

**Подборка информации,  
терминов, понятий для  
работы классного  
руководителя, учителя-  
предметника**

<p><b>Гражданин</b></p>	<p>Лицо, принадлежащее к постоянному населению данного государства, пользующееся его защитой и наделенное совокупностью прав и обязанностей.</p> <p>лицо мужского рода, принадлежащее к населению какого-либо государства, пользующееся всеми правами и исполняющее все обязанности, установленные законами государства ♦ Читайте, завидуйте: // Я — гражданин // Советского союза. В. В. Маяковский, «Стихи о советском паспорте».</p> <p>Человек, служащий родине, народу, обществу, заботящийся об общественном благе ♦ Для этого значения не указан пример употребления. Вы можете оказать помощь проекту, добавив пример употребления из литературного произведения или повседневного общения. Официальное обращение к мужчине</p> <p>♦ Гражданин, пройдётёте! Что такое "гражданин" с точки зрения этимологии этого слова? В английском языке "гражданское общество" - "civil society", то есть речь идет о цивилизованном обществе, по сути, а не о гражданском. А "гражданин" - русское слово, означающее "горожанин". Гражданин - это человек, заведомо продвинутый, который осознает свое место в обществе, который занимает активную, в том числе и в политическом смысле, позицию. Гражданское общество - цивилизованное общество, гражданин - это цивилизованный человек.</p>
<p><b>Гражданская позиция</b></p>	<p>Гражданская позиция свойственна гражданину как сознательному члену общества.</p>
<p><b>Держава</b> <b>Державность</b></p>	<p><b>Значение</b></p> <p>1. <u>высок., поэт.</u> сильное независимое <u>государство, страна</u></p> <p>♦ Строились новые заводы, фабрики, электростанции, страна превращалась в мощную <b>державу</b>, это вызывало энтузиазм у народа, молодёжь стремилась на стройки первой пятилетки, на Магнитку, в Кузнецк, Челябинск, Сталинград и другие города. <u>А. Н. Рыбаков</u>, «Тяжёлый песок», 1975-1977 г. (цитата из Национального корпуса русского языка, см. <u>Список литературы</u>)</p> <p>2. <u>истор.</u> <u>золотой шар</u> с <u>коронаой</u> или <u>крестом</u>, <u>символ</u> власти <u>монарха</u> ♦ Когда в королевском замке, в зале Сената, император возложил на себя корону и, приняв в руки <b>державу</b> и скипетр, принёс присягу, архиепископ-примас провозгласил троекратно «Vivat rex in aeternum!» <u>Г. И. Чулков</u>, «<u>Императоры</u>»:</p> <p><b>Синонимы:</b> <u>страна, государство, царство, империя</u></p>
<p><b>Достойный образ жизни</b></p>	<p>образ жизни, построенный на <i>Истине, Добре и Красоте</i>, который предоставляет человеку возможность обрести свою родовую человеческую сущность: реализовать себя как Человека мыслящего, осуществить в себе способность быть Человеком творческим, проявить себя как Человека достойного.</p>
	<p>(ЗОЖ) — образ жизни отдельного человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья. Рациональный образ жизни, неотъемлемой чертой которого является активная</p>

деятельность, направленная на сохранение и улучшение здоровья. Образ жизни, который способствует общественному и индивидуальному здоровью. Способ жизнедеятельности, который

## Здоровый образ жизни



предполагает соблюдение режима труда и отдыха, сбалансированность питания, отказ от вредных привычек, соблюдение гигиенических требований, осуществление профилактических мероприятий. Это образ жизни, основанный на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, закалывающий и, в то же время, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяющий до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье.

