

Здоровьесберегающие технологии учебного процесса



В помощь
администрации школы

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ



В. И. КОВАЛЬКО

ЗДОРОВЬЕ- СБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

1-4
КЛАССЫ

Теория
Программа
Технологии
Анкетирование
Игровые игры
Учебные проекты



ЗДРАВСТВУЙТЕ, ШКОЛА!

Е.З. Совежова
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ
ТЕХНОЛОГИИ
В ШКОЛЕ



Н. К. СМЕРНОВ

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ
ТЕХНОЛОГИИ
и ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ
В ШКОЛЕ

Авторы
А. К. Смирнов

Управление ГОУ

Н. К. Смирнов

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ
ТЕХНОЛОГИИ
В РАБОТЕ УЧИТЕЛЯ И ШКОЛЫ

Высшее профессиональное образование

А. М. Митяева

ЗДОРОВЬЕ-
СБЕРЕГАЮЩИЕ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ
ТЕХНОЛОГИИ

Учебное пособие



Педагогика
здоровья



ДЛЯ АДМИНИСТРАЦИИ

Издательско-торговый дом
«КОРИОС И»

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ
ТЕХНОЛОГИИ
В НАЧАЛЬНЫХ КЛАССАХ



Все тот же кабинет



Декабрь 2006



Сентябрь
2008



Сентябрь 2009 г

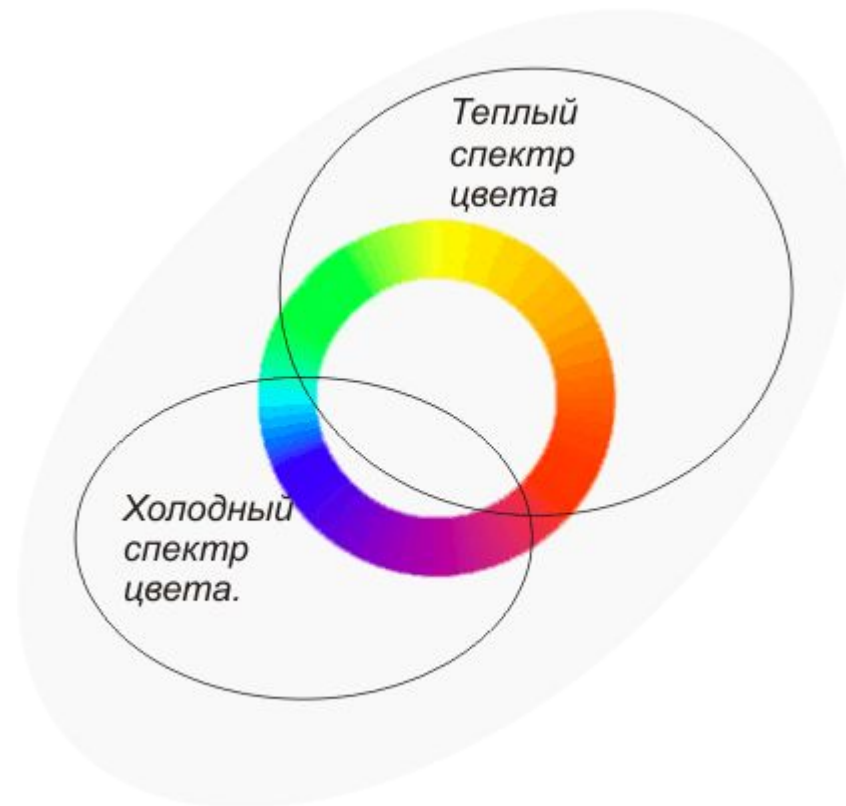
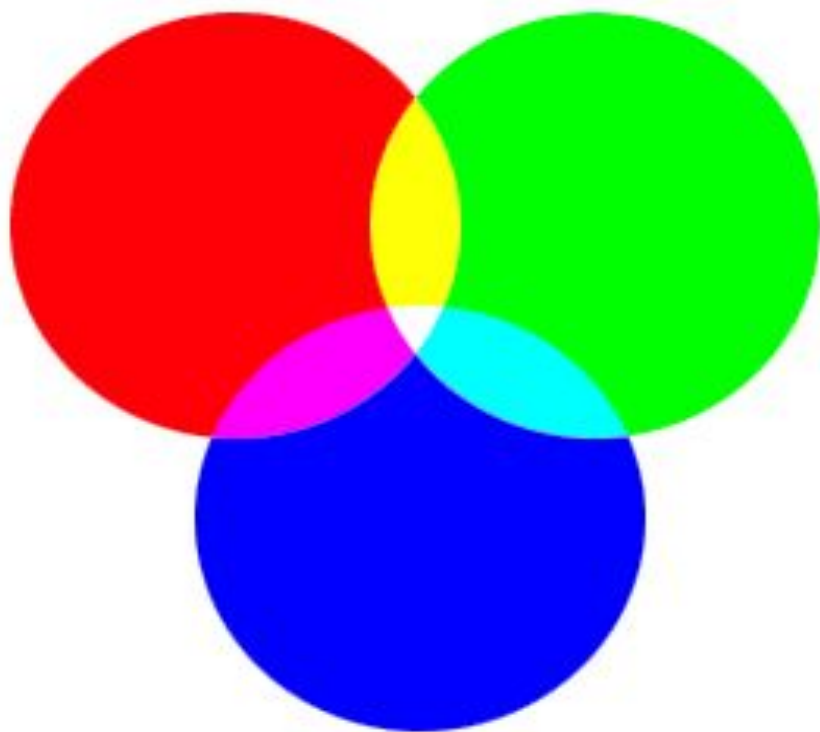
Влияние цвета на организм



