьма за прогулы

Обычно в классы набирают до 20 учеников. Все школьники носят форму. Для девочек это традиционный исламский хиджаб: комплект одежды, состоящий из косынки и свободной рубашки длиной до середины бедра, обязательно с длинными рукавами. Школьный хиджаб может быть белым, чёрным, а также в розовых или голубых тонах.

Форма школьной одежды для мальчиков классическая: светлая рубашка с длинными рукавами, тёмного цвета жилетка и брюки. Система оценивания в иранских школах 20-бальная: 0-9 — эквивалент российской «единицы»; 10-11 — «2»; 12-13 — «3»; 14-15 — «4»; 16-20 — «5».

Учебная неделя начинается в субботу и длится до среды включительно

Начало занятий — 7.30, количество уроков в день — до шести (в средней школе 24 учебных часа в неделю). По иранскому календарю учебный год начинается 1-го мехра (23 сентября). Летом каникулы с июня до конца сентября, а вот новогодние — с 21 марта до 1 апреля.

В стране действует программа ликвидации безграмотности, поэтому законом предусмотрена ответственность за непосещение школы. За отсутствие контроля или сознательное пре-

пятствие учебному процессу для родителей или опекунов предусмотрено наказание в виде штрафа и даже лишения свободы сроком от 1 до 3 лет.

Частные школы для одарённых детей

Все государственные школы — бесплатные. Частные учебные заведения составляют 8% от общего числа школ и созданы в основном для одарённых детей. Образование в них платное, однако для льготников предусмотрены скидки. Наиболее известная школа для одарённых детей — Национальная организация по развитию выдающихся талантов (NODET — National Organization for Development of Exceptional Talents, в Иране эта школа называется SAMPAD). Государственный аналог — школа Nemoone Dolati — финансируется за счёт госбюджета.

Популярная частная школа «Рефах» считается лучшей в Иране. Здесь принимают учеников с 7 по 11 классы для обучения по специализированным направлениям. Всего в ней насчитывается 400 школьников. Стоимость обучения — 2,5 тысячи долларов.

В Иране действуют частные школьные сети Mofid School и Salam School, ученики которой особенно сильны в изучении физики и математики.

440 вузов, 60% женщин-студентов и религиозное право

В Иране хорошо развита система высшего образования. Уровень приобретённых студентами знаний отвечает современным международным стандартам. Медицинские вузы подчиняются Министерству здравоохранения. Остальные находятся под управлением Министерства науки, исследований и технологий.

В Иране действует очная, заочная и дистанционная формы обучения. Возможность дистанционного образования предоставляет только один университет — Паям-э-Нура, основанный в 1987 году. В филиалах университета учатся больше одного миллиона студентов.

Академический год в Иране традиционно состоит из двух семестров. Обучение в вузах платное и стоит от 1000 до 9000 долларов за весь курс. Самое дорогое — последипломное образование. В некоторых вузах плата за один месяц обучения достигает 1000 долларов (с учётом стоимости общежития).

Для поступления в вузы абитуриенты сдают общий вступительный экзамен — «конкур» (аналог российского ЕГЭ). Самый престижный — Тегеранский государственный университет, открытый в 1934 году. По данным 2017 года, он занимает пятое место в рейтинге лучших вузов Ближнего Востока. При университете действуют 16 факультетов и 40 научно-исследовательских центров.

Всего в Иране 440 вузов: 80 из них — государственные, 115 — исламские, 25 — коммерческие и 120 филиалов университета дистанционного обучения Паям — э-Нура («Вестники Света»), 28 медицинских вузов, 50 колледжей и 40 технологических институтов. В исламских университетах и семинариях женщины и мужчины учатся отдельно, в остальных вузах — вместе.

Женщины составляют 60% от общего числа студентов, в 2017 году их поступило на 30% больше, чем мужчин

Для иностранцев при Министерстве культуры создан Центр содействия изучению персидского языка. В 2014 году иностранные студенты из 42 стран мира составляли 49% от общего числа учащихся. Во многих вузах ведётся преподавание на английском языке. Ежегодно дипломы о высшем образовании получают 161 тысяча выпускников. В вузах насчитывается чуть меньше 1,5 миллиона студентов. В то же время 48 тысяч иранцев учатся за границей.

Особое значение имеют исламские семинарии «медресе», где изучают теологию, философию и религиозное право. Историческими центрами религиозного образования считаются Кум (60 медресе) и Мешхед (20 медресе). Сеть частного Исламского университета Азад, основанного в 1982 году, представлена 400 филиалами в разных городах страны. В университете числится 1,35 миллиона студентов, общее количество выпускников — 2,4 миллиона. Примечательно, что даже религиозное образование не обходится без курса теоретической физики.

Подробнее на «Меле»: https://mel.fm/zhizn/istorii/7689142-iran_education

Как живут и сколько зарабатывают школьные учителя в разных странах мира Рассказывают педагоги из Румынии, Норвегии, Сербии, Кипра и Таиланда

Мизерные зарплаты, много работы и бюрократии, давление родителей и администрации — про проблемы в российском образовании мы знаем всё. За границей у педагогов хва-

тает своей головной боли. Учителя из других стран рассказали «Мелу», сколько им платят, сложно ли стать учителем и какие проблемы существуют в заграничных школах.

Дора, 29 лет, учитель начальной школы, Кипр

Я проучилась четыре года, чтобы получить диплом учителя начальных классов. Потом поступила в магистратуру в Великобритании, после которой вернулась домой на остров. Чтобы найти работу на Кипре, надо предоставить все свои «корочки» в министерство образования. После этого попадаешь в огромный каталог (в нём около четырёх тысяч учителей) и ждёшь «письмо счастья». Я жду уже семь лет, но всё ещё на 984-й строчке. В среднем учителя ждут по десять лет после выпуска из университета.

Система меняется: теперь нужно сдать ещё несколько экзаменов, которые проводят каждые два года. Тогда твоё имя добавят в новый каталог и, возможно, будет больше шансов найти работу, — всё зависит от числа учителей, которые требуются в государственные школы каждый год. Обычно их немного, поэтому и шансов устроиться на работу мало. С каждым годом система всё больше разочаровывает, и сотни молодых специалистов меняют карьеру, потому что устали ждать. Хотя зарплаты на Кипре неплохие, вполне хватает на жизнь.

Сейчас я работаю ассистентом учителя: помогаю детям с особенностями развития и отстающим ученикам на продлёнке. Это одна из министерских программ, но на неё надо подаваться из года в год, нельзя получить постоянное место. К тому же это работа на полставки.

Лучшее в работе — видеть, как дети радуются простейшим вещам. Обнимают тебя, когда им вздумается, просто потому, что испытывают любовь и благодарность. Ещё одна бесценная вещь — наблюдать прогресс учеников. Речь не только о знаниях, но и поведении. Например, когда дети из иммигрантских семей приходят в школу с нулевым знанием языка, а потом начинают говорить. Или слабый ребёнок в математике или греческом неожиданно рисует шедевр на уроке искусства. Ты понимаешь, что каким-то образом причастен к этой эволюции, и это большая ответственность.

Главная цель школы — идти в шаг с программой, вовремя её закончить и сдать экзамен. На учеников выливают тонны информации, и за всей этой суетой у них не остаётся времени, чтобы заниматься творчеством и развивать свою личность. А на учителей по-прежнему дают, чтобы те прошли с детьми программу в срок.

Адриана, учитель английского языка, Румыния

Никогда не мечтала быть учителем, но хорошо знала английский. Отец посоветовал сдать «учительский экзамен» и получить лицензию на преподавание. Если сдаёшь экзамен на высокий балл (от восьми и выше) — можешь преподавать в городских школах. Если меньше — в сельских. Я оказалась во второй группе и уехала работать в деревню. Проработала там около трёх лет, а потом вышла замуж, ушла в затяжной декретный отпуск (у меня трое детей), и в ту школу больше не вернулась.

Молодые учителя должны проработать два года, чтобы получить бессрочный профессиональный сертификат. Через два года приходит инспекция, которая смотрит на твои уроки, и допускает (или нет) к экзамену.

Вообще, стать педагогом в Румынии несложно. Сложно найти место, где можно работать на постоянной основе

Часто учителя работают на заменах, но это сплошная нервотрёпка: каждую неделю нужно вести минимум 18 уроков и бегать из школы в школу, которые могут находиться далеко друг от друга.

Шесть лет назад я решила вернуться в школу и снова пошла сдавать «учительский экзамен». На этот раз получила высокую оценку и могла бы работать в городской школе. Но в городе не было вакансий для учителей английского. Поэтому вновь вернулась в деревню, правда, и там нашла работу только на полставки — сейчас у меня всего три урока в неделю.

Румынские учителя работают много, а вот зарабатывают мало. Зарплата зависит от стажа, квалификации и количества отработанных часов. Все мои коллеги жалуются на непосильный объём работы и крохотные зарплаты.

Я люблю свою работу, чувствую, что это моё предназначение. Но ненавижу бюрократию. Мы должны готовить планы уроков и отчитываться о любом мероприятии, которое хотим провести с детьми. Многие учителя отказываются от своих идей, потому что придётся потратить тонну часов, чтобы объяснить их руководству.

Ученики уважают учителей, которые уважают детей, и ведут себя ужасно с теми, кто кричит или относится к ним плохо. Детям важно, чтобы с их мнением считались. Родители проводят много времени на работе и не уделяют достаточного внимания эмоциональному состоянию ребёнка. Поэтому часто приходится быть и учителем, и мамой, и психологом.

Школьная программа в Румынии не соответствует реальности. Она сконцентрирована на конкретных предметах, а не нуждах ребёнка. Однажды директор вызвал к себе и посоветал «не бежать впереди паровоза» и забыть о новых методах обучения, потому что их результативность не доказана. Современные дети сообразительные, но совершенно нетерпеливые. Поэтому уроки должны быть захватывающими и короткими. Никто этого не понимает.

Милица, учитель английского, Сербия
(Имя учителя изменено по его просьбе)

Стать учителем в Сербии несложно — надо только окончить педвуз. А вот найти работу в государственной школе уже сложнее, потому что квалифицированных специалистов гораздо больше, чем мест. Я много лет преподавала английский в частных учреждениях. Только три года назад удалось устроиться в государственную школу по рекомендации знакомой — в Сербии это обычное дело.

Учителя государственных школ в среднем зарабатывают 42 000 сербских динар в месяц (примерно 26 000 рублей). Этого недостаточно для комфортной жизни, особенно если снимаешь квартиру, за которую отдаёшь ползарплаты. Поэтому преподавание часто не единственное занятие школьных учителей.

Последние годы система образования сильно меняется и, честно говоря, мы уже потерялись в этом процессе. Мы не понимаем, чего от нас хотят. Родители давят на учителей (особенно в начальной школе). Они ждут, что дети будут преуспевать по всем предметам, но это в принципе невозможно, потому что у каждого ребёнка свои сильные и слабые стороны. Дети и подростки перестали уважать учителей и систему образования в целом. Ценности меняются, повсюду заметно влияние Запада.

Ненавижу скучную и бесполезную административную работу, которую нас заставляют делать. Ещё не люблю грубых и заносчивых подростков, которые пытаются сорвать урок. Но дети защищены тем, что они — дети, а любой конфликт в классе или низкую успеваемость вменяют в вину учителям.

Мне нравится, когда детям нравятся мои уроки. Я понимаю, что не могу изменить мир, но могу урок за уроком показывать учениками красоту знаний и открывать для них новые возможности.

Джен, учитель математики, Норвегия

Для поступления в педвуз хватает даже посредственных оценок, потом нужно отучиться пять лет — и всё. Я вообще сначала шесть лет проработала без диплома, а потом пошла учиться.

Быть учителем в Норвегии — совсем не престижно, хотя зарплаты в образовании неплохие. По крайней мере, их вполне хватает на жизнь. Стартовая зарплата около 500 000 норвежских крон в год (где-то 321 000 рублей в месяц).

Я люблю преподавать и мне нравится, что я играю важную роль в жизни своих учеников на их пути ко взрослой жизни. Но терпеть не могу многочисленные отчёты и формы, которые мне приходится заполнять.

Главная проблема национального образования — это «целевая» система. Мы оцениваем каждого ученика по специальной шкале по каждому предмету. Детям приходится решать кучу тестов и не хватает времени на творчество.

Фрай, учитель обществознания и тайского языка, Таиланд

Когда-то работать учителем в Таиланде было невероятно сложно и престижно. Глубокие знания и высокие моральные ценности — учителя должны были стать примером для детей. Всё меняется: сейчас учителем может быть каждый — надо всего лишь сдать тест.

Средняя учительская зарплата начинается с 15 000 бат (около 28 500 рублей). Это мало за тот объём работы, что нам приходится делать. В сёлах зарплаты ещё ниже. Содержать семью на эти деньги почти невозможно. Многим учителям приходится брать кредиты и залезать в долги.

Родители и дети сейчас всё меньше доверяют школе. Лучшие учителя уходят в частные образовательные центры. В конце концов я тоже бросила работу в государственной школе.

Теперь работаю в центре неформального образования, где занимаюсь действительно учениками, а не бумажками.

Я думаю, тайскому образованию необходимо развивать структуры, которые готовят профессионалов и уделять больше внимания профориентации. Чтобы поступить в престижные университеты, дети часто дополнительно ходят в частные школы. Там их натаскивают по каждому предмету. Проблема в том, что многие подростки даже не понимают, чем хотят заниматься в будущем, и выбирают профессию по советам родителей и друзей.

Изменения, конечно, есть: например, постепенно детям дают высказаться и поучаствовать в жизни класса без страха быть наказанным. Важно, чтобы ученики, которые провалили тесты, не думали, что они глупые и продолжали искать себя в других сферах, например, спорте или музыке.

Подробнее на «Меле»: https://mel.fm/zhizn/istorii/3795418-world_teachers

12 телеграм-каналов для студентов: стажировки, подработка и новости

Студентам всё время некогда: много занятий, работа, общение, отдых. Следить за новостями, искать подработку или стажировку в бесконечном потоке информации сложно. Поэтому наш блогер Данил Астапов сделал подборку телеграм-каналов, которые помогут получать всю необходимую информацию в одном месте.

На прошлой неделе я сделал подборку телеграм-каналов, в которых можно найти важную информацию для поступающих и только что поступивших. Однако студентам старших курсов интересно другое: новости высшего образования, бесплатные курсы, вакансии и стажировки. К счастью, всё это тоже есть в Telegram.

Новости университета

1. Минобрнауки России

Канал Министерства образования и науки, в котором собрана вся официальная информация об изменениях в высшем образовании, научных открытиях и работе вузов в период пандемии.

2. DOXA

«Независимый журнал о современном университете», который изначально был одной из студорганizations ВШЭ. Сейчас над ним работают больше 50 студентов и выпускников разных вузов. Они освещают проблемы российского высшего образования и позиционируют себя как альтернативу «монополизированной экспертной позиции, которая ориентируется на государственную или рыночную конъюнктуру».

