

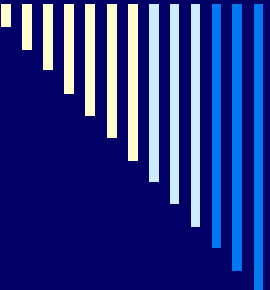
Министерство образования и науки Российской Федерации  
Государственное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
Татарский государственный гуманитарно-педагогический университет  
Факультет психолого-педагогического образования  
Кафедра педагогики и методики начального образования

## Выпускная квалификационная работа

**СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ  
НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ НА ОСНОВЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ  
ТЕХНОЛОГИИ БИОЛОГИЧЕСКОЙ ОБРАТНОЙ СВЯЗИ**

Руководитель :  
доктор педагогических наук, профессор  
Закирова Венера Гильмхановна

Выполнил:  
слушатель курсов переподготовки  
Абдуллина Рина Мунуровна



---

**Актуальность исследования** обусловлена потребностью человека, общества и государства в здоровьесберегающем образовании.

**Проблема исследования:** педагогические ресурсы здоровьесберегающих технологий и в частности технологии биологической обратной связи (БОС).

**Цель исследования:** дать анализ практики использования, внедрения здоровьесберегающей технологии БОС.

---

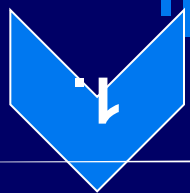


---

## **Задачи исследования:**

1. Изучить, проанализировать, обобщить современные теоретические, методические подходы к формированию здоровья учащихся в педагогическом процессе и в повседневной жизни.
  2. Изучить влияние здоровьесберегающей технологии БОС.
-

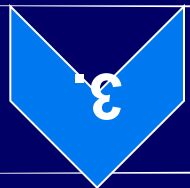
# Как обеспечить здоровье учащихся



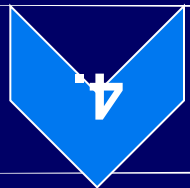
Обеспечить здоровьесберегающие условия проведения образовательного процесса (в первую очередь – соблюдение требований СанПиН).



Использовать здоровьесберегающие технологии обучения и воспитания.



Обеспечить гармоничное, соответствующее возрасту, развитие учащихся: а) физическое, б) психологическое, в) социальное.




Обучить школьников принципам и практике здорового образа жизни, воспитать у них потребность заботиться о своём здоровье.



Создать в школе условия для укрепления здоровья учащихся и педагогов.

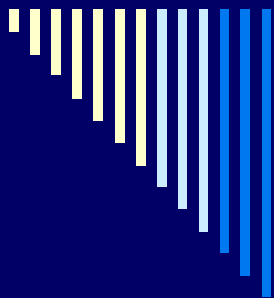
---



Максимально эффективно решать эти задачи позволяют **здоровьесберегающие технологии** обучения и воспитания.

Одним из требований, предъявляемых к **здоровьесберегающим технологиям**, является то, что нужно делать акцент не только на организации учебного процесса, не приносящей вреда, но и на том, чтобы научить учащихся самостоятельно защищаться от стрессов, обид, оскорблений, обучить его средствам защиты и сохранения здоровья.

---



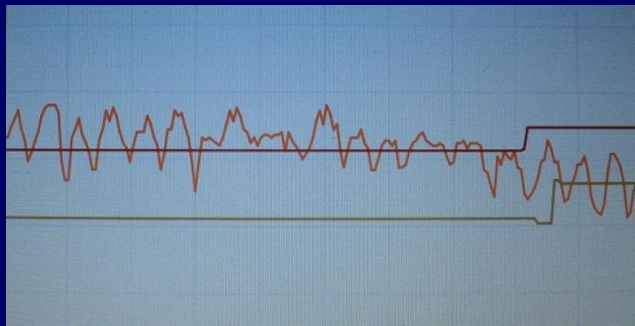
**Технология  
Биологической  
Обратной Связи (БОС)**  
позволяет быстро при  
помощи современных  
компьютерных  
тренажеров обучить  
школьников навыкам  
сохранения и  
укрепления здоровья.

Внедрение в образовательный процесс **технологии БОС** - позволило повысить уровень культуры здоровья учащихся, сохранить своё здоровье и снизить заболеваемость наиболее распространёнными заболеваниями, в том числе обусловленными образовательным процессом.

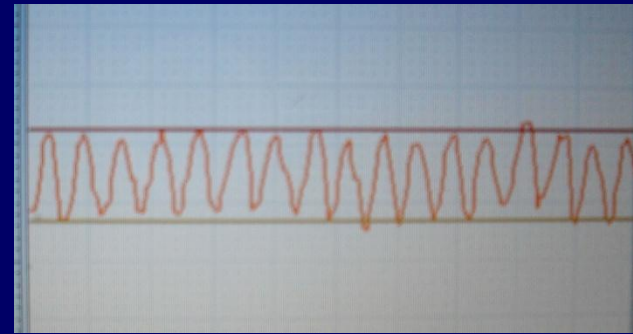


# Индивидуальный отчет ученика

Динамика формирования навыка правильного дыхания



1 урок



12 урок

1-й урок – ученик начинает формировать навык правильного дыхания.