*"Только тому, кто любит цвет,
открывается его красота и
внутренняя сущность. Цветом
может пользоваться каждый,
но только беззаветно
преданный ему он позволяет
постичь свои тайны»*

(И. Иттен)

Цветовая гамма



Четыре темперамента имеют цветовые соответствия:

холерик

флегматик

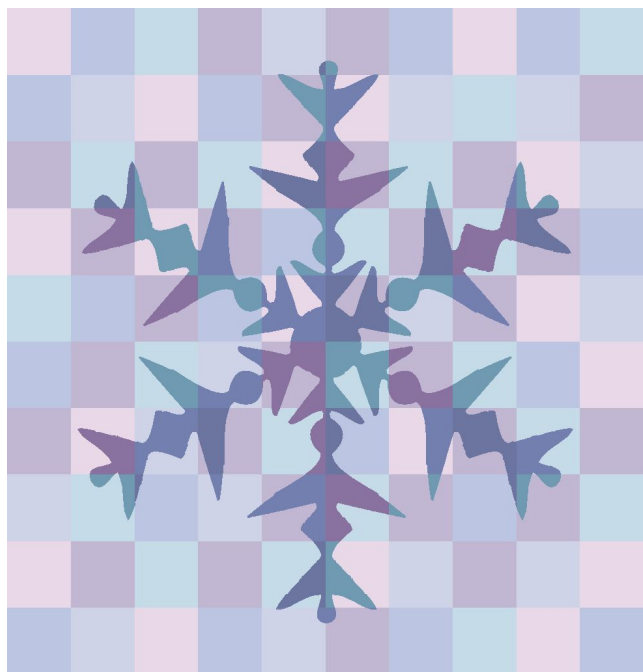
сангвиник

меланхолик

Теории сезонов (теории времен года)

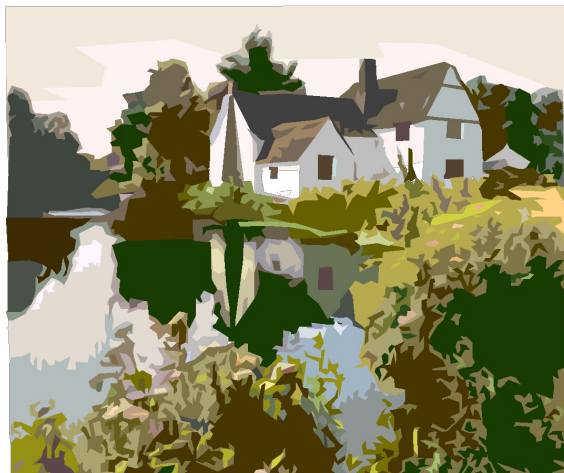
Тип зима

*это бледная кожа,
темные волосы и глаза,
выиграет от холодного
цвета – серого или черного.
От светлых ярких тонов этот
тип может проиграть.*