3. Первый университетский

Еще один канал о проблемах университета. В описании сказано: «Пишем про МГУ и студентов», но в ленте можно найти новости и про другие российские и даже иностранные вузы.

Бесплатные образовательные курсы

4. Университет 2.0

Слоган площадки: «Наши подписчики не платят за знания, они знают, где получить их бесплатно». Здесь каждый день публикуют информацию о бесплатных мастер-классах, вебинарах и лекциях по актуальным направлениям.

5. Бесплатное образование

Анонсы бесплатных лекций, семинаров и курсов, на которых можно получить практические и теоретические знания по самым разным направлениям: от Java-разработки и слайдмэйкинга до экономики пиратства и истории XIX века.

6. Мое образование

Здесь собраны не только бесплатные, но и дешевые курсы, скидки на разные типы обучения.

Вакансии для студентов

7. Finder.vc

Самая крупная телеграм-площадка для поиска работы на удалёнке. Здесь каждый день появляется по 8-9 вакансий.

8. Vacinart

Этот канал специализируется на поиске интересных работ и стажировок в России и за рубежом. Здесь можно найти и просто необычные занятия, проекты. Например, фото-

конкурс городских и природных пейзажей от ООН. Или стипендию для реализации исследования по современному искусству.

9. Brain drain

«Рубим окно в Европу! Оплачиваемые стажировки, волонтерство и работа для молодых специалистов за рубежом». В этом канале нет вакансий с высокими зарплатами и хорошими условиями, зато есть тысячи вариантов получить опыт в иностранных организациях бесплатно.

Полезные и интересные ресурсы

10. The Vyshka

«Разбираемся, как пережить лучшие годы вашей жизни»: в этом канале студенты пишут для студентов. В Telegram редакция освещает в основном проблемы университетов, а в группе ВКонтакте сосредотачивается на лайфхаках и гайдах для студентов.

11. Zaochnik: студент как стиль жизни

Здесь делятся статьями, советами и секретами студенческой жизни, делают чек-листы и мотивационные подборки.

12. Forbes Education

Стремительно развивающийся проект Forbes, ставящий перед собой цель «показать объективную и полную картину образовательных возможностей в России и за рубежом». Этот канал не только для тех, кто интересуется высшим образованием в целом, но и для тех, кто задумывается об обучении после окончания бакалавриата.

Подробнее на «Меле»: <https://mel.fm/blog/danil-astapov1/5632-12-telegram-kanalov-dlya-studentov-stazhirovki-podrabotka-i-novosti>

8 лучших телеграм-каналов, которые ведут учителя

Учителя ведут не только классные твиттер и блоги на »Меле«, но и давно покоряют телеграм. Тут и рэп, и правила русского языка, и мемы, и ланчбоксы, и немного не занудной школьной психологии. Рассказываем про лучшие телеграм-каналы от молодых учителей.

1. Незаслуженный учитель России <https://t.me/leavethekidsalone>

Канал ведёт учитель МХК. Иногда подрабатывает репетиторством по обществознанию. А в телеграм-канале рассказывает о своих наблюдениях за учениками и о том, как обсуждать зороастризм и драконов на уроках (и что это вообще такое). Боится, что придётся взять классное руководство, но не боится рассказывать о неудачных уроках.

«Узнал, что недавно померла моя учительница по алгебре.

Учительница была ужасной. Самый худший типаж — пожилая женщина, ненавидящая детей. Любила, например, оскорбить родителей ученика — а что ей сделаешь? К ее чести, на экзамены натаскивала будь здоров; но не меня. Из школы я вышел с тройком по алгебре и осознанной ненавистью к пожилым женщинам. Не знаю уж, что ее такой сделало. Хочу надеяться, что дурной быт, внешние обстоятельства и законопаченный разум. Удивительное дело — она не была плохой женщиной; я видел, как она общается с внуками. Я думаю, они искренне горюет по ней, милой бабушке, всю жизнь работавшей в школе.

Царствие вам Небесное, А. Л., сумасшедшая вы стерва. Вы научили меня как не быть отвратным учителем».

2. Садись, два! <https://t.me/sitdownplz>

Канал учительницы русского языка Ляйсан Замалетдиновой — для тех, кто иногда ошибается в написании сложных слов (то есть почти для всех). После постов из »Садись, два!« вы точно перестанете писать «блогер» с двумя «г», научитесь не добавлять «й» в слово Таиланд, не ставить лишние запятые и правильно ставить ударения. В общем, такой же полезный канал, как и канал «Грамотности на „Меле“».

«Среди всех табличек и предупреждающих надписей у меня есть два фаворита — «Порошок! Уходи!» и »Осторожно, сосули«. Для лингвистических размышлений и развития фантазии самое оно. Образовательное пространство города!

Или вот «Запасный выход». Всегда вызывает недоумение: с чего бы он запАсный, если есть нормальное слово запаснОй?

История тут такая. С точки зрения языка, оба слова имеют право на жизнь: у прилагательных мужского рода может быть окончание и -ой (череп —> черепной), и -ый (лоб —> лобный), поэтому от существительного запас образуются запасной и запасный. Зна-

чение у них тоже одинаковое — заготовленный про запас, оставленный на случай необходимости. Разница в употреблении:

запасной используется со всеми словами без ограничений;

запасный — только с существительными «выход» и «путь».

Так что на табличках можно спокойно писать, что выход запасной или запасный. А вот игрок / носок / дневник — только запасной».

3. Здравствуйте, Кирилл Александрович https://t.me/kirill_uchit

Кирилл Загустин живёт в Санкт-Петербурге, преподаёт историю и обществознание. Иногда читает рэп (правда классно!), дружит с учениками, редко, но жалуется на погоду, а ещё пишет отличные тексты для «Мела».

««В чём смысл жизни?» Этот вопрос я дал пятиклассникам на дом по обществознанию. Сегодня мы делились результатами.

Приз зрительских симпатий получило «счастье». Две трети учеников считают его смыслом человеческого существования. Есть такая цитата Леннона: Когда я пошел в школу, меня спросили, кем я хочу стать, когда вырасту. Я написал «счастливым». Мне сказали — «ты не понял задание», а я ответил — «вы не поняли жизнь».

Каждый мой ученик немного Джон Леннон. И через 5 лет, в девятом классе я задам им тот же вопрос. Надеюсь, что ответы не изменятся.

Ведь какой смысл в знаниях, если человек не счастлив? Знания не заполняют пустоту в душе. Ничто, кроме счастья. Даже пейзажи всей Европы для скоромного австрийского художника.

А уж дорога к счастью — путь, длиною в жизнь. Будьте счастливы. И не унывайте!»

4. Идеальная училка https://t.me/kseniiia_andreevna

Ведёт учитель английского языка из Владивостока Ксения Меленчук. В своём канале рассказывает, как правильно и легко учить английский язык, делится историями о встречах с собственными учениками в клубах и о том, как прячет все татуировки перед уроком. А ещё объясняет, почему никогда не кричит на учеников, и рассказывает, как общается с их родителями. В общем, всё о школьной жизни без занудства и нытья, зато с мемами и фотографиями Ксении (да, она правда идеальная). А ещё она написала нам инструкцию, как правильно поздравить любимого учителя.

«Вчера провела первый урок с подростком, тот рассказал мне, что в их школе есть экзамены для перехода из одного класса в другой.

«Экзамены не очень сложные, но стресса достаточно. Учителя говорят, что мы все тупые, ничего не сдадим и в 9 класс нас не возьмут».

Во-первых, если в школе есть переходные экзамены, значит, это не простая школа. Во-вторых, коллеги, вы там совсем что ли уже? Кто такое детям говорит вообще? Я всё понимаю, в каждом классе достаточно оболтусов, которые ничего не делают и не учатся, но даже им такое говорить ни в коем случае нельзя!

Верьте в своих учеников. Не говорите и не делайте ничего такого, из чего в последствии рождаются истории про «училку, которая нас всех гнобила». Будьте лучше, прошу вас».

5. Говорящий тростник https://t.me/thinking_reed

Канал Артёма Новиченкова, в прошлом учителя литературы московской школы, а теперь куратора одного из павильонов ВДНХ. Пишет в канале про книги, которые стоит прочитать, про рэп (заодно пишет рэп-альбом и роман), стихи и даже компьютерные игры. Нет почти ничего про школьные будни и школьников, но если хотите про это — читайте тексты Артёма на «Меле». Он уже написал о том, как выжить молодому преподавателю в школе, почему учитель не имеет права наказывать ребёнка и что может убедить мужчину пойти работать школьным учителем.

«Вы когда-нибудь задумывались над парадоксальностью этого стихотворения Агнии #Барто? Я уже писал о ее «Бычке» (можно найти по тегу). Теперь же коротко поговорим о ее втором хите.

Итак, «Мячик».

В чем же парадокс? Взрослые подменяют понятия.

Мы не знаем, сколько Тане лет. Но понять, отчего она плачет, довольно просто. У нее был мячик, а теперь его нет, и она хочет его вернуть, простите за кэп-очевидность. Но вся загвоздка в том, что мяч падает не в озеро, не в лужу там какую-нибудь. Мячик падает в реку. А у реки, а у реки — есть течение.

Так, может, Таня и не переживает, что мяч утонет? Может, она переживает, что течение унесет ее игрушку и больше она ее не увидит? Или взрослые, зная, что мяч всё, успокаивают тем, что мячик не умрет, а просто отправится в путешествие? Такая уловка?

Люблю детские стихи».

6. Что положить в ланчбокс <https://t.me/mylunchbox>

Школьную столовую ненавидеть могут не только ученики, но и учителя. Наталья Нетрусова, учитель математики московской школы «Интеллектуал» обедать в столовой не любит, поэтому каждый день собирает отличные ланчбоксы (и не только себе, но и сыну). А если вам интересны не только обеды, то можно подписаться на канал Натальи о геометрии, в котором есть разборы и решения самых интересных задач (вы же правда хотели вспомнить всё про равнобедренные треугольники, биссектрисы и параллельные прямые).

7. Какао всякое https://t.me/kakao_vsyakoe

Анастасия Серазетдинова — преподавала литературу в Новой школе, сейчас занимается продюсированием в образовании. «До Новой преподавала тоже. А до преподавания занималась журналистикой немножко», — пишет автор. В канале, действительно, всякое. Можно почитать о сочинениях и домашках, интервью, Настя собирает разные полезные ссылки и разные лайфхаки для педагогов.

«Мой друг — Анастасия Николаевна Свирина, учитель географии — придумала «Парковку вопросов». Если в классе возникает вопрос, который пока никак не связан с тем, что происходит на уроке (а такое бывает часто), то его можно написать на листочке и отправить в специальное место — на парковку. Парковку можно расчертить прямо на доске, а вопросы цеплять магнитами. Там будет оставаться что-то типа: «Когда у нас обед?», «А сколько книжек вы прочитали вообще?», «А где Ваня?», «Можно выйти?» и т.д.э.

Катерина Мурашова вот статью даже про вопросы написала. Про то, как родители (и учителя тоже, что уж тут скрывать) заваливают ребенка вопросами, а он (почему-то? странно!) молчит, как партизан на допросе. Чтобы ребенок начал рассказывать, помогите ему. Сначала вы будете говорить много, а потом он перехватит у вас палочку.

«Дети — имитаторы. Если вы хотите знать об их жизни, рассказывайте о своей. Развернуто, свободно и интересно. Учитывая, естественно, возраст ребенка. Что вы ели, кого встретили, чего вы боитесь, что вам кажется красивым, а что отвратительным, как вы относились к этому 20 лет назад и как относитесь сейчас, о чем вы подумали и что почувствовали, когда...»

8. Несколько слов о... <https://t.me/GershmanTalks>

Алексей Гершман несколько лет проработал школьным психологом. И хотя в своём канале пишет, что учителя школьных психологов за учителей не считают, мы без этого канала не смогли. Потому что во-первых, никто не знает про школьников больше, чем школьный психолог, а во-вторых там есть история про то, как в автора канала влюбилась ученица. Ещё в постах много хорошего про психологию — без припадков и категорических суждений.

«Говорят, люди не меняются. Оглядываясь назад, могу с уверенностью сказать, что это не так. Три года назад, 2 декабря 2013 года я поставил подпись в трудовом договоре, имея за 23 года жизни лишь несколько локальных влечений, низкую планку требования как к самому себе, так и к окружающим, смену нескольких работ совершенно различных отраслей и направленностей, на каждой из которых я не задерживался дольше, чем несколько месяцев, и не потому что условия труда были неприемлимыми, а потому что желания работать, по сути, и не было. Это был человек, который не только имел буквально минимальный опыт публичных выступлений, но ещё и имел боязнь сцены, да и в целом этот человек не мог четко изъясняться, выдавая лишь какую-то словесную кашу, выражая собственные мысли. Чего уж там говорить — опыт общения с противоположным полом у того человека был на фоне «вечно хороший друг» и «постоялец френдзон». И сейчас, не столько сравнивая результат, сколько анализируя причины, с удивлением для себя понимаю, сколько резервов, способностей и притязаний открывает перед человеком способность самореализоваться. Стоит только найти своё место, влиться в нужное русло и понять для себя, что ты находишься именно там, где и должен, уже только это меняет тебя ну чуть ли не до неузнаваемости. Конечно, всё происходит не само собой, конечно, многое нужно преодолевать, но даже факт того, что в тебе появляется стержень и желание гнуть свою линию, чего не было прежде уже говорит о том, что что-то в тебе изменилось. Что что-то сдвинулось с мертвой точки. Порой кажется, что это всё субъективность, и что это просто черта такая — что-то вроде драматизации, но стоит от-

крыть папку с личным портфолио, как ты убеждаешься, что нет, это не твоя фантазия, это реальность, пусть и такая с виду нереальная. Гните свою линию, выберите для себя свой путь и не сходите с него. Конечно, это не гарантирует вам стопроцентного успеха, но, по крайней мере, дает возможность стать не только тем, кем вы хотите, но и стать при этом самим собой».

Подробнее на «Меле»: <https://mel.fm/ucheba/uchitelya/874532-10-luchshikh-uchitelskikh-telegram-kanalov>

Как использовать принцип Парето для карьеры

Время — самый ценный ресурс, как бы банально это ни звучало. Поэтому тот, кто научился правильно его распределять, добивается большего. Но что такое «правильно»? И посещает ли вас чувство, что затрачиваемые усилия не влияют на качество жизни и уровень счастья? С помощью принципа Парето можно найти ответы на эти вопросы.

Важно тратить время не на то, чтобы успеть все, а на то, чтобы сделать самое главное. 20% усилий дают 80% результата. Однако эти числа весьма условны. Кто-то умудряется выполнять 5-10% всех дел и быть при этом эффективным на 90%. Суть в том, чтобы выяснить, на чем сосредоточиться.

Предлагаем вашему вниманию пять причин, по которым принцип Парето работает в сфере карьеры и бизнеса.

1. Век избыточной информации

Сейчас нет недостатка в информации. Обратной стороной медали является масса отвлечений и раздражителей. Одно из исследований показало, что среднестатистический человек берет в руки телефон около 250 раз в день. А 100 раз достаточно, чтобы разучиться концентрироваться.

