

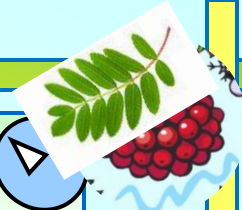


Опыт и эффективность использования
технологии БОС
в МАДОУ ДСКВ «Рябинушка»



*Направленность технологии:
оздоровление организма, формирование
навыка здорового образа жизни.*





*Нормативный акт регламентирующий
деятельность технологии БОС*

**Приказ Минздрава РФ от 04.04.2003
№ 139 «Об утверждении
Инструкции по внедрению
оздоровительных технологий в
деятельность образовательных
учреждений».**





Технология БОС -

это современная массовая здоровьесберегающая компьютерная технология для детей и взрослых, разработанная российским ученым - физиологом, кандидатом биологических наук А.А. Сметанкиным, которая позволяет выработать навык правильного дыхания – релаксационно-диафрагмальный тип дыхания с максимальной величиной дыхательной аритмией сердца (ДАС). Это уникальный тип дыхания, вырабатываемый по методу Биологической Обратной Связи (БОС) и известен в России и за рубежом как **дыхание по Сметанкину**. Для реализации технологии в ДОУ используются современные возможности мультимедийной компьютерной техники, оборудование БОС и программное обеспечение.

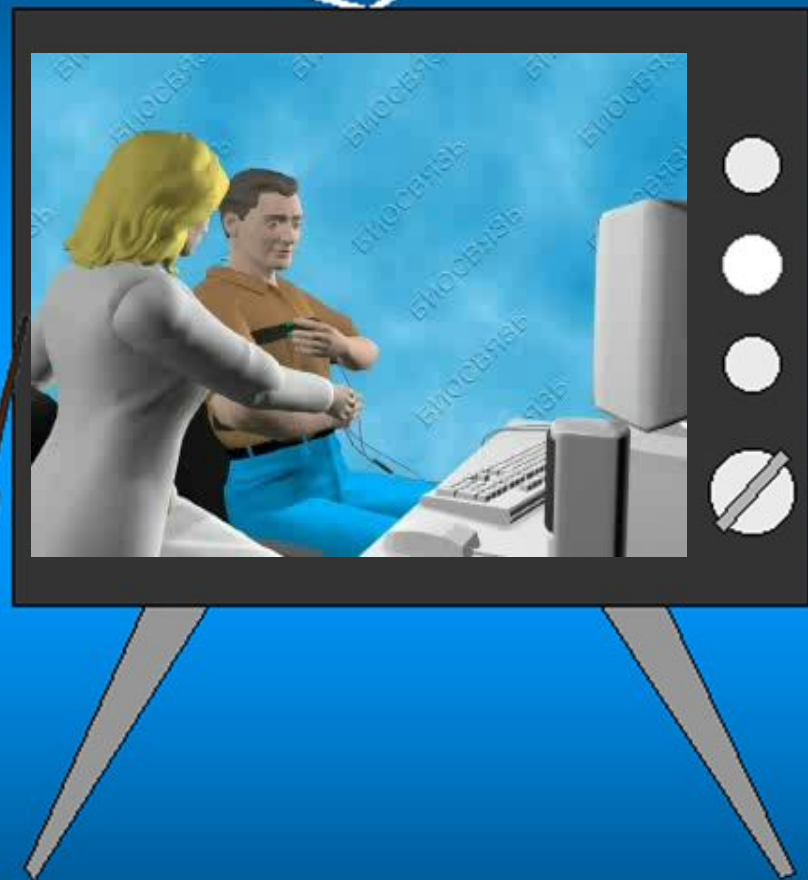




Учимся дышать, играя




Как мы дышим?