Тип весна

*обладающая золотистым оттенком кожи
и светлыми волосами,
будет прекрасно выглядеть
в теплых тонах, ей следует избегать
черно-белых контрастов.*

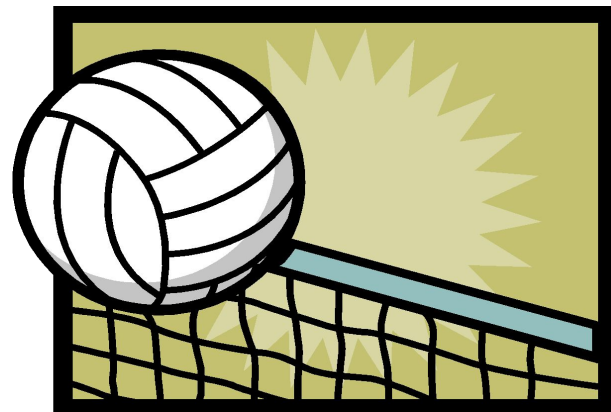


Тип Лета

*обладающему светлой кожей
и волосами с холодным пепельным
оттенком,
подойдет смешение теплых
и холодных оттенков.*

*Молочно-сливочные, серовато-голубоватые,
серовато-сиреневые, серебристо-золотистые тона в
сочетании с серо-коричневым,*

*индиго, серо-лиловым, темно-серым
цветом – вот к чему надо стремиться.*



Тип осень

*имеющие кожу золотистого цвета
и русые или рыжие волосы,
должны выбирать золотисто-медовый,
бежево-золотистый, бежево-терракотовый
и персиковый цвета.*



Цвета групп крови

I группа крови

благоприятное воздействие оказывает красный, оранжевый и пурпурный цвет.



II группа крови

рекомендуется голубой и зеленые цвета. Именно эти цвета стимулируют умственную деятельность, улучшают настроение. Этот цвет хорошо использовать и в одежде, и в интерьере, квартиры.

Красный оранжевый тона - Они стимулируют жизнедеятельность, повышают умственный потенциал. А для нормализации нервной деятельности им показан голубой и зеленый. Фиолетовый – для состояния релаксации и философских размышлений.

III группа крови

Красный оранжевый тона - Они стимулируют жизнедеятельность, повышают умственный потенциал. А для нормализации нервной деятельности им показан голубой и зеленый. Фиолетовый – для состояния релаксации и философских размышлений.



IV группа крови

Люди с четвертой группой крови имеют много общего с обладателями второй группы крови. В их энергетической характеристике рекомендуется голубой и зеленые цвета.

Лечение цветом

- **Грипп** - оранжевый- к селезенке и зеленый к горлу.
- **Фурункулы** - оранжевый и зеленый цвет.
- **Нервные расстройства** - золотой цвет к голове, синий к горлу и солнечному сплетению.
- **Астма** – сапфирно – синий- к солнечному сплетению.
- **Желудочные заболевания** – сапфирно – синий ко лбу, горлу и солнечному сплетению.
- **Рак** – нежно – зеленый к горлу, фиолетовый к сердцу, синий к месту проявления боли.
- **Диабет** – золотистый к солнечному сплетению, зеленый к поджелудочной железе, синий к солнечному сплетению.
- **Паралич всех видов** – золотой – ко лбу, к основанию черепа и по всей длине позвоночника.



Если Вы поссорились...



Снимает остроту конфликта



Если нужно успокоиться...



При работе на компьютере



Чрезмерный аппетит – цвет индиго



Если переутомились



Хорошего Вам настроения!!!





Всё будет здорово!