Принцип Парето настаивает, что увеличение количества отвлечений на проверку телефона не только не несет пользы, но и вредит. Число 10 является тем, от которого можно отталкиваться.

2. Ошеломляющая нагрузка повседневных задач

Каждая компания хочет экономить деньги. Это может приводить к тому, что на одного человека сваливается работа двоих. Те, кто заняты своим делом, может и чувствуют себя в выигрыше, однако также работают слишком много.

В обоих примерах необходимо отдавать часть работы (аутсорсинг, делегирование), поскольку большие объемы нагрузок не ведут к продуктивному выполнению задач, что в любом случае сказывается.

3. Склонность уделять больше внимания результатам

Каждый основатель компании хочет результатов. Порой создается комическая ситуация, при которой неважно, что делается, а что нет, главное — достичь цели. Работники хитрят, жертвуют моралью и этикой, а в итоге проигрывают все стороны.

Принцип Парето утверждает, что лучше делать меньше, но лучше. Любая новая деятельность увеличивает количество времени, нужного для ее выполнения, в геометрической прогрессии.

4. Потребность в создании баланса между работой и личной жизнью

Некоторые компании не понимают, насколько важно для работника не только выполнять свои поручения, но и строить личную жизнь. Лучшие организации давно поняли, что, применяя принцип Парето, можно добиться повышения эффективности: 80% времени человек работает, 20% отдыхает или занимается своими делами.

5. Изменение в пропорции затраченных сил и результатов

Любые работающие шаблоны со временем работать перестают. Можно потратить 5 дней в неделю, чтобы довести до ума проект привычным способом, но лучше выделить один день на предварительное планирование и поиск лучшего варианта.

Применение принципа Парето

Принцип Парето не является волшебной таблеткой, однако он помогает сфокусироваться на важном. Вот несколько шагов, которые вы можете сделать, чтобы грамотно его применять для своей карьеры и работы.

Идентифицировать

Каждая должность требует разных задач. Поэтому в первую очередь нужно идентифицировать главные цели.

Создайте собственный список дел для работы. Звучит так очевидно и банально, что многие игнорируют этот совет. Но именно так поступают многие успешные люди. Прочтите книгу «Как привести дела в порядок», чтобы понимать, как это делается.

Создайте список дел, которые выполняете каждый день. Это рутинные дела и их нужно довести до автоматизации и в идеале выполнять за один раз.

Возьмите фломастер и отметьте 20% самых важных дел. Можете им выставить оценку по степени важности: от А до D. Это должны быть те обязанности, которые приносят пользу как вам, так и компании.

Теперь определите три дела, которые дают 80% результата.

Приоритизировать

Предположим, вашими тремя самыми важными обязанностями будут:

Совершение холодных звонков;

Встреча с клиентами;

Ведение презентаций.

Важно не только выполнять эти дела в первую очередь, но и постоянно повышать свои способности в этом. Изучите навыки коммуникации и презентации.

Каждый день напоминайте себе о том, что это самая важная деятельность. Не занимайтесь самообманом и не прокрастинируйте.

Воплощать

Планирование по принципу Парето — легкая часть. Сложнее всего его воплощать, потому что на работе часто появляются дела, которые мешают и пересекаются друг с другом. К тому же нас слишком отвлекает офисный быт и коллеги.

Выделите определенное время, когда вас нельзя беспокоить. Возможно, на это уйдет некоторое время, но в итоге люди примут это решение и станут его уважать.

Оценивать

Может ли оказаться, что три самых важных дела на самом деле не так важны, как казалось? Безусловно. Оценка является крайне важной, потому что если вы понимаете, что есть нечто более важное, то нужно сменить приоритеты и скорректировать план. Не бойтесь признавать ошибки, а не упорствовать в них. Учитесь выделять главное и понимать, что вам действительно нужно.

Желаем удачи!

Подробнее: <https://4brain.ru/blog/принцип-парето-для-карьеры/>

Как расставить приоритеты, когда всё кажется важным: 7 техник

Вам никогда не хватит времени и ресурсов, чтобы воплотить все задуманное. Всегда приходится от чего-то отказываться. Но что делать, если все дела из вашего списка кажутся сверхважными, и вы никак не можете принять решение, какое из них выполнять первым? В этом случае вам помогут техники приоритизации. Они дают формальный метод оценки важности каждого дела. Так вы сможете разгрузить свой мозг, чтобы направить его ресурсы на работу. В этой статье мы даем 7 техник из сферы тайм-менеджмента: попробуйте их, и выберите наиболее подходящую.

1. Матрица приоритетов

В этом методе вы выписываете задачи в матрицу из четырех блоков. Ось X представляет одно значение, а ось Y — другое. Каждый квадрат, таким образом, указывает приоритет на основе определенных критериев.

Матрица Эйзенхауэра

Популярным примером является матрица Эйзенхауэра, которая использует важность в качестве значения оси Y и срочность в качестве значения оси X. Вы оцениваете задачи по критериям срочности и важности, а затем помещаете каждую из них в правильный квадрат на основе вашей оценки:

Важные и не срочные Важные и срочные

Не важные и не срочные Не важные и срочные

Важные и срочные задачи — это ваши главные приоритеты.

Важные, но несрочные задачи имеют более низкие приоритеты — их вы должны запланировать на потом.

Срочные, но не важные задачи — хорошие кандидаты для делегирования.

Не срочные и не важные задачи — это то, что вы, вероятно, просто не должны делать.

Помещая каждую задачу в свой список в квадрат матрицы Эйзенхауэра, вы можете определить, над чем вам нужно работать сейчас, что вы оставите на потом, что следует делегировать и что можно удалить из списка.

Матрица Усилия-Влияния

В матрице усилия-влияния вы оцениваете задачи на основе того, сколько усилий они требуют и какое влияние окажет их выполнение:

Большие усилия и низкое влияние Большие усилия и высокое влияние

Низкие усилия и низкое влияние Низкие усилия и высокое влияние

Задачи в двух правых квадрантах являются вашими приоритетами. «Низкие усилия, высокая отдача» – эти задачи, вероятно, ваши самые высокие приоритеты, потому что они представляют собой быстрые победы, а вот пункты из нижнего левого угла можно смело вычеркивать.

2. Самая важная задача (Most Important Task)

Most Important Task (MIT) – это исключительно простой метод приоритизации без какого-либо шаманства. Не пытайтесь расставить приоритеты по всему списку дел, начните каждое утро с выбора 1-3 Самых Важных Задач (MITs), которые вы должны сделать в этот день.

По крайней мере, одна из Самых Важных Задач дня должна быть связана с вашими главными целями, чтобы убедиться, что вы делаете что-то ежедневно для их достижения. Вы наверняка успеете выполнить больше за день, чем только ваши MITs. Но выбор MITs утром и установка крайнего срока гарантируют, что вы каждый день посвящаете время работе над важными, высокоприоритетными задачами.

3. Метод Айви Ли

История метода Айви Ли очень ярко показывает его эффективность. Однажды предприниматель Чарльз М. Шваб нанял консультанта по продуктивности Айви Ли, чтобы повысить производительность своей стальной корпорации. Ли не просил авансового платежа за консультацию. Вместо этого он попросил Шваба подождать три месяца, а затем заплатить ему любую сумму, которую он посчитает подходящей, основываясь на результатах. Три месяца спустя Шваб выписал Ли чек на 25 тысяч долларов (по тем временам это были очень большие деньги).

Метод Айви Ли прост (и похож на метод MIT):

В конце каждого рабочего дня выберите шесть наиболее важных задач в вашем списке, чтобы работать над ними завтра.

Затем упорядочите эти шесть задач с точки зрения приоритетности.

Когда вы приступите к работе на следующий день, трудитесь над задачей номер один, пока она не будет завершена.

Затем работайте над задачей номер два, номер три и т. д.

Продолжайте, пока все шесть задач не будут завершены, и повторяйте процесс каждый день.

4. Два списка

Этот метод советовал знаменитый инвестор Уоррен Баффет. Он основан на принципе Парето, когда вы беретесь за выполнение только 20% самых важных дел, которые принесут 80% результата:

Напишите список из 25 дел, которые вы хотите сделать.

Выберите из них пять наиболее важных приоритетов – это ваш новый список дел.

Выполняйте только эти пять дел, а оставшиеся вычеркните или делегируйте – они не окажут особого влияния на вашу жизнь. Возьмитесь за остальные 20, только если у вас останется время после выполнения самых важных задач.

5. Метод MoSCoW

В этой технике вы относите каждое дело к одной из 4-х категорий:

M (Must Do) – задачи, которые вы должны выполнить обязательно.

S (Should Do) – это то, что вы должны делать, но они имеют более низкий приоритет, чем M-задачи.

C (Could Do) – эти задачи можно бы и сделать, но если вы их не выполните, то ничего страшного не случится.

W (Won't Do) – эти задачи вообще можно не делать.

Если вы всегда работаете над своим списком сверху вниз, вы убедитесь, что тратите время только на самые приоритетные дела.

6. Техника ABCDE

Метод MoSCoW не учитывает одну вещь – это задачи, которые вам нужно поручить кому-то другому. MoSCoW подходит, если у вас нет никого, кому можно делегировать. Если же у вас есть подчиненные – вооружитесь техникой ABCDE.

Как и в предыдущем случае, метод ABCDE начинается с помещения каждой задачи в вашем списке в категорию:

A – это то, что вы должны делать в первую очередь (так же, как задачи M в MoSCoW).

B – это то, что вы должны делать во вторую очередь (так же, как задачи S в MoSCoW).

C – это то, что можно, но не обязательно делать (так же, как задачи C в MoSCoW).

D – это задачи, которые вы должны делегировать (или автоматизировать).

E – дела, которые вы можете устранить (так же, как задачи W в MoSCoW).

Процесс для ABCDE такой же, как и для MoSCoW: просмотрите каждую задачу в вашем списке, назначьте ей букву на основе ее приоритета, и отсортируйте. Делегируйте задачи D и удалите задачи E, чтобы у вас остались только A, B и C, а затем работайте сверху вниз, чтобы убедиться, что вы всегда сосредоточены на своих самых важных целях.

7. Скрам-приоритизация

Скрам-приоритизация основана на упорядочении. Если у вас есть 20 дел в списке, вы назначаете каждому номер от 1 до 20 на основе приоритета и последовательности. Скрам-приоритизация работает очень хорошо, когда вам нужно учитывать последовательность.

Скажем, ваша самая приоритетная задача – покрасить пол в ванной комнате. Тем не менее, вы знаете, что вам также нужно поменять трубы в ванной, и для этого придется вырезать пол. Запуск новых труб может быть более низким приоритетом, но, поскольку это повлияет на вашу самую главную задачу по повторной облицовке пола, второстепенное дело нужно завершить в первую очередь.

В этом методе вы оцениваете каждую задачу в своем списке, используя три критерия:

Насколько важна эта задача?

Насколько это важно по сравнению с другими задачами из этого списка?

Зависит ли какая-либо другая задача от этой задачи?

Затем, используя ответы на эти вопросы, вы назначаете каждому число 1-n (где n-общее количество задач в вашем списке). Вы не можете иметь две задачи, которые являются #1. Вы должны сделать один #1 и один #2. Каждое дело получает уникальный номер.

Скрам-приоритизация отлично работает сама по себе, но она также хорошо сочетается с другими методами, такими как MoSCoW и ABCDE. После классификации задач по приоритетам (как M, C и W или A, B и C) можно начать упорядочивать задачи в том порядке, в котором вы планируете их выполнять по методу Скрам.

Заключение

Люди сжигают очень много драгоценного времени на выполнение ненужных дел, не достигая при этом своих целей. Техники приоритизации помогают решить эту проблему, позволяя выделить самые важные и результативные задачи. Этих методов очень много и не все они работают одинаково эффективно для разных людей. Попробуйте их все, выберите наиболее подходящий и поделитесь своим опытом в комментариях.

А команда 4brain желает вам продуктивного дня и достижения всех ваших целей!

Подробнее: <https://4brain.ru/blog/how-to-prioritize/>

4 отличных YouTube-канала об учёбе за рубежом, которые ведут студенты и учителя. Как поступить в Кембридж, сдать TOEFL и получить грант на обучение

Учиться можно не только сидя на лекциях или за учебниками. Куда интереснее слушать людей, которые любят учёбу и придумывают способы сделать её проще. Элина Винокурова собрала YouTube-каналы, которые ведут преподаватель Оксфорда, выпускница Кембриджа и другие классные (и умные) ребята.

Anastacia Kay <https://www.youtube.com/channel/UCTeTkUjjdRO4TA14GTRAUhg>

Настя ведёт канал про учёбу, продуктивность и личную эффективность. Она родилась в Белоруссии, а в восемь лет вместе с родителями переехала в Европу. За несколько лет её семья успела сменить несколько стран. Блогер знает семь языков и в одном из своих видео рассказывает, как смогла их выучить.

Сейчас Настя изучает когнитивистику в магистратуре в Вене, поэтому почти каждое видео на тему повышения эффективности в учёбе или работе подкреплено ссылками

на научные исследования. Чтобы убедиться в этом, посмотрите видео «Как вести конспекты эффективно: от руки или на компьютере?». Из него можете узнать, как сама Настя ведёт записи в университете.

Для тех, кто работает, полезно будет посмотреть плейлист «Качество жизни», где блогер рассказывает о многозадачности, осознанности, тайм-менеджменте и пользе спорта.

Ksenia Niglas <https://www.youtube.com/channel/UC3WLVNtwmGWKHxy-vUkwQ>

Ксения родилась в Эстонии, там же получила своё первое образование. После этого поступила в магистратуру в Кембридж и смогла получить стипендию Fullbright, которая покрыла все расходы на обучение в Англии. Училась по обмену в Австралии, окончила ещё одну магистратуру в Америке и снова вернулась в Кембридж, чтобы написать докторскую диссертацию.

В своих видео она делится информацией о том, как найти финансирование на образование в престижных вузах, сравнивает жизнь в разных странах, даёт советы, как выбрать профессию. На канале есть отдельный плейлист «Кембридж: от поступления до выпускного». Из него можно узнать, как поступить в Кембридж, как построен учебный процесс в университете и сложно ли в нём учиться.

Ксения изучает, как эффективнее преподавать математику в школах, поэтому некоторые видео посвящены теме школьного образования. Например, в ролике «Как вернуть престиж учительской профессии?» Ксения сравнивает положение учителя в разных странах и объясняет, почему преподавателям нужно больше платить и лучше готовить их к работе в школе.

Оксфордский Университет <https://www.youtube.com/user/rusoxford>

Канал ведёт выпускник мехмата МГУ Владимир Зубков. Он уехал за рубеж, стал заниматься научными исследованиями и преподавать в лучших университетах, в том числе в Оксфорде.

У Владимира много видео, посвящённых разным аспектам вузовского образования. Он сравнивает русское и зарубежное высшее образование, рассказывает о том, как выбрать университет и профессию, делится впечатлениями от работы в зарубежных вузах. В одном из самых популярных видео на канале блогер показывает, как живут студенты Оксфорда.