Технология БОС:

- ✓ диагностирует состояние здоровья человека по количественным показателям уровня гармонии работы дыхания и сердца;
 - ✓ выдает паспорт здоровья;
 - ✓ за 10-12 интерактивных занятий улучшает гармонию дыхания и сердца и повышает качество здоровья человека;
 - ✓ эффективно корректирует нарушения функционального состояния.
- 



Цели технологии БОС в МАДОУ ДСКВ «Рябинушка»

- нормализация, оздоровление внутреннего физиологического состояния организма ребенка;
 - профилактика заболеваний дыхательной, сердечно-сосудистой и нервной систем;
 - гармонизация работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем путем навыка диафрагмально-релаксационного типа дыхания с ДАС;
 - коррекция поведения и снятие психоэмоционального перенапряжения;
 - воспитание у детей и взрослых осмысленное ценностное отношение к собственному физическому и духовному здоровью, расширяя на этой основе адаптивные возможности организма;
 - повышение уровня компетентности педагогов и родителей в области использования здоровьесберегающей технологии БОС «Здоровье»)
- 

Класс БОС «Здоровье» в МАДОУ ДСКВ «Рябинушка»

Открыт в марте 2005 г.





Соблюдение принципов в рамках технологии БОС

- принцип безопасности – «НЕ НАВРЕДИ!»;*
- принцип систематичности, последовательности и полноты (реализация всех курсов и этапов);*
- принцип сезонности (осенью, весной);*
- принцип интеграции с другими областями;*
- принцип преемственности взаимодействия с ребенком в условиях ДОУ и семье.*





**Участники реализации технологии БОС
в МАДОУ ДСКВ «Рябинушка»**

**Часто болеющие дети
(ЧБД) 6-7 лет**

**Дети группы риска
6-7 лет**

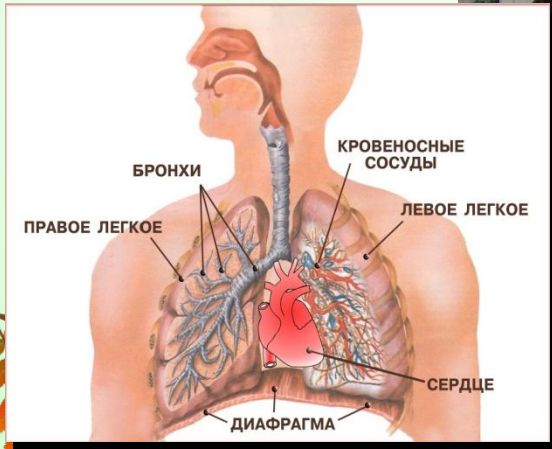
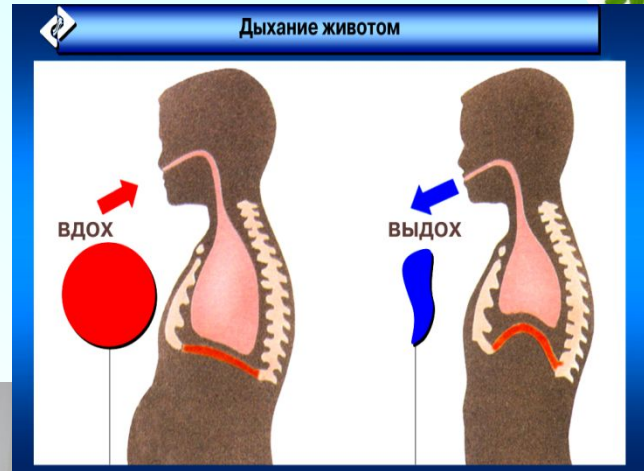
**Дети с острой хронической
патологией ЛОР-органов 6-7 лет**

