

МБОУ Бекасовская сош

Здоровьесберегающие
технологии в школе
Здоровье и школа.



Когда нет здоровья, молчит мудрость,
не может расцвести искусство, не играют силы,
бесполезно богатство, и бессилен разум.

Геродот

Prezentacii.com



«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнеработательности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы...».

В.А.

Сухомлинский.



Подвижный метод обучения по технологии

д.м.н. В.Ф.Базарного



Базарный Владимир Филиппович

Русский учёный, врач и педагог-новатор. Родился в 1942 году. В 1966 году окончил Красноярский государственный медицинский институт по специальности врача-офтальмолога. Как детский хирург сделал более 6 тысяч операций. Хирург высшей квалификации. В 1977-91 годах руководил единственной в стране лабораторией сенсорных систем (органов чувств) в НИИ медицинских проблем Севера Сибирского отделения АМН СССР. С 1991 года по приглашению руководства Московской области возглавил Научно-внедренческую лабораторию физиолого-защитных проблем образования Администрации Московской области (г. Сергиев Посад).



Методы В.Ф. Базарного

1. Режим динамических поз.
2. Система сенсорно – поисковых моторно – координаторных тренажей.
3. Открытое пространство классной комнаты.
4. Экологический букварь.
5. Многоцветные опоры на крестообразных держалках.
6. Схема универсальных символов.
7. Коврики для ног.



Здоровье ученика в норме, если:

- **в физическом плане** – здоровье позволяет ему справляться с учебной нагрузкой, ребенок умеет преодолевать усталость;
- **в социальном плане** – он коммуникабелен, общителен;
- **в эмоциональном плане** – ребенок уравновешен, способен удивляться и восхищаться;
- **в интеллектуальном плане** – учащийся проявляет хорошие умственные способности, наблюдательность, воображение, самообучаемость;
- **в нравственном плане** – он признает основные общечеловеческие ценности.



Здоровьесберегающие образовательные технологии.

- **Здоровьесберегающие образовательные технологии – это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся.**



Принципы здоровьесбережения:

- ***«Не навреди!».***
- ***Приоритет заботы о здоровье учителя и учащегося.***
- ***Непрерывность и преемственность.***
- ***Субъект-субъективные взаимоотношения.***
- ***Соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям учащихся.***
- ***Комплексный, междисциплинарный подход.***
- ***Успех порождает успех.***
- ***Активность.***
- ***Ответственность за свое здоровье.***



Критерии здоровьесбережения и уровни гигиенической рациональности урока.

Критерии здоровьесбережения	Характеристика	Рациональный уровень	Недостаточно рациональный	Нерациональный
Количество видов учебной деятельности	Виды учебной деятельности: опрос, письмо, чтение, слушание, рассказ, ответы на вопросы, рассмотрение, списывание	4-7	2-3	1-2



Критерии здоровьесбережения и уровни гигиенической рациональности урока.

Критерии здоровьесбережения	Характеристика	Рациональный уровень	Недостаточно рациональный	Нерациональный
Средняя продолжительность и частота чередования видов деятельности		Не более 10 мин.	11-15 мин.	Более 15 мин.



Критерии здоровьесбережения и уровни гигиенической рациональности урока.

Критерии здоровьесбережения	Характеристика	Рациональный уровень	Недостаточно рациональный	Нерациональный
Количество видов преподавания	Виды преподавания: словесный, наглядный, самостоятельная или практическая работа, аудиовизуальный	Не менее 3-х	2	1



Критерии здоровьесбережения и уровни гигиенической рациональности урока.

Критерии здоровьесбережения	Характеристика	Рациональный уровень	Недостаточно рациональный	Нерациональный
Чередование видов преподавания		Не позже, чем через 10-15 мин.	Через 15-20 мин.	Не чередуются
Плотность урока	Количество времени, затраченное школьником на работу	Не менее 60% и не более 75-80%	85-90%	Более 90%



Критерии здоровьесбережения и уровни гигиенической рациональности урока.