На канале есть плейлист «Интервью с гостями канала об образовании и науке», где Владимир беседует с выпускниками Гарварда, МИТ, МГУ об особенностях учёбы в разных странах. Ребята делятся впечатлениями об образовании, дают советы по выбору специальностей и рассказывают, как бесплатно поступить в университеты. А ещё Владимир каждую неделю проводит прямые эфиры, где за вечерним чаем отвечает на вопросы подписчиков.

Marina Mogilko <https://www.youtube.com/channel/UCLJl8-mbCfolWMkh1F1qfjA>

Марина говорит на четырёх языках, училась по обмену в Германии. Несколько лет назад она создала образовательный стартап в России, а потом переехала в Калифорнию для того, чтобы дальше развивать свой бизнес.

Блогер делится с подписчиками информацией о том, как изучать языки: на канале есть плейлист «Как я учу английский» и отдельные видео про экзамены, например, «Как сдать TOEFL на 117 из 120: методы и советы».

Кроме изучения иностранных языков Марина рассказывает об образовании за рубежом: даёт советы, как писать мотивационные письма, рассуждает о том, насколько реально получить финансирование на образование, берёт интервью у студентов престижных вузов. Например, в одном из видео блогер разговаривала со студентом, который учится на программе MBA в Гарварде.

Подробнее на «Меле»: https://mel.fm/ucheba/fakultativ/7291035-youtube_blogs



РУБРИКА: О КНИГАХ И ФИЛЬМАХ

Как книги делают нас лучше

Начитанных людей достаточно легко различить в толпе, с ними всегда есть о чем поговорить. Некоторые, впрочем, превращаются в снобов и ведут себя высокомерно, однако в данной статье мы сконцентрируемся на пользе книг. Это прекрасное времяпровождение уходит в прошлое, поэтому задача

нашего сайта — не дать этому случиться. В мире появилось слишком много соблазнов, которые не приносят никакой пользы, а времени больше не стало. Поэтому то время, которое люди могли потратить на получение новых знаний и точек зрения, они привыкли тратить на что-то совершенно бессмысленное. Поэтому мы хотим вдохновить вас и показать, что чтение книжек — это очень полезно.

Читайте много, читайте каждый день и вот какие прекрасные вещи будут с вами происходить.

1. Увеличение словарного запаса

Да, это самый простой и эффективный способ для этого. Эффективный потому что слова употребляются в контексте, простой — потому что изучение новых слов происходит автоматически в процессе интересного чтения. Вы не только пополните запас отдельных слов, вы еще и увидите, насколько интересные и сильные словосочетания можно получить, соединяя слова определенным образом. Помимо всего прочего вы становитесь более грамотными, что в наше время интернета еще более критично, чем раньше. Никто не будет обращать внимание на смысл написанного вами, если вы делаете много грамматических ошибок. Они режут глаза и заставляют усомниться в авторитете автора.

2. Упражнение для мозга

Человек, занимающийся спортом, видит наглядные результаты — он становится подкачанным и рельефным. С человеком образованным и читающим книги все не так просто. К тому же сам человек не может четко ответить, насколько развит его мозг и сколько в нем ценных знаний. Начитанные люди относятся к себе самокритично и часто считают себя недостаточно разумными, поэтому регулярно пополняют запасы прочитанных книг.

Так или иначе, но хорошая книга способна поставить перед человеком массу интересных вопросов, заставить задуматься и размышлять. Много ли вы назовете видов деятельности, которые способны на это? А хорошая книга даст вам это мгновенно.

3. Развитие памяти и мышления

Ученые и просто умные люди давно нашли связь между творческим воображением и памятью. Художественные (и не только) книги развивают ваше воображение своими описаниями и яркими образами, поэтому при прочтении такой книги ваша память работает очень активно, хотите вы этого или нет. Кроме того качество памяти зависит от стимулирования органов чувств. А хорошая книга способна вызвать в вашей голове запахи ромашек и вкус морковного сока. Это все влияет позитивно на когнитивные навыки.

4. Улучшение сна

Наверняка многие из вас читали статьи о том, где вам советуют почитать перед сном книгу, нежели сидеть в интернете. Это правда, потому что просиживание в интернете несет массу самых разных раздражителей, к тому же имеет отношение к социализации (общении с другими людьми) и возбуждению участков мозга, которые затем крайне трудно успокоить за короткий промежуток времени. Чтение книги, несмотря на конфликты, описанные в ней, все же позволяет быть более расслабленным и как бы наедине с собой. В интернете же мы всегда ощущаем себя будто в толпе.

5. Улучшение концентрации

Многие бизнесмены, творческие личности и ученые сходятся на том, что концентрация является наиболее важным качеством современного человека. Если вы не умеете надолго концентрироваться, то не сможете довести до конца ни один свой проект или закончить элементарное начинание. Книга будто создана для тренировки концентрации. Она позволяет погружаться в себя и не обращать внимание на внешние раздражители. Наверняка и у вас такое было, что вы не обращали внимание на громкие звуки, окружавшие вас в те часы и минуты.

Конечно, перед прочтением книги вам нужно отключить телефон.

6. Развитие творческого мышления

Сама суть текста в том, чтобы вызывать в голове образы. Чем лучше книга, чем ярче ее текст, тем сильнее распаляется ваше воображение. Конечно одним прочтением художественной литературы ограничиваться не стоит, нужно также читать научные и исторические книги. Между ними есть принципиальные различия, поэтому тренируйте разные области своего мозга. После прочтения определенного количества книг вы начнете замечать изменение в своем мышлении. А сюжеты романов, картин и фильмов будут приходить сами собой. Иногда даже во сне.

7. Развитие писательских способностей

Читайте самых разных авторов, чтобы не быть похожим на кого-то одного. Если вы поглощаете книги разных жанров и стилей, то в итоге выработаете и собственный. Помимо этого вы научитесь многим приемам, причем вам не нужно будет посещать литературные курсы. При некотором опыте вы сможете подсознательно отличать плохую фразу от хорошей и учиться писать вторые. Хорошие книги пишут умные люди, которые набрались писательских советов и навыков у других людей. Не упускайте такой шанс.

Читайте как можно больше. Удачи вам в этом увлекательном деле!

Подробнее: <https://4brain.ru/blog/как-книги-делают-нас-лучше/>

14 фильмов про первую любовь, которые можно посмотреть с подростками

14 февраля наступает. Атмосфера праздника пробуждает воспоминания о первой любви даже у тех, кто давно не испытывал романтических порывов. А с героями фильмов про самое сильное чувство ощущения становятся еще ярче. К тому же их поступки и решения можно обсудить со своими детьми. Предлагаем 14 фильмов, которые точно заставят сердце биться чаще.

1. «Сто дней после детства» (1975)

Уже в ранних работах режиссера культовой «Ассы» Сергея Соловьева можно увидеть его авторский стиль. Впрочем, эта картина остается в первую очередь подростковым советским фильмом. Творческие, тонко чувствующие подростки проводят лето в детском лагере и, влюбляясь друг в друга, за обидами, ссорами и мгновениями счастья не замечают, как уходит их детство.

2. «В моей смерти прошу винить Клаву К.» (1980)

Еще один «жестокий романс» советского кинематографа про подростков. Сереже Лаврову кажется, что он будет всю жизнь любить одну девочку, Клаву. Ей он беззаветно предан с детского сада. К старшим классам Клава уже не рада «возлюбленному» и готова любыми путями избавиться от него, даже если для этого придется быть очень жестокой. Сначала кажется, что в сюжете всё ясно: неблагодарная пассия, несчастный влюбленный. Но на деле всё куда запутаннее. Непонятно, кого мы все-таки любим впервые — человека, себя в человеке или «вечное» чувство?

3. «Вам и не снилось» (1981)

Пожалуй, главный советский фильм о первой любви. В ситуации Кати и Ромы страшно и обидно оказаться, но сопереживать им очень хочется. За двух подростков судьбу их любви пытаются решить взрослые, которым кажется, что ребятам лучше не быть вместе и даже не знать друг друга — только из-за того, что когда-то родители сами обидели друг друга.

Сюжет, если вы не смотрели, раскрывать не будем, скажем только, что, если бежишь от мамы-бестии, главное, чтобы под окном оказался удобный сугроб.

4. «Девственницы-самоубийцы» (1999)

Еще один фильм о жестокости родителей, которые неаккуратными запретами и ограничениями могут превратить первую любовь в трагедию или, как в случае героинь фильма Софии Копполы, катастрофу.

Белокурые, невинные и очень сплоченные сестры Лисбон немного боятся жизни, но втайне от строгих родителей хотят увлечься ею. Сначала кажется, что у девушек все получается — значит, в фильме будет хеппи-энд? Увы, но излишнее родительское стремление обезопасить детей может оказаться еще хуже, чем равнодушие.

5. «Дневник памяти» (2004)

Кажется, что «Дневник памяти» вообще можно включить в любой список фильмов про любовь — и про первую, и про несчастную, и про счастливую, и про вечную. Роман Николаса Спаркса давно стал романтической классикой, а фильм с Райаном Гослингом и Рэйчел Макадамс его идеально дополнил. Тут все понятно: любовь с первого взгляда и на всю жизнь, невзирая ни на какие условности и проблемы. А финал фильма вызывал такие сильные эмоции, что в 2019 году британский Netflix даже выложил версию с альтернативной концовкой.

6. «Попасть в десятку» (2006)

Один из первых фильмов, в которых Джеймс МакЭвой снимается в главной роли. Ромком про первокурсника, который всю жизнь был увлечен исключительно викторинами, но случайно встретил слишком красивую девушку. И, кажется, впервые не может думать ни о чём другом, кроме любви.

Из описания сюжета может показаться, что это глупый и вычурный фильм. Но от шуток здесь вовсе не хочется закатывать глаза, да и любовную линию сложно предсказать с первой сцены. Кроме того, смотреть интересно не только на героев, но и на фон происходящего, Великобританию 1985 года — с финансовым кризисом, очевидным классовым расслоением и песнями (пусть и самыми попсовыми) группы The Cure в придачу. Правда, ханжам его действительно смотреть не стоит.

7. «Мост в Терабитию» (2007)

Осторожно! Этот фильм не стоит смотреть, если вам кажется, что подросткам и взрослым уже непозволительно верить в чудеса.

Любовь может незаметно создать для двух людей целый новый мир, который покажется гораздо более привлекательным местом, чем реальность. Джесс и Лесли начинают дружить, а затем создают свой сказочный мир — Терабитию, в которой предпочитают прятаться от взрослых и непонятливых сверстников. Они кажутся другим людям чужаками, в то время как сами честно верят и в троллей, и в фей. И те действительно начинают существовать, если оживить их силой первого важного и — главное — взаимного чувства.

8. «Субмарина» (2010)

Если ты не самый популярный мальчик в школе — спортом не занимаешься, красотой не блещешь, отпускаешь странные шутки и периодически размышляешь, как одноклассники будут оплакивать твою преждевременную кончину, — то лучше вообще не отвечать, чтобы сохранить в целостности свою лицевую кость. У валлийского подростка Оливера это получается с переменным успехом. Ситуацию осложняет то, что именно Оливера для мести выбирает Джордана — экс-девушка местного задиры, которая хочет заставить своего бывшего ревновать. Вот только вся эта ситуация постепенно перерастает во что-то большее.

Как и «Попасть в десятку», фильм оказывается умнее, чем кажется по описанию. Балансируя на грани с авторским кино, он тонко раскрывает не только романтические, но и все прочие страхи героя.

9. «Неадекватные люди» (2010)

Пожалуй, самый легкий и непритязательный фильм из всей подборки — о том, как сложно найти, а потом разглядеть «своего» человека. «Подростковым кино» картину считать не совсем честно: повествование тут построено вокруг мужчины под 30, который и становится объектом влюбленности соседки-старшеклассницы. И хотя часть шуток может остаться непонятной, посмотреть комедию Романа Каримова всё-таки стоит. Хотя бы ради того, чтобы понять, что всем людям окружающие кажутся странными, а для кого-то тот самый странный «окружающий» — это сам главный герой.

10. «Королевство полной луны» (2012)

Фильм, который нередко называют лучшей картиной Уэса Андерсона, сразу же погружает в сказочную атмосферу. На первый взгляд кажется, что это идеальное произведение о первой любви, в которой поцелуи — очень неловкие, всё романтическое кажется смешным, а убежать с любимым — значит бунтовать против родителей. Сперва можно даже подумать, что в «Королевстве полной луны» можно только смеяться, но это обманчивое впечатление.

Уэс Андерсон призывает помнить о том, что любовь бывает очень грустной и одинокой. За ощущение меланхолии отвечают все взрослые персонажи фильма, которые выглядят еще более несчастными на фоне отчаянно увлеченных друг другом двенадцатилетних.

11. «Хорошо быть тихоней» (2012)

Настоящие бунтари исчезли? Может быть, так и есть. Главный герой фильма Чарли бунтует будто бы против своей воли. Его нельзя назвать смелым — просто иногда он делает то, что кажется правильным. «Хорошо быть тихоней» старается рассказать не столько о первой любви, которая в фильме точно есть, сколько о принятии и узнавании себя. Чарли с трудом понимает, что чувствует, не всегда точно выражает свои мысли и часто переживает. Оказывается, у отрешенного поведения есть причина, но чтобы узнать ее, нужно взглянуть на вещи под новым углом. Может быть, любовь как раз в этом и помогает?

12. «Я, Эрл и умирающая девушка» (2015)

Любовь — не обязательно про романтику. Можно влюбиться и в друга, и в подругу, при этом не разрушив замечательных отношений, без всяких кокетливых намеков. Такое переживание кажется еще тоньше и сильнее просто бушующей влюбленности, в которой непонятно, правда тебе нравится человек или это все гормоны.

Главный герой фильма Грег — простой подросток, который готовится к поступлению в колледж и снимает пародийные короткометражки вместе со своим другом Эрлом. А потом случайно узнаёт, что девочке Рэйчел, с которой он часто играл в детстве, диагностировали лейкемию. Они начинают дружить, и эта дружба становится для Грега больше всего остального мира. Никаких поцелуев зрителю не покажут, но после фильма точно останется впечатление: это была любовь.

13. «Назови меня своим именем» (2017)

Кому-то фильм может показаться непристойным. Он действительно рассказывает нестандартную любовную историю, да и использует не тропы ромкома — весь сюжет построен на попытке найти общий язык с другим человеком, который кажется очень недоступным. Предмет восхищения и любви 17-летнего Элио в самом деле исчезает из жизни юноши, как только кончается лето. Весь фильм проникнут предвосхищением будущего расставания, которое непременно случилось бы — как еще один этап проживания первой любви.

14. «Лакричная пицца» (2021)

Новый фильм Пола Томаса Андерсона, которого периодически называют едва ли не новым Кубриком, все восприняли по-разному. В TikTok режиссера назвали извращенцем: главный герой фильма, 15-летний Гэри, влюблен в девушку на 10 лет старше, а она и не против. Зато киноакадемики дали картине все основные номинации на «Оскар».