По направлению педиатра

**В рамках платных услуг,
6-7 лет**

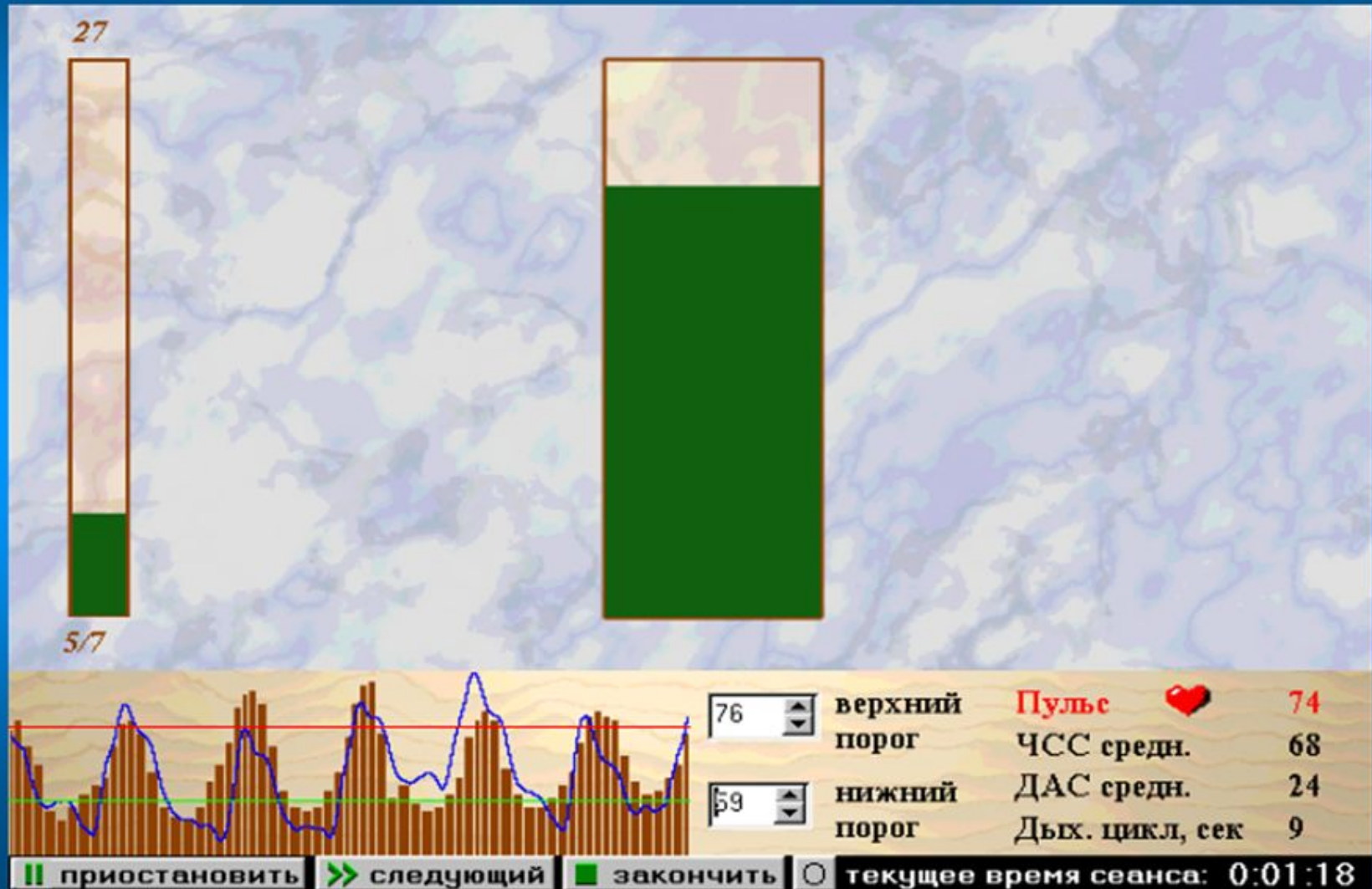
**Желающие сотрудники
учреждения**





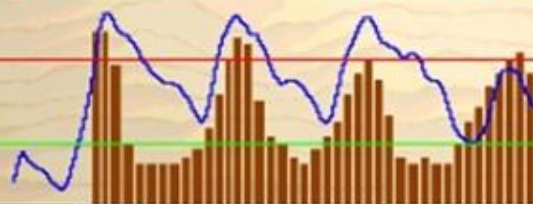


Сюжет «Столбик»





Сюжет-анимация «Полет пчелы»



83

верхний
порог

71

нижний
порог

Пульс



76

ЧСС средн.

0

ДАС средн.