Здоровый образ жизни является предпосылкой для развития других сторон жизнедеятельности человека, достижения им активного долголетия и полноценного выполнения социальных функций. Как говорится: «Здоровье — это ещё не всё, но всё без здоровья — это ничто». Здоровый образ жизни — это реализация комплекса действий во всех основных формах жизнедеятельности человека: трудовой, общественной, семейно-бытовой, досуговой. В узко биологическом смысле речь идет о физиологических адаптационных возможностях человека к воздействиям внешней среды и изменениям состояний внутренней среды. В ЗОЖ включены разные составляющие:

окружающая среда: безопасная и благоприятная для обитания, знания о влиянии окружающих предметов на здоровье; отказ от вредных привычек: курения, употребления наркотиков, употребления алкоголя. питание: умеренное, соответствующее физиологическим особенностям конкретного человека, информированность о качестве употребляемых продуктов; движения: физически активная жизнь, включая специальные физические упражнения (см., например, фитнес), с учётом возрастных и физиологических особенностей; гигиена организма: соблюдение правил личной и общественной гигиены, владение навыками первой помощи; закаливание.

Составляющие ЗОЖ:

- окружающая среда: безопасная и благоприятная для обитания, знания о влиянии окружающих предметов на здоровье; -отказ от вредных привычек: курения, употребления наркотиков,

употребления алкоголя.

-питание: умеренное, соответствующее физиологическим особенностям конкретного человека, информированность о качестве употребляемых продуктов; движения; физически активная жизнь, включая специальные

физические упражнения {см., например, фитнес), с учётом возрастных и физиологических особенностей; гигиена организма: соблюдение правил личной и общественной гигиены, владение навыками первой помощи; закаливание.

**Физическое здоровье** - это естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем в целом. Оно является фундаментальной составляющей *здорового образа жизни*. Если хорошо работают все

## Здоровый образ жизни



физиологические системы, то и весь организм человека в целом, являющийся саморегулирующейся системой, правильно функционирует и развивается. **Физическое здоровье** это полное физическое благополучие, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. На физиологическое состояние человека большое влияние оказывает его психоэмоциональное состояние, которое зависит, в свою очередь, от его ментальных установок. Поэтому некоторые авторы также выделяют дополнительно следующие аспекты ЗОЖ: эмоциональное самочувствие: психогигиена, умение справляться с собственными эмоциями; интеллектуальное самочувствие: способность человека узнавать и использовать новую информацию для оптимальных действий в новых обстоятельствах; духовное самочувствие: способность устанавливать действительно значимые, конструктивные жизненные цели и стремиться к ним, оптимизм.

**Духовное здоровье** – это гармония духовной сферы человека. Духовное здоровье - оптимальное для личности, общества и перспектив душевное состояние человека. Противоположность душевному здоровью - невроз, легкость впадения в негатив и трудность выхода из негатива. Депрессии, пониженное настроение, отсутствие интереса к жизни. **Психическое здоровье** - психические особенности, позволяющие человеку быть адекватным и успешно адаптироваться к среде. Противоположность психическому здоровью - психические отклонения, психические расстройства и психические заболевания.

## История народа



Многотысячелетняя история страны (народа) – научно-мировозренческий подход к прошлому стран и народов. Этот подход объединяет науку, языческие культы и религии (креативные версии) в поиске начал человечества и составляющих его этносов. Первобытные культы нередко связывают предков с тотемами. Религии творцами людей считают своих богов. Наука начинает человеческую историю любой страны с появления на территории данной страны первых людей и вероятного формирования первых этносов. По сути, все народы на планете по своему этногенетическому составу оказываются в многотысячелетних истоках родственными, что делает бессмысленными попытки искать их преимущества перед другими.

## Культурные ценности

Объект или субъект, обладающий выдающимися, ценными качествами в глазах говорящего

## Личное достоинство

– человеческое достоинство в самом полном смысле этих слов. Это абсолютная ценность не только нашего физического естества, требующего внешней свободы от любого рода физического насилия (это само собой разумеется), но и святость нашего уникального внутреннего естества, требующего свободы внутренней, от любого рода насилия морального. Среда обитания личности – другие личности; учитывать интересы других составляет и собственный интерес, и долг каждой из них; в этой-то среде и на этих условиях личность обнаруживает,



spicecomments.com

определяет естественные границы и отстаивает святость своего независимого, неподконтрольного и непросматриваемого внутреннего мира. И вход, и взгляд в него без приглашения – вторжение, насилие; между прочим, даже близкие люди – это те, кого личность сама посвящает в этот свой мир.