Если убрать весь предоскарровский шум, в остатке получим беззаботную летнюю картину о первой любви, которая обязательно должна быть взаимной — и к девушке, и к миру. Кстати, приторных сцен в фильме почти нет: словосочетание из названия не употребляется ни разу, а только символизирует виниловую пластинку — безусловный символ 70-х.

Подробнее на «Меле»: <https://mel.fm/zhizn/razvlecheniya/1783925-14-filmov-pro-pervuyu-lyubov-kotoryye-mozhno-obsudit-s-podrostkami>

Как начинать день: практические рекомендации Хэла Элрода

В своей книге «Магия утра» Хэл Элрод рассказывает о том, насколько важно правильное начало дня, и даёт рекомендации, как сделать утро действительно чудесным и продуктивным. В книге описаны 6 практик, которые изменят ваше начало дня и, как обещает автор, вашу жизнь.

История Хэла Элрода

В начале книги Хэл рассказывает о своём жизненном пути: значительный успех в достаточно юном возрасте, счастливая жизнь, способная вызвать зависть, но всё это оборвалось в один момент.

Хэл попал в автокатастрофу, впал в кому, сломал 11 костей, его бросила девушка, и он услышал от врачей, что вряд ли будет ходить. Но он опустил руки: «Я воспользовался произошедшим как топливом для триумфального возвращения к нормальной жизни».

«Если та злосчастная автомобильная авария меня чему-то и научила, так это тому, что нет никакого смысла сетовать и страдать по поводу того, что ты не в силах изменить».

Хэл сумел вернуться к прежней жизни и стал счастлив. Но тут последовал кризис и долг в 400 тысяч долларов. Он называет это время «вторым дном». Способ, который помог ему выбраться из него и стать ещё успешнее получил название «Чудесное утро» и был описан в книге.

3 важнейших аргумента из книги:

Вы этого заслуживаете. Вы имеете право стать лучше во всех сферах вашей жизни.

Чтобы перестать довольствоваться малым, вы должны начать выделять время на совершенствование каждое утро.

Целенаправленное, продуктивное и успешное утро генерирует целенаправленный, продуктивный и успешный день, что неизбежно ведет к успешной жизни.

Преимущества «Чудесного утра»

Каждый день вы будете просыпаться более энергичным, и вашего потенциала будет хватать на весь день.

Снижение уровня стресса.

Перспектива улучшить состояние здоровья.

Возможность понять свою главную жизненную цель.

Повышение продуктивности.

Параллель успеха

Джим Рон сказал: «Ваш успех крайне редко превышает уровень вашего личного развития, ибо вы привлекаете успех, только став человеком, способным его привлекать». То есть, чтобы добиться успеха, вы должны начать повышать свой уровень развития. Тут мы сталкиваемся с двумя проблемами:

Проблема №1: найти время. Вечером и в обед человек обычно занят или обессилен, поэтому лучшее время – утро. Это даёт толчок на весь день. Также днём мы ещё полны сил, поэтому наше развитие будет максимально продуктивным.

Проблема №2: начать делать то, что оказывает наибольшее воздействие. Вам нужно определить, что делает вас лучше, и сделать это. В случае Хэла этими действиями стали медитация, аффирмации, визуализация, чтение, ведение дневника и физические упражнения. Об этом речь и пойдёт дальше.

Причины заурядной жизни и способы борьбы с ними

Зеркало заднего вида. Это метафора, в которой автор имеет в виду людей, чей взгляд ориентирован не на сегодняшний день, а на прошлое. Не тяните этот груз на себе.

Отсутствие чёткой цели. Если вы не знаете чего хотите, то не сможете этого достичь. О целеполагании читайте здесь.

Привычка делать исключения. «Если я сегодня пропущу тренировку, то ничего не изменится», «Сегодня я не в настроении читать, завтра прочту в два раза больше», – не позволяйте себе такого, если хотите достичь успеха.

Отсутствие необходимости давать отчёт. Очевидно, что когда нам нужно отчитываться перед кем-то (начальником, родственниками), мы работаем лучше. Отправьте своему другу это краткое содержание и начните развиваться вместе!

Заурядный круг внимания. Наши друзья определяют нас самих. Тщательно выбирайте тех, с кем общаетесь, и кто воздействует на вас.

Отсутствие личного роста.

Отсутствие чувства безотлагательности. Нужно что-то сделать? Сделайте сейчас!

Зачем вы встали сегодня утром?

Если вы похожи на большинство людей, то каждое утро просыпаетесь под ненавистный звонок будильника и с огромной неохотой вытаскиваете себя из постели, потому что вам надо куда-то ехать, что-то сделать, кому-то ответить или о ком-то позаботиться. Найдите цель, ради которой вы перестанете откладывать будильник «ещё на 5 минуточек».

5 этапов лёгкого пробуждения:

Прежде чем лечь вечером в постель, четко сформулируйте свои намерения. Первой мыслью при пробуждении, как правило, будет последняя мысль перед укладыванием в постель.

Поставьте будильник как можно дальше от кровати.

Почистите зубы. Просто дайте себе время проснуться и начать новый день.

Выпейте стакан воды. Вы восстановите запас воды в организме и заодно заставите его работать.

Наденьте спортивную одежду. Зарядка – отличное начало дня.

Ваши «спасательные круги»

Итак, 6 практик, которые спасут вас от жизни с нереализованным потенциалом:

Тишина. «Тишина — один из лучших инструментов, позволяющих немедленно уменьшить стресс, одновременно повысив осознанность, и достичь ясности, что непременно поможет вам каждый день сохранять фокус на поставленных целях, приоритетах и самом важном в вашей жизни». В самом начале дня можно уделить время медитации.

Аффирмации. Об аффирмациях можете подробно прочитать здесь.

Визуализация. Каждодневная простая визуализация, дополненная регулярным чтением аффирмаций, непременно запрограммирует ваше подсознание на успех. Вы начнете жить так, как нужно для достижения идеального видения, и в итоге непременно воплотите его в реальность.

Физические упражнения

Чтение. Читайте как можно больше! Спросите себя, чему бы вы хотели научиться, и начните читать книгу об этом.

Ведение дневника. Зачем и как вести дневник хорошо написано здесь.

Для самых занятых Хэл предлагает шестиминутную версию «Чудесного утра»: по одной минуте на каждый пункт. Но я советую не экономить время на саморазвитие, потому что оно точно себя окупит.

Желаю успехов!

Подробнее: <https://4brain.ru/blog/как-начинать-день/>

Луч света в темном царстве: 6 книг, способных вселить надежду в любого

Литература способна оказывать на человека огромное влияние, разжигая в его душе огонь и мотивируя его. Этот эффект особенно заметен, когда автор обладает удивительной способностью соединять простые слова в мощные предложения, а мощные предложения – в по-настоящему интересные главы, а по-настоящему интересные главы – в искусно написанные произведения, которые соединяют все части в единое целое и приносят читателю истинную радость и удовлетворение.

Литература помогает человеку увидеть привычные вещи в новом свете и раскрыть идеи, которые никогда раньше не приходили нам в голову, и чувства, которые мы никогда не испытывали ранее. Разумеется, каждый читатель трактует содержание книги по-разному, интерпретируя слова автора, исходя из своего личного жизненного опыта. В этом смысле, каждый человек выносит из одной и той же книги что-то свое, сугубо индивидуальное. Однако есть такие книги, которые способны пробудить нечто особенное в каждом из нас.

Пока мы еще вынуждены соблюдать антикризисные меры, рекомендуем вам прочитать список книг, которые способны вселить надежду в любого. Одни из них могут довести вас до слез, другие – заставить безудержно смеяться. Но ни одна из этих книг не оставит вас равнодушным и обязательно окажет благоприятное влияние на ваше моральное состояние.

За основу этой статьи мы взяли работу Кимберли Рюес *In the Darkness, There Is Light: 6 Books That Shine Hope for Students and Teachers*, опубликованную на сайте EdSurge, посвященном образовательным технологиям. Так что если у вас есть желание почитать оригинал, переходите по ссылке, а мы продолжим.

Rita Lorraine Hubbard, The Oldest Student: How Mary Walker Learned to Read

Если вы находитесь в поиске истинного вдохновения, эта иллюстрированная книга в жанре «нон-фикшн» вам обязательно в этом поможет. Она расскажет вам историю о Мэри Уокер, которая родилась в рабстве, освободилась от него в 15 лет, вышла замуж и стала матерью к 20 годам, а научилась читать только тогда, когда ей было 116 лет.

Послание надежды: «Никогда не поздно научиться чему-то новому».

Susan Verde and John Parra, *Hey Wall: A Story of Art and Community*

Эта книга с удивительными иллюстрациями расскажет вам увлекательную историю о том, как одна большая идея одного маленького мальчика изменила ландшафт района, в котором он жил, и напомнит вам о том, как велика сила сообщества и что в мире есть очень много вещей, за которые стоит быть благодарным.

Послание надежды: «Объединяясь, мы можем открыть наши глаза на красоту многообразного сообщества, которое нас окружает. А работая вместе, мы можем создавать удивительные вещи».

Dav Pilkey, Dog Man: For Whom the Ball Rolls

Если вы хотите немного поулыбаться или и вовсе посмеяться от всей души, то эта книга написана специально для вас. Щедро приправленная юмором, эта история способна понравиться любому читателю: как беспечному второкласснику, так и серьезному взрослому. После прочтения вы гарантированно освободите большую часть своих эндорфинов!

Послание надежды: «Смех полезен для вашей души».

Raquel Jaramillo Palacio, White Bird

Графический роман-дополнение к «Чудесным» историям», который расскажет вам историю о том, как Сара пряталась от нацистов на территории оккупированной Франции в ходе Второй мировой войны. Это книга о доброте и дружбе: о том, как на протяжении всей истории доброжелатели неожиданно помогают Саре спастись, а маленький мальчик, который когда-то был мишенью для издевательств, становится ее лучшим другом.

Послание надежды: «Доброта становится чудом. Она становится тем самым светом во тьме, самой сущностью нашего человечества. Это и есть надежда».

Christina Soontornvat, A Wish in the Dark

Фантастическая книга, главной идеей которой является справедливость и сила объединения людей для исправления ошибок. «Желание во тьме» – это история о сбежавшем из тюрьмы Понге и девушке Нок, дочери надзирателя, которая полна решимости схватить Понге и вернуть его обратно. Эта магическая и увлекательная история научит вас сражаться за правду до самого/победного конца.

Послание надежды: «Наш свет способен рассеять тьму».

Jewell Parker Rhodes, Ghost Boys

Это подростковый роман, в котором поднимается фундаментальная проблема борьбы за справедливость. Когда полицейский якобы случайно выстрелил в Джерома, тот стал привидением/призраком и мог наблюдать за скорбью его семьи и волнениями в своей общине, которые возникли, как следствие несправедливого и жестокого убийства. Вскоре после этого он встречает другого призрака – Эммета, который помогает ему понять глубокие корни расизма, который как раз и стал причиной их гибели. Джером также общается с Сарой, дочерью полицейского, убившего его, но всеми силами борющейся с действиями своего отца, чтобы сделать мир лучше.

Послание надежды: «Только при жизни можно сделать мир лучше. Живи и делай это».

Давайте вместе сделаем 2022 годом надежды, оптимизма и позитивных изменений, основанных на чтении книг, способных вдохновить людей! 4brain в деле, а вы?

Если вы хотите получить максимум пользы из этих книг, советуем прочитать их на языке оригинала. Выучить язык на необходимом для этого уровне вам поможет наша программа «Эффективное изучение иностранного языка», с помощью которой вы овладеете специальными приемами и мнемотехниками для повышения эффективности изучения любого иностранного языка. А наша программа «Быстрое чтение» позволит вам прочитать и усвоить столько книг, сколько вы пожелаете.

Желаем вам удачи и искренне верим в то, что никакие ограничения не сломят ваш дух!

Источник: <https://4brain.ru/blog/luch-sveta-v-temnom-carstve-6-knig-sposobnyh-vselit-nadezhdu-v-ljubogo/>

Рефлексология Бехтерева: что взять из теории в практику

Почти мы все любим круглые даты. Их легко запоминать, приятно отмечать, при этом организация юбилея не так нагружает в финансовом плане, как ежегодное празднование какой-либо даты. Разумеется, ежегодные празднования, например, дней рождения или годовщин свадьбы, обсуждению не подлежат, хотя и тут есть тенденция отмечать круглую дату чуть более торжественно, чем обычную.

А вот о юбилеях научных открытий и прочих событий в научном мире вспоминают не так часто. Причем с течением времени о них и вовсе норовят забыть. К чему мы сейчас об этом? 100 лет тому назад впервые вышла из печати книга знаменитого российского невропатолога, физиолога, психолога, психиатра, основоположника рефлексологии и, в придачу ко всему, генерал-лейтенанта медицинской службы Русской императорской армии Владимира Михайловича Бехтерева «Коллективная рефлексология» [В. Бехтерев, 1921].

В этой книге затрагиваются практически все те же вопросы, которые мы рассматриваем в рамках наших учебных программ «Самопознание» и «Когнитивистика». Насколько актуальна рефлексология Бехтерева сегодня? Давайте посмотрим!

Бехтерев: рефлексология как наука

Для начала стоит очертить сферу научных интересов Владимира Бехтерева (1857-1927). Тем более что многие открытые им рефлексы, лекарства и болезни носят его имя. Например, «болезнью Бехтерева» называют анкилозирующий спондилоартрит, под которым понимается воспаление и последующее сращение межпозвоночных суставов.

«Микстура Бехтерева» на основе настойки травы горицвета весеннего, кодеина фосфата и натрия бромида долгое время была популярна как успокоительное и противосудорожное средство, которое к тому же оказывало стимулирующее действие на сердечно-сосудистую систему.

Так называемые «рефлексы Бехтерева» – это целый ряд открытых и описанных им физиологических реакций человеческого организма на внешние воздействия. Например, патологический стопный сгибательный рефлекс, нижнечелюстной рефлекс, запястно-пальцевой рефлекс, по которым можно распознать поражение пирамидных путей в нервной системе, отвечающих за сложную и тонкую координацию движений.

Достаточно долгое время в своей научной карьере Владимир Бехтерев был сосредоточен на исследованиях в области физиологии, которые подытожил в двухтомнике «Проводящие пути спинного и головного мозга» [В. Бехтерев, 1898]. Еще более масштабным является его труд «Основы учения о функциях мозга» в 7 томах [В. Бехтерев, 1903].

Поэтому неудивительно, что, когда Бехтерев увлекся психологией, он попытался объяснить психологические процессы с точки зрения физиологии рефлексов. Более того, он считал единственно верным и достойным научного интереса лишь то, что имеет объективный характер и может быть зафиксировано в неких показателях.

Об этом он говорит в своей книге «Объективная психология», которая, кстати, уже несколько раз переиздавалась, и в наступившем третьем тысячелетии тоже [В. Бехтерев, 2008]. Автор пояснял, что все психические процессы в обязательном порядке сопровождаются рефлексорными двигательными и вегетативными реакциями.