Критерии здоровьесбережения	Характеристика	Рациональный уровень	Недостаточно рациональный	Нерациональный
Наличие, место, содержание и продолжительность на уроке моментов оздоровления	Физкультминутки, динамические паузы, гимнастика для глаз, массаж активных точек	На 20 и 35 минуте по 1 минуте из 3-х легких упражнений с 3-4 повторениями каждого	1 физкультминутка с неправильным содержанием или продолжительностью	Отсутствует



Работоспособность в течение учебного дня 1-6 классы

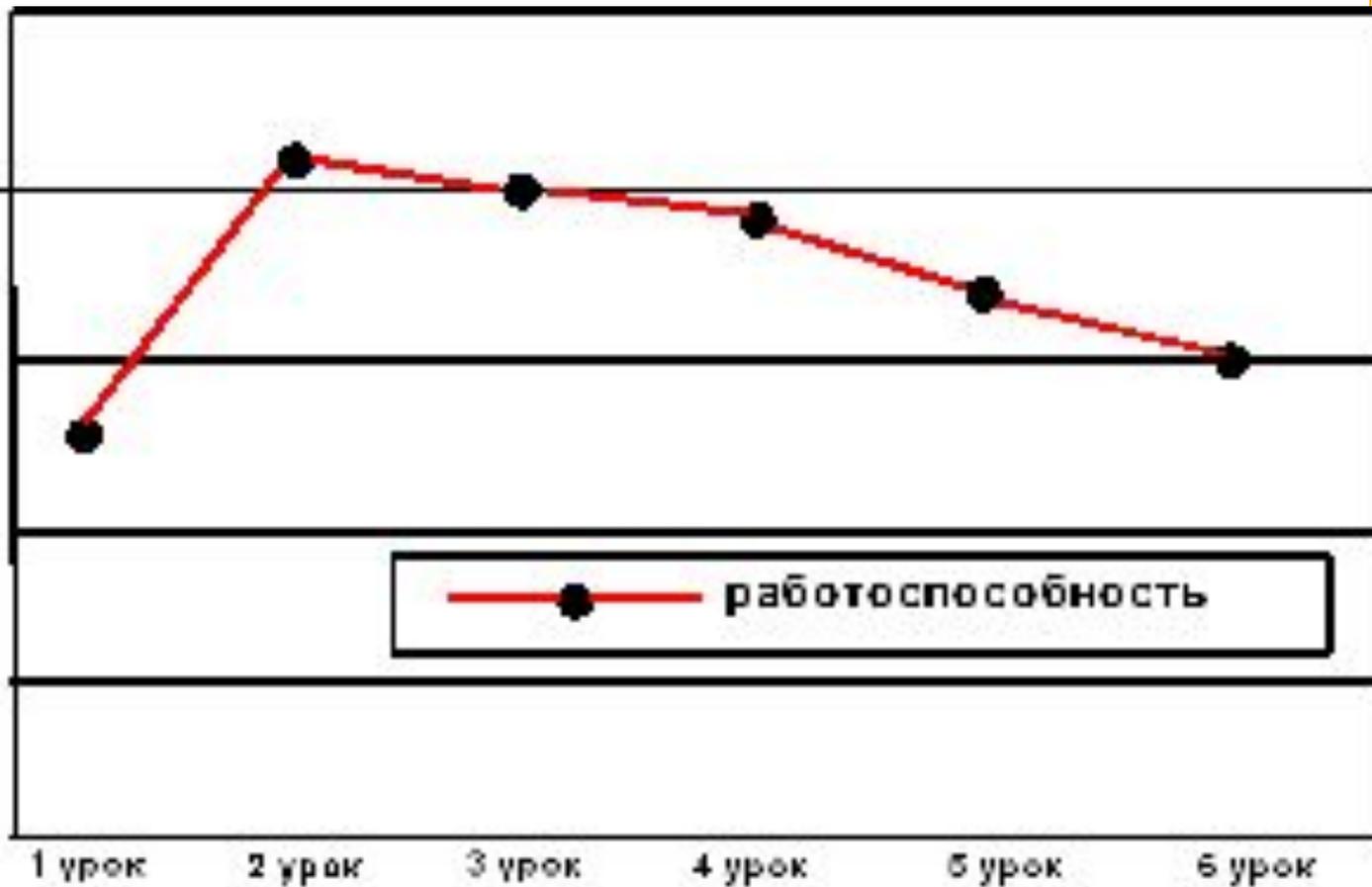
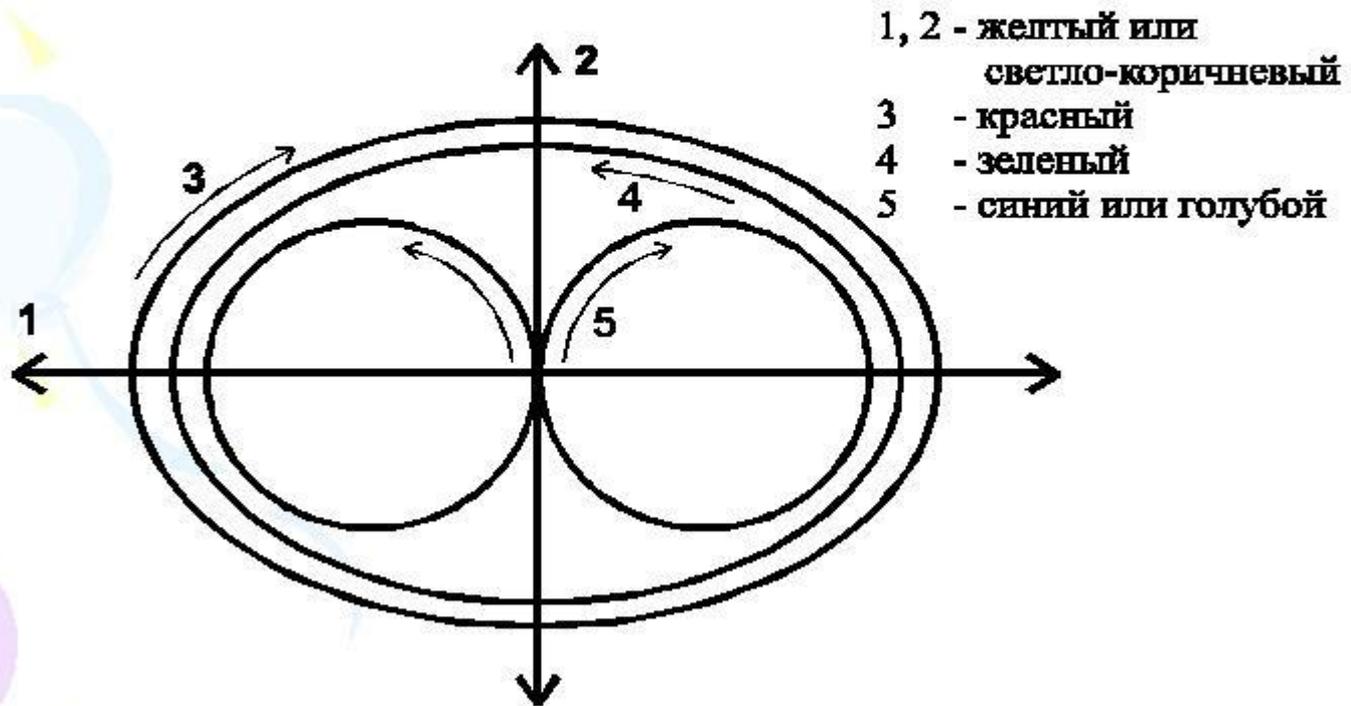






Диаграмма для разгрузки зрения





офтальмотренажер на потолке





ИСПОЛЬЗОВАНИЕ В УЧЕБНОМ

процессе специальной мебели — конторок и методики
смены динамических поз



<http://kapital-lyuks.tiu.ru>







МАССАЖНЫЙ КОВРИК





www.zdorovye.3dn.ru

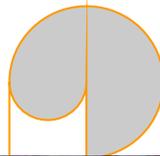


ХОРОВОЕ ПЕНИЕ

Очень важным моментом в учебном системе по В. Ф. Базарному является детское хоровое пение. В основном это классическая музыка и народные песни. Хоровое пение помогает не только развивать художественное и эстетическое ощущение мира, но и является прочным фундаментом, на основе которого формируется человеческая личность.