## Милосердие



Готовность из сострадания оказать помощь тому, кто в ней нуждается. *Проявлять м. Взывать к милосердию.* ♦ **Сестра милосердия, брат милосердия**

## Морально-нравственные ценности



ДОБРО И ЗЛО — категории этики. Добро — это осн. моральная ценность, нравственная ценность сама по себе. Добро не является «добром по отношению к чему-нибудь» (ошибка эвдемонизма); оно не есть «высшее благо»,

## Народные традиции



*Народ в наиболее чистом виде всегда представляют дети. Когда национальное умирает в детях, то это означает начало смерти нации.*

*Г.Н. Волков*

Народные традиции, будучи значимыми элементами региональной культуры, представляют возможность освоения культурного пространства страны и региона; они позволяют знакомиться не только с образом жизни представителей разных народов, но также раскрыть яркую самобытность соседствующих культур, их внутренне сущностное сходство. Следовательно, раскрытие личности в ребенке полностью возможно только через включение его в культуру собственного народа. Определение "традиция", данного Д.И. Водзинским: традиции - прочно установившиеся, унаследованные от предшествующих поколений и поддерживаемые силой общественного мнения

	<p>формы поведения людей и их взаимоотношений или принципы, по которым развивается общечеловеческая культура</p>
<p><b>Национальное достоинство</b></p> 	<p>– это неотъемлемо принадлежащее моему личному достоинству право на всю сумму национальных особенностей (если они есть, ибо и самой национальности может у человека не быть) и привычек, привязанностей и предпочтений (опять же, если они есть), которые я только сочту частью своего внутреннего мира.</p>
<p><b>Отечество</b></p> 	<p>Отечество, отчизна — родная страна, родина. Слово отечество обозначает страну предков (отцов) человека, а также часто имеет эмоциональный подтекст, подразумевающий, что некоторые испытывают к отечеству особое, сакральное чувство, которое сочетает любовь и чувство долга (патриотизм).</p>
<p><b>Патриот</b></p> 	<p>Патриотичный человек, тот, кто любит свое отечество, предан своему народу, готов на жертвы и подвиги во имя интересов своей Родины. Человек, преданный и любящий свою Родину.  <b>«Гордиться славою своих предков не только можно, но и должно;          Не уважать оной есть постыдное малодушие»</b>  <b>А.С.Пушкин</b>          Почетное звание Патриот России</p>
<p><b>Патриотизм</b></p> 	<p>Любовь к отечеству и готовность подчинить его интересам свои частные интересы.          (от греческого patriotes — соотечественник, patris — родина) — нравственный и политический принцип, социальное чувство, содержанием которого является любовь к отечеству и готовность подчинить его интересам свои частные интересы. Патриотизм предполагает гордость достижениями и культурой своей Родины, желание сохранять её характер и культурные особенности и идентификация себя с другими членами нации, готовность подчинить свои интересы интересам страны, стремление защищать интересы Родины и своего народа. Исторический источник патриотизма — веками и тысячелетиями закреплённое существование обособленных государств, формировавшие привязанность к родной земле, языку, традициям. В условиях образования наций и образования национальных государств патриотизм становится составной частью общественного сознания, отражающего общенациональные моменты в его</p>



развитии., любовь к родине, привязанность к родной земле, языку, культуре, традициям.

Патриотизм — чувство любви и преданности родине, отечеству, готовность к его защите. ПАТРИОТИЗМ м. 1. Любовь к своему отечеству, преданность своему народу и ответственность перед ним, готовность к любым жертвам и подвигам во имя интересов своей Родины. 2. разг. Преданность чему-л., горячая любовь к чему-л.

(от греч. - соотечественник, отечество) — нравственный и политический принцип, социальное чувство, содержанием которого является любовь к отечеству и готовность подчинить его интересам свои частные интересы. Патриотизм предполагает гордость достижениями и культурой своей Родины, желание сохранять её характер и культурные особенности и идентификация себя с другими членами нации, готовность подчинить свои интересы интересам страны, стремление защищать интересы Родины и своего народа.