В свою очередь, двигательные и вегетативные реакции можно наблюдать и регистрировать. Соответственно, ученым осталось лишь найти все взаимосвязи между психическими процессами и нервными реакциями, чтобы разгадать все секреты человеческой психики.

Свои взгляды и идеи Бехтерев оформил в новое научное направление – рефлексологию. Все то, что нельзя наблюдать и фиксировать на уровне физиологических процессов, Бехтерев не считал предметом рефлексологии, да и психологии как науки тоже. Автор научной рефлексологии полагал, что наука должна иметь дело только с фиксируемыми показателями.

Насколько это применимо к такой сложной науке, как психология? Наличие многочисленных тестов в психологии говорит само за себя. Ученые и практикующие психологи пытаются представить психические процессы в неких исчисляемых единицах (очках, баллах), чтобы потом сделать объективные выводы и помочь человеку.

К примеру, продолжателями научных традиций Бехтерева, сотрудниками Национального медицинского исследовательского центра психиатрии и неврологии имени Бехтерева разработана так называемая «Шкала депрессии» из 20 вопросов. Она позволяет по количеству ответов «всегда», «иногда», «никогда», «часто» определить наличие депрессии или склонной к таковой.

Те, кого не устраивает подход «нажми на кнопку и получишь результат» и кто желает вникнуть во все нюансы самостоятельно, могут ознакомиться с методикой подсчета ответов и интерпретации результатов для данной шкалы [ФГБНУ «Научный центр психического здоровья», 2017].

Возвращаясь к наследию Бехтерева, подытожим, что он рассматривал все многообразие психических процессов как рефлексорные реакции, которые можно наблюдать, изучать, фиксировать. Заниматься этим должна наука рефлексологии, автор основополагающих принципов которой сам Бехтерев. Это что касается человека. Тогда что же такое коллективная рефлексология? Давайте разберемся и с этим.

Предмет коллективной рефлексологии

Владимир Бехтерев считал возможным распространить рефлексологический подход на изучение общественных явлений. Таким образом, коллективная рефлексология – это применение постулатов и методов рефлексологии для коллективных объектов. Например, социальных групп.

Работа лаборатории коллективной рефлексологии в рамках Психоневрологического института, созданного Бехтеревым в прошлом столетии, до сих пор вызывает интерес ученых [С. Багадирова, А. Юрина, 2014]. В частности, исследовательская программа, основанная на идее закрепления условных рефлексов и физиологическом редукционизме [Е. Долгова, 2014].

Уточним, что редукционизм – это методологический принцип, согласно которому сложные явления можно объяснить с помощью законов, свойственных более простым явлениям. Исходя из этого, коллективная или социальная рефлексология может оперировать тем же научным аппаратом, что и рефлексология в психологии отдельного индивида.

Так, Бехтерев представлял коллектив, как единый социальный организм. И, соответственно, как любой другой организм, он подвержен определенным реакциям. Как и на любой другой организм, на коллектив можно воздействовать различными методами, а коллектив, в свою очередь, будет на них реагировать.

Тут уместно еще раз вспомнить, что Владимир Бехтерев был невропатологом, физиологом и психиатром, поэтому вел наблюдения, прежде всего, за людьми, нуждающимися в ме-

дицинской помощи и уже имевшими какие-либо диагностированные отклонения. Например, алкоголизм, зависимость от психотропных веществ.

Работая над проблематикой, Бехтерев пришел к выводу, что можно добиться положительных изменений, подобрав общие методы воздействия на социальный организм (коллектив) так, чтобы эти методы положительно влияли на каждого члена этого коллектива.

В частности, Бехтерев предложил метод коллективной гипнотерапии для воздействия на лиц с алкогольной зависимостью и людей, страдающих неврозами. Прежде, чем предложить свои методы, Бехтерев тщательно исследовал феномены массового внушения в истории. Свои наблюдения и выводы он изложил в книге «Роль внушения в общественной жизни» [В. Бехтерев, 1908].

Достаточно взглянуть на оглавление книги, чтобы понять, какой массив информации перелопатил Бехтерев перед, как предлагать нечто свое:

Судорожные эпидемии в истории.

Эпидемии кликушества и порчи.

Эпидемии колдовства и бесоодержимости.

Супоневская психопатическая эпидемия Орловской губернии.

Татарская психопатическая эпидемия в Казанской губернии.

Сектантские сборища.

Канадская психопатическая эпидемия в среде русских духоборов.

Паника среди людей и животных.

Эпидемическое распространение мистических учений.

Психические эпидемии во времена исторических народных движений.

Китайская эпидемия секты Ихэтуань.

Тут можно, конечно, поспорить, все ли из этого списка можно отнести к психопатическим эпидемиям. Так, Ихэтуаньское восстание против иностранного вмешательства в дела Китая и выход участников восстания против вооруженного противника без оружия был обусловлен не столько искренней верой в неуязвимость от пуль, сколько отсутствием огнестрельного оружия у повстанцев. Среди них было много доведенных до отчаяния нищетой и считавших виновными во всех своих бедах иностранцев. Они попросту не имели возможности приобрести оружие, но при этом не хотели дальше терпеть сложившееся положение дел, поэтому придумали свою идеологию протеста.

Так или иначе, объем проделанной Бехтеревым работы впечатляет, а такой метод, как гипнотерапия, применяется в медицинских центрах для лечения зависимостей и сегодня, в 21 столетии. Венцом его исследований стала книга «Коллективная рефлексология», скачать которую можно по ссылке в скобках [В. Бехтерев, 1921].

Какие еще проблемы затрагивает коллективная рефлексология Бехтерева? Их достаточно много, поэтому мы выделим только основные.

Основные проблемы коллективной рефлексологии:

Анализ коллективного объединения как собирательной личности.

Формирование социального портрета группы.

Специфика и основные характеристики коллектива как такового.

Взаимное внушение и взаимная индукция в коллективе.

Факторы, объединяющие людей в коллективе.

Роль языка в социальной группе.

Закономерности развития социальных движений.

Коллективные соматические рефлекссы.

Последний пункт можно проиллюстрировать типовым примером. Так, если все члены коллектива настроены на единую цель, будь то победа команды в соревнованиях или выполнение плана в отделе продаж, психологическая атмосфера и микроклимат в таком коллективе будут положительными. Если же существует большой разрыв между целями коллектива и целями каждого человека, входящего в его состав, атмосфера будет нездоровой.

Думается, актуальность этих идей сегодня полностью очевидна. Практически все современные тренинги по командообразованию строятся именно на этих постулатах. Да и многие другие из вышеперечисленных проблем нашли свое отражение (и решение!) в наших учебных программах «Самопознание» и «Когнитивистика».

Теперь же предварительно подытожим все вышеизложенное и попытаемся ответить на вопрос из заголовка статьи: что взять из истории в современность и из теории в практику.

Рефлексология Бехтерева: актуальность

Итак, что же из рефлексологии Бехтерева можно считать актуальным на сегодняшний день? Во-первых, это стремление Бехтерева представить все изучаемые наукой процессы в исчисляемых единицах. Собственно, сам факт наличия многочисленных тестов по психологии, где результат выдают в цифрах, а потом объясняют его словами, уже говорит об актуальности такого подхода для изучения психологии человека.

Во-вторых, конструктивной можно считать саму идею найти все взаимосвязи между поведением человека, рефлекторными двигательными и вегетативными реакциями и прочими физиологическими процессами, происходящими в организме. В случае полной реализации задумки это могло бы заметно облегчить диагностику психических заболеваний и помочь безошибочно распознавать разницу между психологическими особенностями человека и симптомами психических расстройств в ситуациях, когда они имеют сходные признаки.

В-третьих, сохраняют актуальность прикладные результаты исследований Бехтерева. В частности, применение гипнотерапии для лечения болезненных зависимостей, алкоголизма, наркомании, неврозов, прочих расстройств.

И, наконец, в рамках развития созданной им науки рефлексологии он изучил и систематизировал огромный пласт информации, которая может быть использована для исследований в самых разных областях: психологии, социологии, политологии, истории и других.

Заметим также, что ныне действующий Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и неврологии имени В. М. Бехтерева создан на базе Психоневрологического института, организованного Бехтеревым в далеком 1907 году. Притом, что исследования в области рефлексологии после смерти Бехтерева были фактически прекращены в директивном порядке, институт продолжил работу, выдержав на протяжении своей истории немало реформативных изменений. Заметим, что в 30-е годы гонениям подверглись многие направления в психологии. Этим процессам посвящена статья «Начало конца поведенческой психологии в СССР» [В. Умрихин, 1991].

В целом, Бехтерев уделял большое внимание организационным формам научной работы и созданию среды для неформального общения и обмена опытом врачей и ученых. Так, на его счету создание Казанского общества невропатологов и психиатров в период, когда он работал в Казани, Общества психоневрологов и Общества нормальной и экспериментальной психологии в петербургский период его деятельности. К слову, практика создания условно неформальных объединений по профессиональному признаку сохранилась в медицине по сей день.

Таким образом, многое из наследия Бехтерева по-прежнему актуально на сегодняшний день. И именно поэтому мы решили воспользоваться информационным поводом и подготовить этот материал в честь 100-летия выхода книги Владимира Бехтерева «Коллективная рефлексология» [В. Бехтерев, 1921].

То обстоятельство, что часть идей потеряла актуальность, а часть выглядит упрощенными и даже наивными с точки зрения современного развития науки в целом и психологии в частности, никак не умаляет значения исследований Бехтерева, в том числе в области рефлексологии. Просто потому, что наука и жизнь идут вперед, и это вполне естественно, что какие-то идеи выдерживают проверку временем, какие-то требуют существенных уточнений, а какие-то просто изживают себя. И точно такой же естественной является критика любых новых идей в науке современниками, не готовыми принять новое как таковое или какую-то конкретную идею, теорию, гипотезу.

Критика идей Бехтерева

И, конечно, любые новаторские идеи в науке всегда вызывают волну критики. Рефлексология Бехтерева не стала исключением. Чаще всего Бехтереву ставят в вину слишком упрощенный подход к такому феномену, как человеческая психика [В. Роменец, И. Маноха, 2003]. Так, в работах Бехтерева критики усматривают явную недооценку традиционной психологии и ее методов, сформировавшихся к началу 20 столетия, и явно поспешную оценку психологии как чего-то субъективного.

Чисто гипотетически Бехтерев допускал существование субъективных явлений, однако не считал, что они несут какие-то функции и их стоит исследовать. Критики считают такой подход неверным, потому что субъективное явление или восприятие могут быть следствием объективных процессов, и изучение субъективной составляющей поможет понять объективную картину.

Вызывает некоторое недоумение у критиков и определение Бехтеревым рефлексологии как науки о человеческой личности. В их понимании, максимум, с чем могла бы справиться рефлексология, так это с изучением особенностей отдельного человека, но никак не личности как таковой.

Также объектом критики стала попытка Бехтерева объяснить все требующие объяснения субъективные явления в контексте процессов, происходящих в головном мозге человека. «Изучая мозг в его высших проявлениях, мы изучаем вместе с тем и развитие самого психического процесса», – писал Бехтерев [В. Бехтерев, 1903]. В понимании критиков, психический процесс подразумевает более широкую трактовку, нежели совокупность реакций нейронов головного мозга.

Сомнительной выглядела и критика Бехтеревым метода интроспекции, широко применяемого в науке в те годы. Уточним, что интроспекция – это, по сути, самонаблюдение и самопознание человеком собственных мыслей, чувств, переживаний. Бехтерев считал, что внутренние переживания слишком индивидуальны, и их невозможно выразить словами так, чтобы все поняли их одинаково. Скажем так, что с этих позиций можно отвергнуть любую возможность адекватной передачи информации в устном или письменном виде.

Впрочем, с течением времени Бехтерев признает целесообразным вести наблюдение за субъективными процессами «на себе самом» с целью «дополнять изучение объективных проявлений личности», а также понимать соотношение объективного и субъективного в личности. Об этом он, в частности, пишет в своей работе «Психология, рефлексология и марксизм» [В. Бехтерев, 1925].

Однако и это в свое время вызвало волну критики, в результате чего Бехтерева обвинили в дуализме, а один из его оппонентов даже высказался, что «Бехтерев перекрестился, чтобы стать марксистом» [Г. Челпанов, 1926].

Для справки: марксизм в том понимании, которое сложилось в СССР, не признавал религию и считал, что «религия – это опиум для народа». Церковь была полностью отделена от государства, а верующие вынуждены были соблюдать обряды тайно, иначе могла пострадать их карьера.

Подробности научной дискуссии тех лет интересны исследователям и в наши дни. Так, к одной из научных конференций был подготовлен доклад «О дуализме В. М. Бехтерева в методологических вопросах психологии» [Л. Баянова, 2006].

Так или иначе, рефлексология избегает изучения субъективных явлений, чувств, ощущений, представлений и всего, что можно «втиснуть» в узкие рамки рефлекса. Тем не менее, как мы уже выяснили ранее, наследие Бехтерева, его «Коллективная рефлексология», книги, посвященные функциям головного и спинного мозга, имеют огромное значение для дальнейшего развития науки и практики помощи людям, нуждающимся в ней.

Источник: <https://4brain.ru/blog/refleksologiya-bekhtereva-cto-vzyat-iz-teorii-v-praktiku/>

КОНКУРС

РУБРИКА: КОНКУРСЫ, АКЦИИ

Конкурс «Профсоюзный репортёр» – 2022 стартует!

Конкурс проводится в Год корпоративной культуры в Общероссийском Профсоюзе образования и его главная задача – осветить в СМИ деятельность профсоюзных организаций всех уровней, а также профсоюзных лидеров и активистов.

Приглашаем к участию профсоюзных работников - актив, членов молодежных советов, ветеранов профсоюзного движения, педагогов всех уровней образования, школьников, студентов системы СПО, высшего образования, журналистов.

Номинации конкурса:

1. Первичка может!

Заметка или репортаж об успешной деятельности первичной профсоюзной организации, в том числе акции, проекте, мероприятии и т.п.

2. Персона.

Очерк о профсоюзном лидере, активисте профсоюзной организации любого уровня.

3. Профсоюзный Интернет.

Пост (текст не больше 2 тысяч знаков и фотографиями – не более десяти штук), либо видео (не больше 3-х минут) с небольшим поясняющим текстом (до 1 тысячи знаков) для группы Профсоюза в социальной сети.

4. Профсоюз помог.

Заметка или статья о том, как профсоюзная организация любого уровня помогла члену профсоюза защитить его права.

5. Корпоративная поддержка.

Статья об опыте результативной помощи первичкам со стороны территориальных организаций Профсоюза или территориальным организациям со стороны региональных (межрегиональных) организаций Профсоюза.

Лучшие материалы будут публиковаться в газете «Мой профсоюз», в социальных сетях: <https://vk.com/eseur>, <https://www.facebook.com/eseur.ru>, <https://ok.ru/eseur2018> и на сайте <https://www.eseur.ru/>.

Материалы принимаются с 1 марта до 1 ноября 2022 года включительно по электронной почте prof.reporter2022@mail.ru.