0

Дых. цикл, сек


9

|| приостановить


>> следующий

■ закончить

○ текущее время сеанса: 0:00:42

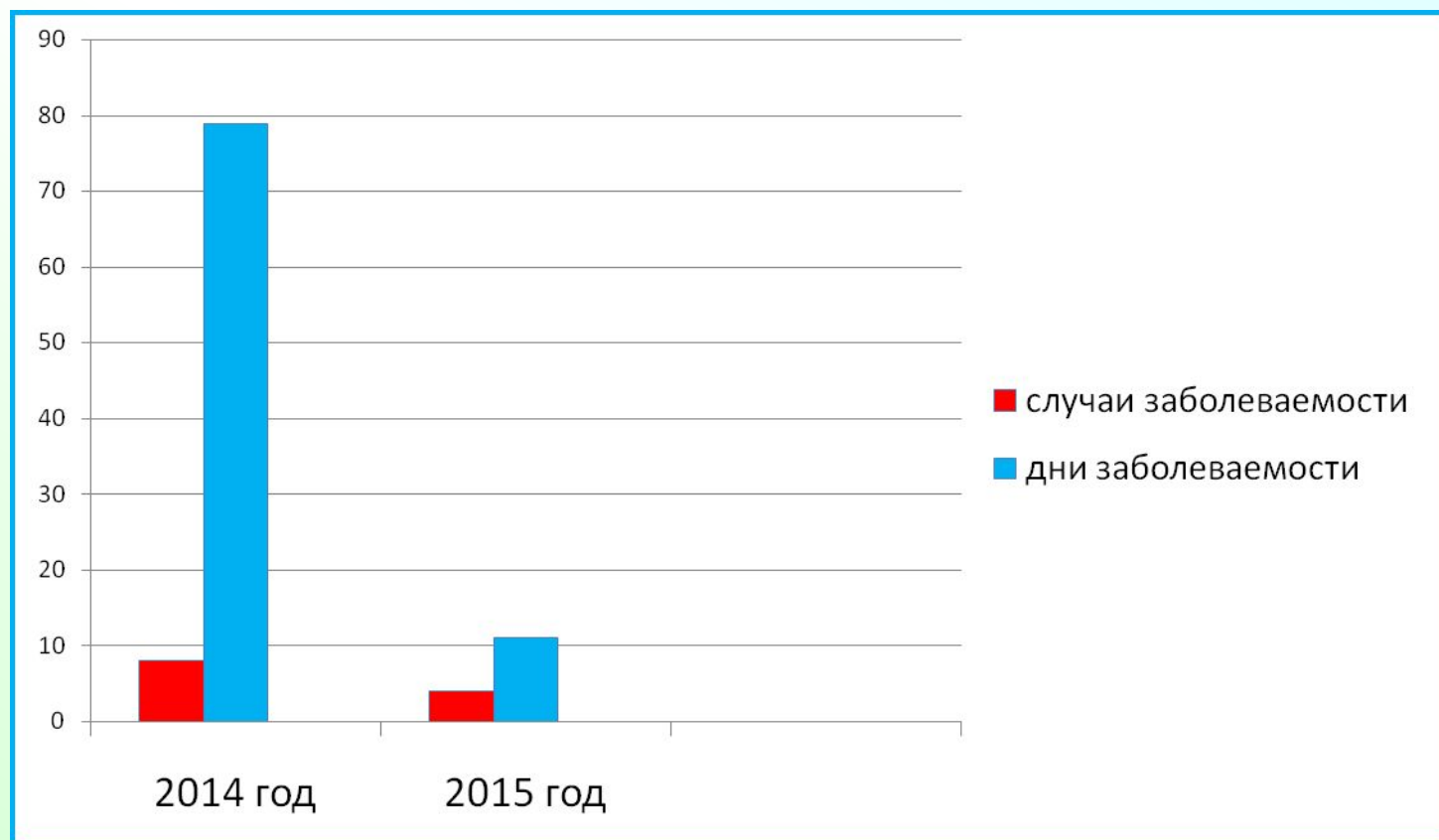


Эффективность внедрения технологии и оздоровительный эффект

- *оказание общеукрепляющего и оздоравливающего воздействия на организм ребенка;*
 - *снижение уровня заболеваемости ОРЗ и гриппом среди часто и длительно болеющих детей и оздоровление детского организма в целом;*
 - *улучшение поведения;*
 - *выработка внимательности;*
 - *коррекция психоэмоционального состояния;*
 - *защита от стресса и психоэмоционального перенапряжения;*
 - *нормализация функционального состояния.*
- 