## Родина



Отечество, родная страна; место или территория рождения, возникновения кого-либо или чего-либо. родная страна, место рождения. Слово *отечество* обозначает страну предков (отцов) человека, а также часто имеет эмоциональный подтекст, подразумевающий, что некоторые испытывают к отечеству особое чувство, которое сочетает любовь и чувство долга (патриотизм).

## Семья



Группа людей, связанных близко-родственными отношениями и, обычно, живущих вместе ◆ Все счастливые семьи похожи друг на друга, каждая несчастливая семья несчастлива по-своему. *Л.Н.Толстой, «Анна Каренина»*

*перен.* группа людей, объединённых общими интересами, идеями

◆ Семья народов.

*перен.* группа объектов, объединённых общими свойствами

◆ Семья языков.

[Синонимы семейство, клан, фамилия СЕМЬЯ ж. 1. Группа близких родственников (муж, жена, родители, дети и т.п.), живущих вместе. // *перен.* Группа, организация людей, спаянных дружбой и объединённых общими интересами. 2. *перен.* Род, поколение. 3. Группа животных,.

## Созидательный труд



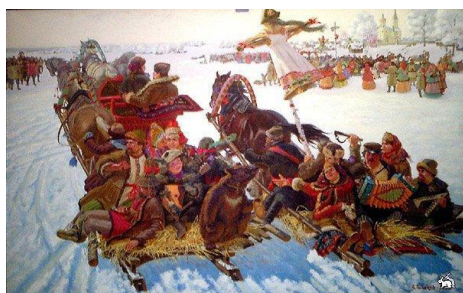
Созидательная, созидательное; созидателен, созидательна, созидательно (книжн. [ритор.](#)). прил. к [созидание](#), творческий. Созидательный процесс. Созидательная деятельность. *Толковый словарь Ушакова. Д.Н. Ушаков. 1935-1940.*  
СОЗИДАТЕЛЬНЫЙ — СОЗИДАТЕЛЬНЫЙ, ая, ое; лен, льна (высок.). Создающий что н., творческий. Созидательная деятельность. Мирный с. труд. |сущ. созидательность, и, жен. Толковый словарь Ожегова. С.И. Ожегов, Н.Ю. Шведова. 1949 1992 ... *Толковый словарь Ожегова*

## Толерантность



Толерантность - это способность без агрессии воспринимать мысли, поведение, формы самовыражения и образ жизни другого человека, которые отличаются от собственных. Возникла толерантность в западной цивилизации на религиозном уровне. Прежде всего толерантность означает доброжелательное и терпимое отношение к чему-то. Основой толерантности является открытость мысли и общения, личная свобода индивида и оценивание прав и свобод человека. Толерантность означает активную позицию человека, а не пассивно-терпимое отношение к окружающим событиям, то есть толерантный человек не должен быть терпимым ко всему, например, к нарушению прав человека или манипуляций и спекуляций. То, что нарушает общечеловеческую мораль, не должно восприниматься толерантно. Свойство по значению прил. толерантный; терпимость к чужому образу жизни, поведению, чужим обычаям, чувствам, верованиям, мнениям, идеям и т. п. Толерантность в отношении людей, которые отличаются от нас своими убеждениями и привычками, требует понимания того, что истина не может быть простой, что она многолика и что существуют иные взгляды