ХОРОВОЕ ПЕНИЕ





ДЕТИ ПИШУТ ПЕРЬЕВЫМИ РУЧКАМИ

Дети пишут не шариковыми, а перьевыми ручками. Для того, чтобы школьники овладели навыками письма, используются специальные каллиграфические прописи. Именно такое письмо позволяет формироваться художественным способностям, развиваться психомоторной системе. Только после получения подобных навыков школьники начинают овладевать буквенным письмом.





Физкультурно-оздоровительное направление в школе





ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ БУКВАРЬ

«Экологический букварь» изготавливается следующим образом. На полотне холста (размером по ширине не менее 2-х метров) рисуется яркий сюжет природы. Например, «У реки», «У озера». «На поляне» и т. д. При этом в различных участках пейзажа размещаются различные звери, герои известных детских сказок, которые тащат, держат или несут те или иные буквы. Например, мишка тащит букву «М» к одиноко лежащей под кустом букве «А» и т. д. Размеры букв — 5×10 см. Основой для изучения букв, слогов, слов является возникшая вдруг потребность детей к познавательной деятельности. Например, как показал опыт, в группе даже 4-летних детей обязательно найдутся несколько лидеров, которые проявляют интерес к буквам. Именно они начинают осаждать воспитателя постоянными вопросами: «А это какая буква?» В этих условиях задачей воспитателей или учителя является не назидательно, а точнее. мудро, поддерживать интерес к познанию тех или иных букв у остальных детей. Важным здесь является то, что дети сами по своему усмотрению подходят к стене фиксируя указательным пальцем и отгадывая ту или иную букву.





Требования к проведению физкультминуток

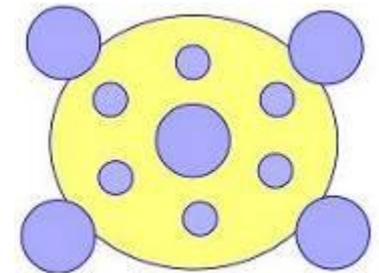
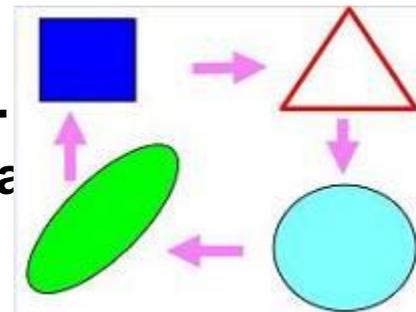
- Комплексы подбираются в зависимости от вида урока, его содержания.
- Упражнения должны быть разнообразны, так как однообразие снижает интерес к ним, а следовательно, и их результативность.
- Физкультминутки должны проводиться на начальном этапе утомления, выполнение упражнений при сильном утомлении не дает желаемого результата.
- Предпочтение нужно отдавать упражнениям для утомленных групп мышц.
- Важно обеспечить позитивный эмоциональный настрой.





Виды физкультминуток

- Упражнения для снятия общего или локального утомления.
- Упражнения для кистей рук.
- Гимнастика для глаз.
- Гимнастика для слуха.
- Упражнения корректирующие осанку.
- Дыхательная гимнастика





Благодаря данной технологии достигается:

- Гарантированный, фиксируемый результат улучшения здоровья учащихся.
- Повышение уровня успеваемости и эффективности учебного процесса.
- Психологический комфорт в образовательном учреждении.
- Профилактика нарушений в развитии позвоночника, близорукости, нервно-психических и сердечно-сосудистых стрессов, раннего остеохондроза и атеросклероза и другой сугубо школьной патологии