Все участники получают электронные дипломы, победители – дипломы и памятные призы.

Приглашаем к творчеству!

С Положением о проведении Всероссийского конкурса «Профсоюзный репортёр» в 2022 году можно ознакомиться здесь

https://www.eseur.ru/Files/Polojenie_o_provedenii_Vseross58940.doc.

Источник: https://www.eseur.ru/Profsouzniy_reporter_-_2022_startuet/

Запущен конкурс дизайн-проектов для школьных пространств

При поддержке Минпросвещения России 14 февраля стартовал всероссийский конкурс «Классное пространство». Ученики российских школ смогут влиять на то, как будут выглядеть школьные помещения. На конкурс принимаются идеи, как преобразить столовую и спортзал, спроектировать актовый зал и улучшить классные кабинеты.

Участники смогут предложить свои решения в девяти конкурсных номинациях: «Пространство детских инициатив», «Столовая», «Спортивная зона», «Учебный класс», «Учительская», «Актовый зал», «Библиотека», «Общественное пространство», «Входная группа».

Для заявки можно выбрать одну или несколько номинаций и создать собственный проект организации и оформления предложенного пространства. Каждая работа должна иметь визуальную часть (рисунок с оформлением помещения) и текстовое пояснение, раскрывающее детали задумки.

К участию приглашаются все российские школьники от 8 до 17 лет. Подать заявку и отправить работу можно с 14 февраля по 13 марта на странице проекта на сайте Российского движения школьников.

Итоги подводятся в двух возрастных категориях: младшие школьники и средние и старшие школьники. Победители получают путёвки во Всероссийский детский центр «Орлёнок» и Международный детский центр «Артек».

Работы победителей будут рекомендованы для разработки официальной концепции по оформлению школьных пространств.

Список победителей будет опубликован 31 марта на сайте [рдш.рф](http://rdsh.rf).

Организаторы проекта – Российское движение школьников, движение «ЮНАРМИЯ» и автономная некоммерческая организация «Большая перемена» при поддержке Минпросвещения России.

Российское движение школьников (РДШ) – общественно-государственная детско-юношеская организация, деятельность которой сосредоточена на развитии и воспитании школьников. На сегодняшний день движение охватывает более 9 тысяч школ, в его мероприятиях приняли участие свыше 450 тысяч человек.

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/zapushchen-konkurs-dizayn-proektov-dlya-shkolnykh-prostranstv/>

В краснодарском крае стартовал онлайн-хакатон «Перспективы использования цифровых двойников в образовании»

Хакатон по виртуальной реальности проводит детский центр ИТ-творчества «IT-Cube». Команды школьников 12-17 лет могут попробовать свои возможности в создании проекта и тестировании цифровой модели существующего или проектируемого объекта.

Хакатон проводится в дистанционном формате на площадке Discord в период с 15 февраля по 22 апреля. Все проекты участников будут протестированы в реальном времени в среде виртуальной и дополненной реальности.

Оценивать работу школьников будет профессиональное жюри, в состав которого вошли педагоги технической направленности, специалисты в области дизайна, программирования и системного администрирования. Среди критериев оценки – умение работать в команде и выявлять проблему, понимать цели и задачи проекта, результативность исследовательской и проектной деятельности, оригинальность работы. Особое внимание при разработке проекта следует уделить проработке и детализации цифрового двойника, его функциональности.

Итоги конкурса будут подведены 22 апреля, победителей наградят дипломами и памятными призами. С подробностями участия можно ознакомиться по ссылке.

Цифровой двойник – это компьютерная модель реального объекта или процесса, которая воспроизводит его состояние в различных условиях. Масштаб может быть разным: от небольшой детали до целого предприятия. Виртуальная копия может появиться раньше самого изделия – в этом заключается одна из главных особенностей цифрового «брата». Национальный стандарт цифровых двойников изделий начал действовать в России с 1 января 2022 года.

Хакатон – соревновательное мероприятие, где команды участников в условиях ограниченного времени осуществляют деятельность, направленную на создание новых IT-проектов, общедоступных социально-значимых или инновационных приложений и сервисов. Миссия мероприятия состоит в объединении участников с различными компетенциями и предоставлении им возможностей для обучения, развития, творчества в рамках работы в группах и соревновательного процесса.

Подробнее: <https://minobr.krasnodar.ru/presscenter/news/v-krasnodarskom-krae-startoval-onlayn-khakaton-perspektivy-ispolzovaniya-tsifrovyykh-dvoynikov-v-obra/>

Жителей Кубани приглашают принять участие в творческом конкурсе памяти Василия Ланового «Пробуждая сердца»

Конкурс проводит движение «Бессмертный полк России», сопредседателем которого был народный артист СССР Василий Лановой.

Прием заявок продлится до 13 марта на сайте. Победителей пригласят в Москву. В конкурсе могут участвовать подростки от 12 лет, семьи и творческие коллективы. Участники должны записать на видео выразительное прочтение или творческую постановку отрывков из произведений А. С. Пушкина, Л. Н. Толстого, А. Т. Твардовского и стихов других авторов по теме Великой Отечественной войны. В двух номинациях можно представить произведения собственного сочинения, посвященные Василию Лановому и Году культурного наследия народов России, в этом случае надо прислать текст. В жюри войдут публицисты, актеры и писатели.

Василий Лановой – народный артист СССР, Герой Труда РФ. Умер 28 января 2021 года.

Пресс-служба администрации Краснодарского края

Подробнее: <https://admkrain.krasnodar.ru/content/1131/show/622070/>

«Солидарность» проводит общероссийский конкурс «Профледи-2022»

Накануне 8 Марта редакция центральной профсоюзной газеты «Солидарность» объявила конкурс «ПрофЛеди» для женщин – членов профсоюзов

Конкурс газеты «Солидарность» пройдет с 21 февраля по 18 апреля по трем основным номинациям: «Профледи», «Леди Спец» и «Леди Увлечение».

Победительниц в этих номинациях выберет жюри на основании присланных конкурсных материалов. Кроме того, по итогам народного голосования на сайте газеты «Солидарность» из числа конкурсанток будет определена «Леди Популярность». Среди призов – двухдневная поездка в Сочи на самое престижное профсоюзное мероприятие: интеллект-форум «Профсоюзы. XXI век», где победительницу ждет фотосессия и торжественное вручение диплома на

сцене форума. Две победительницы конкурса станут героинями публикаций в газете и на сайте «Солидарности», а еще одна – звездой обложки глянцевого «Профсоюзного журнала».

Кроме того, лауреаты конкурса получают сертификаты на редакционные курсы обучения, на персональную электронную подписку на «Солидарность» и наборы сувенирной продукции.

Чтобы принять участие в конкурсе, нужно всего три условия: быть женщиной, членом профсоюза и читателем газеты «Солидарность» (профорганизация, в которой вы состоите, должна быть подписана на газету). Участвуйте сами и голосуйте за коллег!

Заявки на конкурс уже принимаются! Подать Заявку можно на сайте газеты «Солидарность».

Всё об условиях участия в конкурсе <https://solidarnost.org/contest/profliedi-2022/polozhenie-o-konkurse/>.

Подробнее: <http://kkoop.ru/solidarnost-provodit-obshherossijskij-konkurs-profliedi-2022/>

Уникальный шанс: российские студенты смогут поработать в ведущих компаниях страны

Стартовал прием заявок от российских студентов на конкурс «Золотая стажировка», который организован проектом «Время карьеры» президентской платформы «Россия – страна возможностей» вместе с Минобрнауки и Уральским федеральным университетом.

В «Золотой стажировке» участвуют более 100 российских крупнейших компаний. Конкурс пройдет в несколько этапов. С 21 февраля подать заявку могут студенты любого российского вуза, независимо от места и года обучения.

На сайте конкурса доступно более 200 предложений по направлениям промышленности, информационных технологий, науки, экономики и управления, маркетинга и HR. Как уточнили в пресс-службе АНО «Россия – страна возможностей», большинство стажировок будет оплачиваться, а некоторые компании поддерживают переезд ребят к месту его будущей работы.

До 24 апреля студентам необходимо определиться с интересующими стажировками и подать резюме. До 27 апреля всем конкурсантам предложат пройти тест для определения уровня их способностей. До 11 мая ребята должны будут представить решения поставленных от работодателей задач. Все это время ребята могут консультироваться по заполнению резюме, как вести себя на собеседовании. Также в их распоряжении статьи, вебинары и ролики от экспертов УрФУ и HR-специалистов российских компаний.

Уже с 18 мая успешные конкурсанты начнут проходить собеседования. Ребят будут приглашать на онлайн-встречи с руководителями и HR-специалистами. По итогам всех этапов будут определены финалисты. Планируется, что итоги «Золотой стажировки» станут известны 10 июня.

Как отметил замгенерального директора АНО «Россия – страна возможностей» Алексей Агафонов, только на этапе предварительной регистрации было получено 2500 заявок. Алгоритм конкурса разработан специально для ребят без опыта. Он добавил, что до 24 апреля конкурс ждет всех желающих научиться грамотному трудоустройству, показать свои знания и получить шанс поработать летом в реальной компании.

Подробнее: <https://ug.ru/unikalnyj-shans-rossijskie-studenty-smogut-porabotat-v-vedushhih-kompaniyah-strany/>

В России выберут лучшего учителя физкультуры

В конкурсе могут принять участие учителя, тренеры и педагоги дополнительного образования.

С 1 марта в стране стартует Всероссийский конкурс профессионального мастерства среди педагогических работников, осуществляющих обучение детей по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта.

В конкурсе могут принимать участие педагоги дополнительного образования и тренеры-преподаватели организаций дополнительного образования, общеобразовательных организаций, иных организаций, осуществляющих образовательную деятельность, реализующие дополнительные общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта для детей, а также для детей с ОВЗ, детей-инвалидов.

Смотр пройдет в три этапа. Муниципальный тур состоится с 1 по 31 марта, региональный – с 1 по 30 апреля, всероссийский – с 3 мая по 15 июня. В первом этапе могут принять участие все педагоги, к участию во втором допускаются только призеры и победители муниципального отбора, в финал выйдут победители регионального тура, но не более одного участника по каждой номинации, говорится в положении о конкурсе.

Всего номинаций пять: «Педагог – формула успеха», «Искусство быть тренером-преподавателем», «Право быть равным», «Шаг в профессии», «Мастерство – путь к совершенству». В каждой номинации конкурсное задание состоит из четырех частей, выполняемых и оцениваемых вне зависимости от результатов предыдущего задания. Жюри оценит такие материалы учителей и тренеров, как видеоролик «Визитная карточка», видеозапись занятия, эссе «Педагогический взгляд в будущее», портфолио конкурсанта (методический кейс).

Конкурс проводится Минпросвещения России совместно с Минспорта РФ.

Подробнее: <https://ug.ru/v-rossii-vyberut-luchshego-uchitelya-fizkultury/>

Срок подачи заявок на конкурс «Флагманы образования. Муниципалитет» продлили до 10 марта

Заявки на участие во всероссийском профессиональном конкурсе «Флагманы образования. Муниципалитет» можно подавать до 10 марта. Конкурс является проектом президентской платформы «Россия – страна возможностей».

На сайте конкурса флагманымunicipalitet.рф уже зарегистрированы более 7 тысяч, желающих в нем участвовать из 81 региона страны. Конкурс проходит при поддержке Минпросвещения России – в рамках федерального проекта «Социальные лифты для каждого» нацпроекта «Образование». Об этом сообщается на сайте платформы «Россия – страна возможностей».

Чтобы принять участие в мероприятии, нужно пройти регистрацию на сайте проекта и создать команду. В нее входят пять специалистов из одного муниципального образования: руководитель или замруководителя органа управления образованием, специалист органа управления образованием, руководитель структурного подразделения, например, методической службы, два руководителя (замруководителя) образовательной организации, которая работает на территории муниципалитета.

По словам гендиректора АНО «Россия – страна возможностей» Алексея Комиссарова, продолжается прием заявок от муниципалитетов, желающих принять участие в конкурсе. В данный момент уже есть участники из Пермского края и Чеченской Республики, Амурской, Липецкой, Белгородской, Саратовской и Томской областей, из Кузбасса, Крыма, Чувашии, Мордовии и ХМАО.

В марте участники пройдут онлайн-тестирование по трем направлениям: «Функциональная грамотность», «Общие знания», «Психолого-педагогические и экономико-правовые аспекты организации работы муниципальной системы образования». Конкурсантов также ждет дистанционное обучение по разработке программы развития муниципальной системы образования. Команды, которые продемонстрируют высокие результаты в тестировании, будут участвовать в полуфиналах и в финале конкурса.

В рамках заявочной кампании в регионах страны проходят семинары, где рассказывают об особенностях проведения конкурса, о привлечении к участию творческих управленческих команд, об интеграции опыта и создании экосистемы образования будущего.

Победители станут частью кадрового резерва руководителей, повысят свою квалификацию, им также вручат призы от партнеров конкурса.

Заявочная кампания стартовала 9 декабря 2021 года в Екатеринбурге. В проекте планируют выявить и поддержать талантливых управленцев системы образования, которые обладают качествами лидера.

Подробнее: <https://ug.ru/srok-podachi-zayavok-na-vserossijskij-professionalnyj-konkurs-flagmany-obrazovaniya-municipalitet-prodlili-do-10-marta/>

Сетевое издание «Учительская газета» продолжает розыгрыш шести умных колонок с Марусей

Сетевое издание «Учительская газета» и VK Образование приглашают поучаствовать в розыгрыше 6 умных колонок Капсула Мини с голосовым помощником Марусей. Они будут разыграны на страничках издания в соцсетях ВКонтакте и Instagram.

Условия акции

Чтобы принять участие в розыгрыше 3 умных колонок Капсула Мини с Марусей ВКонтакте (https://vk.com/uchitelskaya_gazeta?w=wall-59155345_62983), нужно подписаться на группу Учительская газета, VK Образование и Маруся&Капсула и сделать репост записи с анонсом конкурса.

Чтобы принять участие в розыгрыше 3 умных колонок Капсула Мини с Марусей в Instagram (ссылка на пост), необходимо подписаться на страничку сетевого издания Учительская газета и Маруся&Капсула, написать в комментариях под постом про то, чем Маруся может быть вам полезна и отметить трех друзей.

Примечание: доставка умных колонок осуществляется только на территории Российской Федерации

Маруся — это голосовой помощник от VK. Она живет в собственном приложении на Android и iOS, ВКонтакте, в почте Mail.ru, браузере «Атом», в умных колонках Капсула и Капсула Мини. Маруся может выполнять различные команды — переключать каналы без пульта в видеосервисе Wink, управлять громкостью, отвечать на вопросы.

Маруся для детей

В специальном детском режиме она отключает новости, слишком «взрослые» ответы на вопросы и песни не детского репертуара. Ребенок сможет самостоятельно включить любимую сказку, поиграть или просто поболтать с Марусей, пока вы готовите ужин или заняты другими делами.