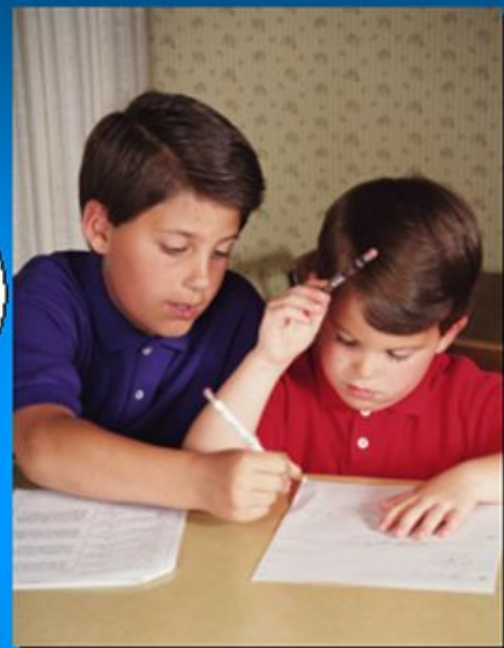


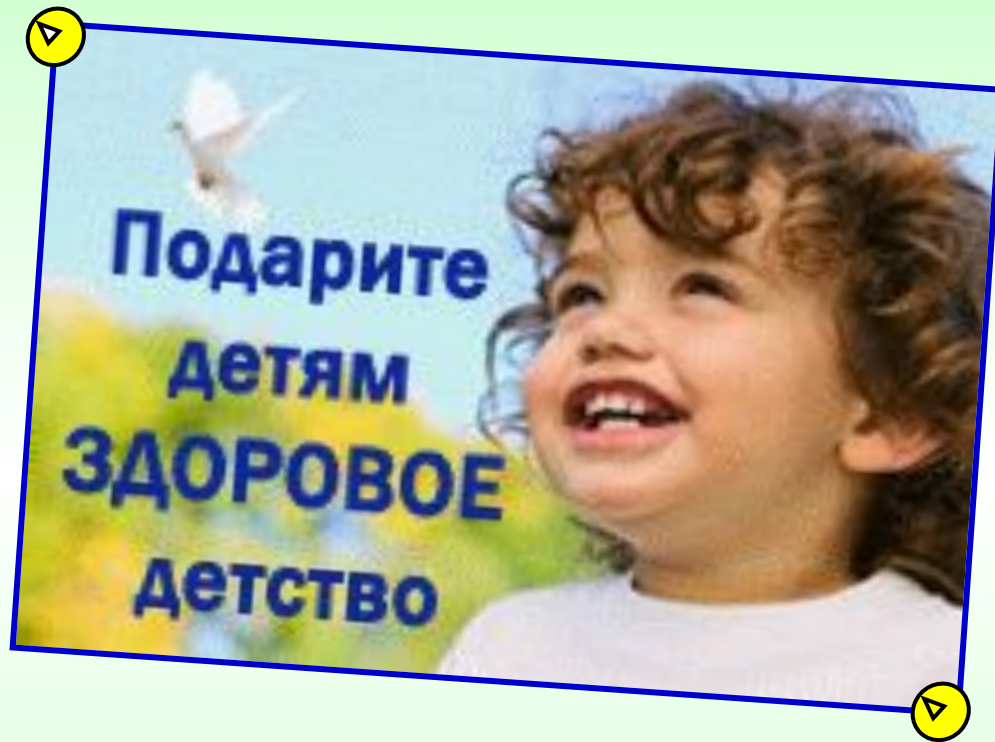
Сравнительный анализ по оздоровлению ЧБД методом БОС за 2014 – 2015 г





**Правильное дыхание
нужно всем!**





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ !

