

ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРС «ЗДОРОВЫЕ РЕШЕНИЯ – 2026»



Номинация:
«Педагог для педагогов»

«Программа по формированию личностно-развивающей
виртуальной образовательной среды, направленной на
формирование здорового образа жизни»

Автор: Ерофеева Анна Анатольевна,
учитель информатики, МАОУ «Гимназия
«Новоскул», НовГУ им. Ярослава Мудрого,
Новгородская область.



Актуальность программы

Проблематика целевой аудитории (Педагоги):

- **Профессиональное выгорание:** Высокий уровень хронического стресса при дефиците времени на посещение спортивных залов и реабилитационных центров.
- **Гиподинамия:** Сидячий характер работы приводит к снижению двигательной активности и ухудшению когнитивных функций.
- **Психологическая нагрузка:** Необходимость быстрого восстановления эмоционального ресурса между уроками без отрыва от рабочего места.

Концентрация и управление вниманием	Необходимы, чтобы справляться с информационной перегрузкой, управлять сложной техникой.
Эмоциональная грамотность	Аффективная область приобретает все большую значимость в работе. Понимание своих эмоций, эмпатия, сочувствие помогут сохранить себя и взаимодействовать с другими.
Цифровая грамотность	Способность работать в цифровой среде, в том числе AR и VR, будет столь же востребована, как способность писать и читать.
Творчество, креативность	При автоматизации рутинной деятельности на любой работе будет все больше необходимости мыслить нестандартно и создавать новое.
Экологическое мышление	Понимать связность мира, воспринимать свою деятельность в контексте всей экосистемы, поддерживать эволюционные процессы.
Кросскультурность	В любом городе, в любой рабочей среде будут встречаться все более разные (суб)культуры, в том числе за счет разрыва поколений.
Способность к (само)обучению	В быстро меняющемся мире человеку придется продолжать обучение в течение всей жизни, иногда самостоятельно осваивая новые навыки.





Трансформация VR из фактора цифрового риска в инструмент здоровьесбережения современного педагога

Направление

Практическая польза для педагога

- **VR-тренировки:**

Возможность полноценной физической нагрузки (йога, бокс, танцы) прямо на работе, в учительской во время окна или дома без стеснения.

- **Реабилитация:**

Безопасное восстановление моторики и укрепление мышц после микротравм спины и шеи, типичных для профессии.

- **Цифровой туризм:**

Снижение уровня кортизола через виртуальные прогулки по лесам Алтая или берегу Байкала за 5–10 минут.

- **Антистресс:**

Доступ к программам релаксации и дыхательной гимнастике для мгновенного снятия напряжения перед сложным классом.

- **Когнитивный тонус:**

Игры для стимуляции памяти и скорости реакции помогают поддерживать высокую концентрацию внимания в течение всего учебного дня.

- **Профилактика выгорания:**

Лечение фобий и панических атак в безопасной среде помогает сохранять профессиональную стабильность.

Физическое
здоровье

Психологическое
благополучие



**Медицинский
симулятор операций**

Разработка симулятора
лапароскопических операций

**Квест "Спасение
Гагарина"**

Квест про Гагарина, проект для
Администрации Президента





Экосистема здорового образа жизни гимназии: от виртуальной среды до зоны психологического комфорта



Спорт/ГТО



Психолого – педагогическая
служба
МАОУ «Гимназия «Новоскул»

VR - Технологии





Партнеры программы

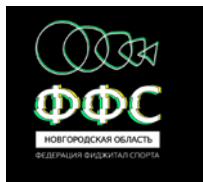
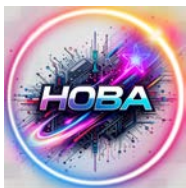


Заключены договоры о сетевой форме с партнёрами на региональном, всероссийском, международном уровнях:

- ФГБОУ ВПО «Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого» («Технология»),
- ФГБУК «Новгородский государственный объединенный музей-заповедник» («Начала туризма и краеведения»).
- Соглашение об установлении побратимских отношений между гимназией и ГКУ ОО «СОШ №4» г. Энергодар Запорожской области.
- Соглашение о сотрудничестве и совместной деятельности Средняя школа № 58 имени М.В. Овсянникова, г. Курск.
- Средняя школа № 2 уезда Июань города Цзыбо, Китай (соглашения, составленные на китайском, русском и английском языках).



淄博市--诺夫哥罗德市校际友好交流活动



Школьная лига по фиджитал спорту «НОВА»



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

В рамках соглашения с РФСОО «Федерация Фиджитал спорта Новгородской области» и президентом РФСОО П.С.Полевым в рамках Рос.Молодежь. Гранты:

- Игры будущего;
- Технологии VR симулятор
- РИТМ симулятор

Инновационная образовательная программа знакомит с современными технологиями и методиками тренировки, позволяющими эффективно развивать координацию движений, выносливость, реакцию и стратегическое мышление одновременно, а также современные технологии.

Результаты : 1 место на региональном уровне
среди школ, гимназий и лицеев
Новгородской области.





Социальная значимость и инклюзивный потенциал программы



- Для детей с ограниченными возможностями здоровья, в том числе с нарушениями опорно-двигательного аппарата, реальный мир часто ограничен стенами квартиры, школы и ближайшего двора.
- Это приводит к сенсорной социальной изоляции и вторичной психологической травматизации.
- Традиционные уроки физкультуры или экскурсии для них недоступны.





VR-экосистема как ресурс психологической устойчивости детей участников СВО



Психологическая реабилитация и снятие стресса

- Дети военнослужащих часто испытывают повышенную тревожность из-за разлуки с отцом или беспокойства за его жизнь.
- Погружение в созидательную VR-среду (прогулки по лесам Алтая, управление безопасными объектами) работает как метод биологической обратной связи, снижая уровень кортизола без медикаментов.
- 2 педагога – психолога гимназии «Новоскул», 1 социальный педагог, педагог – наставник, классный руководитель, администрация.





От школьной инновации к Всероссийскому признанию: экосистема виртуальной гимназии



- Продукт: полномасштабная интерактивная цифровая копия МАОУ «Гимназия «Новоскул» и её музейного комплекса, созданная учениками в рамках курса «Технологии виртуальной и дополненной реальности».

- Образовательный результат: Дети прошли полный цикл ИТ-разработки: оцифровка экспонатов, создание 3D-моделей пространств, программирование сценариев и точек взаимодействия.

- Федеральный статус: Музей-победитель Всероссийского рейтинга «ТОП-200. Школьный Музей Победы» (2025 г.), став эталонным цифровым контентом страны.

- Масштабируемость: доступен выпускникам, родителям и будущим первоклассникам без географических ограничений.



Ссылка



https://vk.com/video-21191108_456239273?list=da21975112f5535520



Экосистема «Город — Университет»: масштабирование авторской программы через реальные проекты региона



Приоритетный региональный проект стал площадкой для масштабирования программы. Благодаря разработанной программе, ученики стали полноценными участниками научно-технологического кластера Новгородской области.

Результаты реализации программы в рамках проекта:

• Биомедицина и инженерия

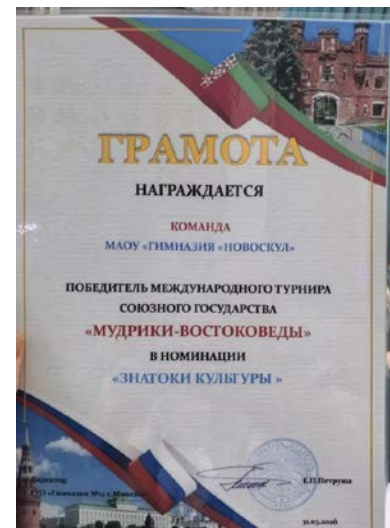
(«Мудрики», «Био-хакатон»): Навыки 3D-моделирования и работы с виртуальными симуляторами позволили ученикам визуализировать сложные биологические процессы и создать работающие прототипы устройств. Мы использовали VR не для игр, а как инструмент проектирования медицинских решений.

• Гуманитарные исследования

(«Мудрики — востоковеды»): Создание цифровой копии музея-победителя «ТОП-200» научило ребят работать с оцифровкой культурного наследия. Эти компетенции помогли им глубоко погрузиться в исторические источники и представить их на международном уровне.

• Инновационное проектирование

(Фестиваль «Проект ON»): Умение создавать интерактивную VR-экскурсию стало пропуском в университетскую среду. Школьники выступали на фестивале Дней науки НовГУ уже не как гости, а как разработчики собственных цифровых продуктов, готовых к внедрению.





Экосистема качества: объединение гимназии и 5 школ-партнеров



- Наставническая лига объединила гимназию и пять школ-партнеров Новгородской области в единую цифровую экосистему. Благодаря разработанной программе по созданию виртуальной реальности высокие стандарты образования стали доступны всему региону — от Великого Новгорода до села Медведь (СОШ №10, СОШ №16, «Эврика», Лесновская ООШ).
- Наш подход подтвержден федеральным признанием. По итогам самодиагностики проекта «Школа Минпросвещения России» мы показали высокий уровень инноваций, а Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки присвоила гимназии знак качества «Высокая культура оценивания».
- Драйвером этих изменений стала авторская программа по VR. Мы используем её не просто как урок информатики, а как инструмент наставничества для наших коллег из партнерских школ.
- В рамках нашей региональной площадки «Экономика и менеджмент» ученики применяют эти технологии для проектирования бизнес-процессов через VR-симуляторы. Присвоение знака качества Рособнадзора — это прямое следствие того, что цифровая среда позволила объективно измерить таланты детей. Мы создали работающую модель масштабирования: от разработки кода в одной гимназии до внедрения профильных ИТ-классов во всей сети школ области.





Международное признание: победа на крупнейшей научной площадке страны



- Победа на Международном молодёжном научном форуме «Ломоносов» в МГУ имени М.В. Ломоносова среди 26 500 участников подтверждает, что :
- методика создания личностно-развивающей среды признана передовым педагогическим исследованием, а не просто методической разработкой.
- проект успешно прошел жесткий многоступенчатый отбор среди тысяч заявок от студентов, аспирантов и молодых ученых со всего мира.





Инженерный прорыв: от школьной VR-среды к Национальным технологическим победам



- Программа формирования личностно-развивающей среды успешно вырабатывает победителей национальных технологических чемпионатов, обеспечивая технологический суверенитет страны квалифицированными кадрами уже со школьной скамьи.
- Программа решает проблему когнитивной перегрузки. Вместо пассивного заучивания теории физики света ученики использовали VR-среду как безопасный тренажер.
- Это снижает стресс перед сложными экзаменами и чемпионатами, сохраняя ментальное здоровье детей при работе со сверхсложным оборудованием.





Давайте создавать будущее образования вместе!

Приглашаем к сотрудничеству! Наши контакты



Сайт Гимназии
«Новоскул»



Сообщество Гимназии
«Новоскул ВКонтакте»



Сообщество
«Учитель информатики»
ВКонтакте



Канал Гимназии
«Новоскул»
в «МАХ»



Канал «Учитель
информатики»
В «МАХ»