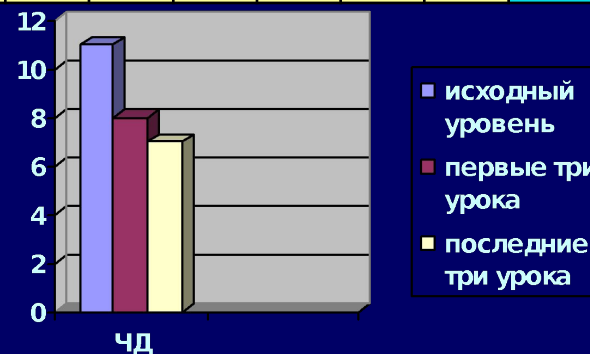
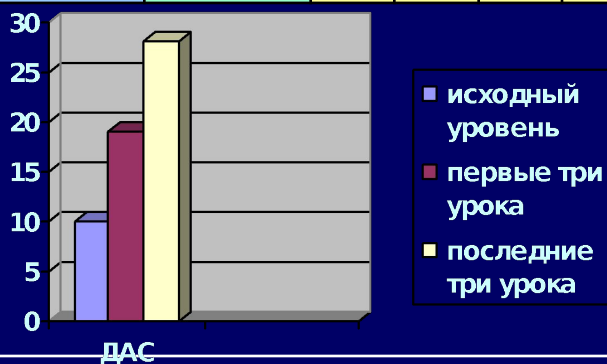
12-й урок – график позволяет оценить, как сформировался навык правильного дыхания с помощью БОС.



# Индивидуальный отчет ученика

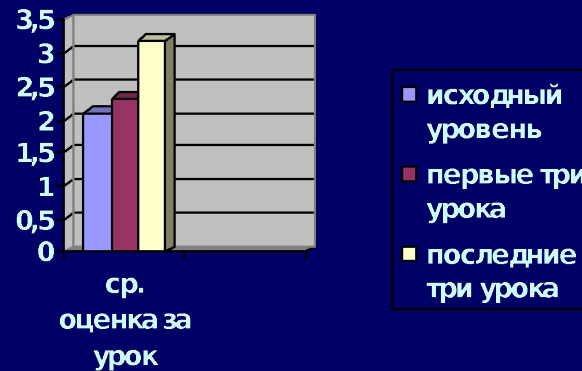
## Результаты уроков здоровья

До начала уроков	Итог за первые три урока	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Итого за последние три периода урока
ДАС (10)	ДАС (19)	18	19	20	20	25	30	28	25	26	25	34	26	ДАС (28)
ЧД (11)	ЧД (8)	7	6	6	6	7	7	7	8	8	7	7	7	ЧД (7)
оценка (2)	оценка (3)	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	5	4	оценка (4)



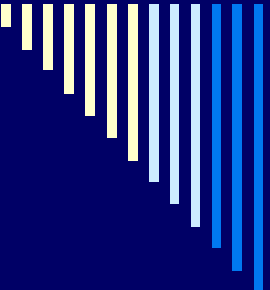
# Групповой отчет – структурированная информация о ходе и результатах уроков «БОС-Здоровье»

## Динамика оценок уровня здоровья



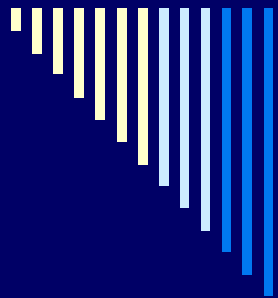
## Динамика изменений уровня здоровья учеников

В начале занятий ( первые 3 урока) уровень здоровья по сравнению с исходными увеличился на 0,2 балла. В конце занятий по сравнению с первыми 3-мя уроками обнаружено улучшение среднего уровня здоровья на 0,9 балла (исходный уровень – 2,1 балла) Количество учеников с «отличным - хорошим – удовлетворительным» уровнем здоровья увеличилось 22 % до 87%, а с неудовлетворительным – уменьшилось с 78% до 13% .



## Изменения, которые учащиеся наблюдают у себя после пройденного курса занятий на тренажере

- ▶ стало легче учиться – 32% ;
- ▶ стали более спокойней – 36% ;
- ▶ улучшилось настроение – 24%;
- ▶ лучше стали засыпать-16%;
- ▶ во время уроков чувствуют себя лучше – 28%;
- ▶ с хорошим настроением идут в школу- 16%;
- ▶ перед контрольной, стоя у доски, стали меньше волноваться – 8%;
- ▶ стали меньше пропускать занятия по болезни – 36 %



- ▶ Данную технологию можно определить как развивающую здоровье школьников, как средство обучения индивидуальному способу оздоровления, как инструмент, позволяющий полноценно готовить к жизни здоровое поколение.
- ▶ Рекомендую технологию БОС к внедрению в образовательные учреждения



*Спасибо за внимание!*