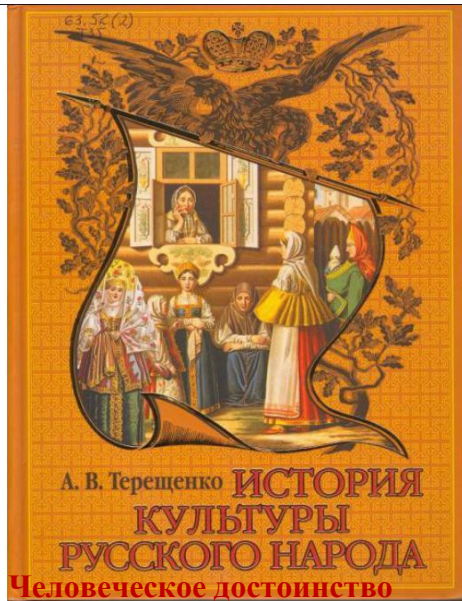
## Традиции народа



## Традиция

Традиции народа-то, что перешло от одного поколения к другому, что унаследовано от предшествующих поколений( например, идеи, взгляды, вкусы, образ действий, обычаи). набор представлений, обычаев, привычек и навыков практической деятельности, передаваемых из поколения в поколение, выступающих регуляторами общественных отношений в рамках одного народа, национальности. Жива, пока ее чтут, берегут. И даже пение народных песен для одних детей будет просто концертом, а для других, прикоснувшихся к культуре своих предков – естественной частичкой бытия. Много нас живет на родной земле. И все мы такие разные. Много разных народов на земле и в нашей стране. У каждого – свои обычаи, песни, сказки, предания. И очень важно ценить и понимать других людей. Важно ценить все народы Земли вместе со своими. Народ – единственный и неиссякаемый





источник духовных ценностей. Великие художники, композиторы, поэты черпали вдохновение в народе, из народного творчества. Народные традиции, передаваемые из поколения в поколения, создают в себе разнообразные средства и формы воспитания. Одним из средств передачи традиции являются песни, сказки, народные обрядовые праздники (масленица), народные игры.

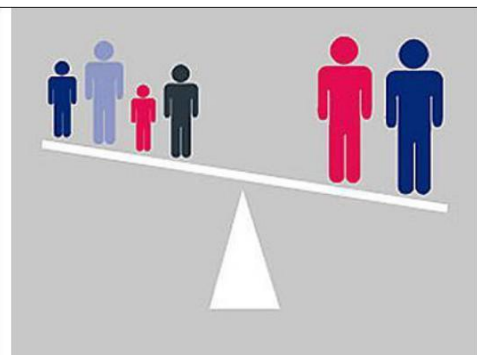
**Что значит сохранять традиции?** Сохранение идей, взглядов предшествующих поколений



Уважение к себе, сознание своих прав, своей значимости, независимость взглядов, суждений. // Внешнее проявление уважения к себе. Это, видимо, та самая абсолютная ценность человека как такового, – прежде всего как просто биологической особи со всеми ее потребностями, общими всему человеческому роду. Физическое насилие, притеснение, возмущает человеческое достоинство (точно так же как оно возмущает, то есть злит и склоняет к отпору, зверя). Но, кроме этой общей со всеми сферы, в которой биологическая особь не вольна, есть в каждой человеческой особи более или менее выраженная сфера того, в чем она должна оставаться именно вольной, свободной, то есть всегда отдельной и «другой» – это ее внутренний мир (2). Человек есть и духовная особь – личность; как личность, он не терпит и морального насилия, насилия над своим внутренним миром, в котором, реализуя свою свободу – свободу быть тем, что он есть – человек защищает, как минимум, собственную уникальность. С какого-то момента духовного развития человека являются категории интимного, личного дела, собственного вкуса, частной жизни; все внутри личности и касающееся лишь ее, все ее непохожее, непонятное, непредсказуемое и даже на посторонний взгляд никак не оправданное или ничемное становится свято и неприкосновенно, неподконтрольно, неподотчетно (3). Так достоинство человеческое, может быть, не сразу, не от неандертальца, но закономерно становится синонимом личного.

**Чувство собственного достоинства**

Человеческое достоинство включает в себя и личное – хотя бы как его святую возможность, которая и должна быть уважаема, или как право (4), которое остается при личности даже тогда, когда сама личность им не пользуется; но реализовавшееся личное достоинство заявляет о себе в человеке именно тем, что он им дорожит. Дорожит своей миссией неповторимой личности в универсуме, свободой оставаться собою. Итак. Чувство собственного достоинства – это моральная добродетель, состоящая в том, что личное достоинство человека доросло в нем



до самоосознания, а с тем и сознания права и обязанности его отстаивать. Когда человек чувствует, скажем, что закон может определять лишь правила его совместной с другими жизни, но не цели его жизни и не то, во что ему надлежит верить – это он чувствует собственное личное достоинство.