Маруся развивает: она расскажет ребенку интересные факты и ответит на тысячу детских вопросов. С ней дети каждый день смогут узнать много нового и расширить свой кругозор. Маруся может прочесть стихи известных поэтов и произведения из школьной программы, рассказать про мировые столицы и таблицу умножения, включить детские песни и классическую музыку, имитировать голоса животных и провести экскурсии по главным музеям страны.

Маруся развлекает: детское радио, веселые игры, интерактивные сказки — этот голосовой помощник отлично разбирается в детских развлечениях! Примеры команд: «Маруся, расскажи что-нибудь интересное», «Маруся, давай поиграем в «голоса зверей», «Маруся, включи детскую музыку».

Еще Маруся помогает заснуть: на ночь она расскажет ребенку добрую сказку, споет колыбельную или включит приятный звук для сна. С ней дети засыпают быстро, спят крепко и спокойно.

Марусю можно попросить рассказать интерактивную сказку. Чтобы создать атмосферу волшебства для ребенка, выберите одну из них. Маруся пришлет текст на телефон и будет сопровождать ваше чтение музыкой, спецэффектами и фоновыми звуками.

Полезные функции

У Маруси есть особенные функции, которые делают привычные дела интереснее и проще. Достаточно попросить — и Маруся поможет: позвонить другу ВКонтакте, не отрываясь от домашних дел, включить какой-то фильм или музыку, настроить громкость, переключить канал в видеосервисе Wink, управлять умным домом (светом, розетками, бытовой техникой с помощью голоса).

Участвуйте в конкурсе и выигрывайте умную колонку с голосовым помощником и приятным собеседником Марусей!

Подробнее: <https://ug.ru/setevoe-izdanie-uchitelskaya-gazeta-prodolzhaet-rozygrysh-shesti-umnyh-kolonok-s-marusej/>



РУБРИКА: НА ЗАМЕТКУ

Жители края до 35 лет смогут бесплатно получить новые профессии в 2022 году

О дополнительных возможностях программы переобучения, действующей в рамках национального проекта «Демография», рассказал губернатор Вениамин Кондратьев

Глава региона сказал, что Правительство РФ расширило программу бесплатного переобучения граждан и теперь воспользоваться ею могут не только люди старшего возраста, женщины с маленькими детьми, но и молодежь до 35 лет, а это самый востребованный трудовой ресурс.

Губернатор отметил, что в текущем году краю выделена квота в 450 мест. Для сохранения стабильной ситуации на рынке труда в крае действует госпрограмма «Содействие занятости населения». В 2022 году на эти цели предусмотрено более 4 млрд рублей.

Всего бесплатное обучение по актуальным видам деятельности, смогут получить свыше 3,6 тыс. человек, зарегистрированные в центре занятости.

Анализ ситуации на рынке труда Кубани свидетельствует о тенденции снижения уровня регистрируемой безработицы.

В службе занятости населения зарегистрировано 14,8 тысячи человек. Количество вакансий – порядка 60 тысяч. Уровень регистрируемой безработицы на 1 января 2022 года составлял 0,6%, на сегодняшний день – 0,5%.

Подробнее: <http://kkoop.ru/zhiteli-kraya-do-35-let-smogut-besplatno-poluchit-novye-professii-v-2022-godu/>

Жители Кубани могут получить налоговый вычет за занятия спортом

Для этого нужно чтобы физкультурно-спортивная организация входила в специальный перечень

На сегодняшний день в нем размещены уже 40 предпринимателей региона.

Жители России могут получить социальный налоговый вычет на физкультурно-оздоровительные услуги. С 2022 года – через работодателя по фактическим расходам, с января 2023 года – самостоятельно через личный кабинет портала «Госуслуги» или в Федеральной налоговой службе.

Для этого необходимо быть плательщиком НДФЛ, представить документы на оплату услуг (копии договоров, кассовые чеки). При этом налоговый вычет можно получить и за детей.

Часть средств возвращают за занятия в физкультурно-спортивных организациях и у индивидуальных предпринимателей, вошедших в специальный перечень. На сегодняшний день в нем порядка 4 тысяч организаций, 40 из которых расположены на территории Краснодарского края.

Чтобы попасть в перечень предприниматели должны подать заявление и необходимые документы в министерство физической культуры и спорта Краснодарского края.

Подробнее: <http://kkoop.ru/zhiteli-kubani-mogut-poluchit-nalogovyy-vychet-za-zanyatiya-sportom/>

Расширены возможности использования маткапитала Кубани

В Краснодарском крае в рамках нацпроекта «Демография» семьям при рождении или усыновлении третьего или последующего ребенка предоставляется региональный материнский капитал

В 2022 году после индексации его размер составляет 139 493 рубля. Неиспользованный остаток средств семейного капитала также проиндексирован, уточнила депутат Госдумы Светлана Бессараб.

В 2021 году уведомление на получение регионального маткапитала получили свыше 11,5 тысячи многодетных семей. Полностью или частично использовали средства материнского капитала 5,9 тысячи семей. В большинстве семьи направляют его средства на улучшение жилищных условий, газификацию жилья, либо получение образования ребенком (детьми).

«При поддержке губернатора Кубани, многодетные семьи получили дополнительные возможности использования средств регионального материнского капитала. С прошлого года его можно направить на цели уплаты первоначального взноса, погашения процентов или основного долга ипотечного кредита, приобретение или строительство жилья в регионе. С 2022 года семейный капитал можно направить на медицинскую реабилитацию ребенка в платных медучреждениях Кубани. Воспользоваться средствами можно будет в любое время со дня рождения или усыновления третьего ребенка или последующих детей. Родители и общественные организации неоднократно высказывали просьбы о возможности направления маткапитала на лечение, теперь этот вопрос в регионе решён. На уровне федерального законодательства мы проводим консультации по данной проблеме, законопроект о расширении целей использования маткапитала на лечение ребёнка и его матери направлен на доработку и обсуждение», — прокомментировала депутат Государственной Думы, лидер кубанских профсоюзов Светлана Бессараб.

Подробнее: <http://kkoop.ru/rasshireny-vozmozhnosti-ispolzovaniya-matkapitala-kubani/>

Российские пенсионеры в этом году получают новые льготы

Людам, вышедшим на законный отдых, не придется платить несколько налогов

Для россиян, уже получающих пенсию, предусмотрены льготы, которые предполагают освобождение от уплаты ряда пошлин и платежей. Об этом напомнил доцент экономического факультета РУДН Андрей Гирицкий.

По его словам, теперь гражданам пенсионного возраста не нужно будет платить земельный налог и налог на имущество.

Также россияне-пенсионеры с 1 февраля имеют право получать соцподдержку в натуральной и денежной формах.

Гирицкий отметил, что пенсионер также освобожден от оплаты за обслуживание банковской карты платежной системы МИР, при этом на последнюю идут все пенсионные выплаты.

Подробнее: <http://kkoop.ru/rossijskie-pensionery-v-etom-godu-poluchat-novye-lgoty/>



РУБРИКА: ВОПРОС-ОТВЕТ

Вопрос: Помогите, пожалуйста разобраться с таким вопросом. В августе 2021 года я вышла на пенсию (не работаю). Работала в МБОУ СОШ №12 Гулькевичского района Краснодарского края. Школа расположена в селе Майкопское (сельская местность). После выхода на пенсию мне перестали предоставлять льготу по оплате коммунальных услуг. Мой педагогический трудовой стаж 35 лет (из них 25 в сельской местности). С 1986 по 2008 год работала в сельской школе в Казахстане (сначала в СССР). С 2008 по 2018 год в городской школе г. Гулькевичи. С 2018 по 2021 год в сельской школе села Майкопского.

В Законе № 1141-КЗ от 14.12.2006 г. и в последующих законах (вносящих изменения в данный закон) ничего не сказано о 10-летнем сроке работы в сельской местности в Краснодарском крае для получения льготы.

Поясните, положена мне данная льгота или нет?

Ответ: В ответ на Ваш вопрос сообщаем, что в соответствии с пунктом 2 статьи 2 Закона Краснодарского края от 14.12.2006 г. № 1141-КЗ под педагогическими работниками, имеющими право на получение мер социальной поддержки в виде компенсации расходов на оплату жилых помещений, отопления и освещения (далее - компенсация), понимаются в т.ч. педагоги, вышедшие на пенсию либо достигшие возраста 60 и 55 лет (соответственно мужчины и женщины), проживающие и ранее работавшие в сельских населенных пунктах, рабочих поселках (поселках городского типа) на территории Краснодарского края.

Указанная компенсация предоставляется педагогическим работникам в соответствии с порядком и условиями выплаты, утверждёнными постановлением губернатора края от 11 мая 2011 г. № 475 с последующими изменениями и дополнениями (далее – Порядок, условия).

Поскольку указанный Порядок не содержит каких-либо требований к стажу работы педаго-

гического работника, а также педработника, вышедшего на пенсию, полагаем, что Вам положена данная льгота.

С целью реализации Вашего права рекомендуем Вам обратиться с соответствующим письменным заявлением о выплате компенсации в уполномоченный орган (образовательную организацию, централизованную бухгалтерию, администрацию сельского поселения и т.п.).

Вопрос: Каким образом информация о прохождении практической подготовки обучающимися вузов отражается при заполнении диплома?

Ответ: Согласно Порядку заполнения, учета и выдачи документов о высшем образовании и о квалификации и их дубликатов, утверждённому приказом Министерства образования и науки РФ от 13.02.2014г., информация о прохождении практической подготовки в документах о высшем образовании и квалификации не отражается.

Вопрос: Имеет ли право студент заочной формы обучения проживать в общежитии?

Ответ: Согласно части 2 статьи 39 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273-ФЗ обучающимся по заочной форме обучения предоставляются жилые помещения общежитиях на период прохождения ими промежуточной и итоговой аттестации при наличии соответствующего специализированного жилищного фонда.

РУБРИКА: НОВОЕ В ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВЕ



[Постановление Правительства РФ от 21.02.2022 N 225 «Об утверждении номенклатуры должностей педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность, должностей руководителей образовательных организаций»](#)

Номенклатурой закреплены:

должности педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность - в частности, отнесенных к профессорско-преподавательскому составу, и иных работников;

должности руководителей образовательных организаций и их заместителей, должности руководителей структурных подразделений и их заместителей, а также иные должности руководителей.

К должностям педагогических работников, отнесенных к профессорско - преподавательскому составу, и должностям руководителей образовательных организаций относятся соответственно участвующие в образовательной деятельности директора институтов, начальники институтов, ученые секретари советов институтов, являющихся структурными подразделениями организаций, осуществляющих образовательную деятельность.

Признано утратившим силу аналогичное постановление Правительства РФ от 8 августа 2013 г. N 678.

[Проект Федерального закона «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации» \(не внесен в ГД ФС РФ\)](#)

Ранее Минтрудом был представлен проект закона об объединении ПФР и ФСС в единый фонд.

В целях приведения действующего законодательства в соответствие с предлагаемыми поправками вносятся корреспондирующие изменения в следующие законодательные акты, в частности: Федеральный закон «Об индивидуальном (персонифицированном) учете в системе обязательного пенсионного страхования»; Федеральный закон «Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний», Федеральный закон «Об обязательном пенсионном страховании в Российской Федерации»; Федеральный закон «Об обязательном медицинском страховании в Российской Федерации».

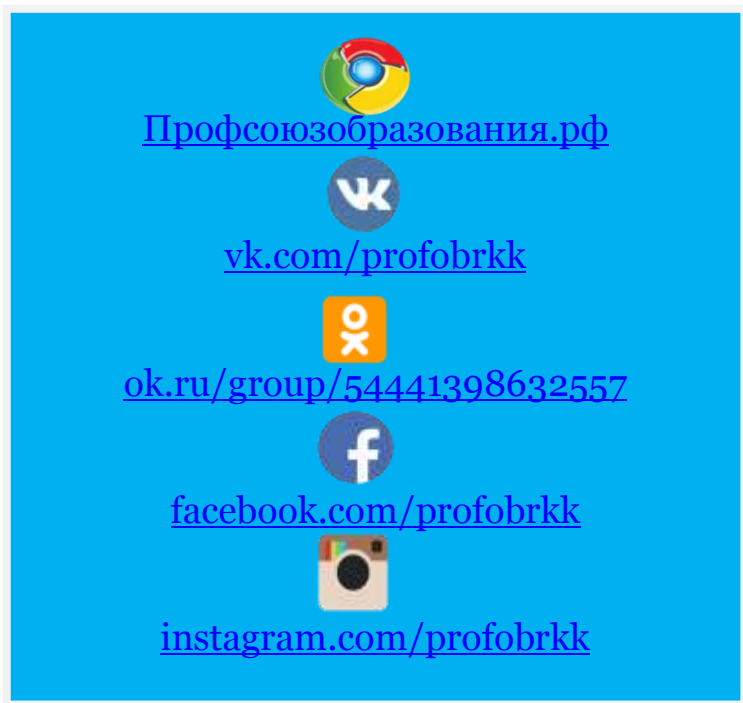
Пакет поправок, предлагаемых Минтрудом, предусматривает в числе прочего:

определение единого круга застрахованных лиц по указанным видам страхования (в том числе в перечень лиц, подлежащих обязательному пенсионному страхованию, предлагается включить лиц, обучающихся в образовательных учреждениях и получающих выплаты за деятельность, осуществляемую в студенческих отрядах; обязательное социальное страхование на случай временной нетрудоспособности и в связи с материнством распространить на лиц, работающих по договорам гражданско-правового характера);
объединение форм отчетности.

Предполагается, что закон вступит в силу с 1 января 2023 года.

Информационные ресурсы краевой организации Профсоюза

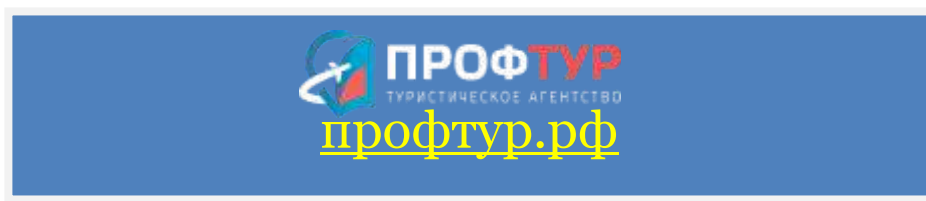
**Экосистема краевой организации Профсоюза Профмаркет-
<https://profecosystem.ru/> - территория скидок и льгот для членов Профсоюза!**



Выбирайте удобный для вас аккаунт и всегда будьте в курсе новостей о деятельности краевой организации Профсоюза!

Добро пожаловать

Официальный сайт туристического агентства краевой организации Профсоюза «Проф Тур»



Желаем отличной и плодотворной недели!

*Следите за новостями на нашем
официальном [сайте](#).*

С уважением,

*комитет краевой организации
Общероссийского Профсоюза образования*

Все ваши отзывы с пожеланиями, замечаниями и предложениями можете направить нам на электронную почту: kraikom@kubanprofobr.ru

Все ваши пожелания будут учтены и, по возможности, реализованы в работе.

Подготовлено О.В. Матвеевой