

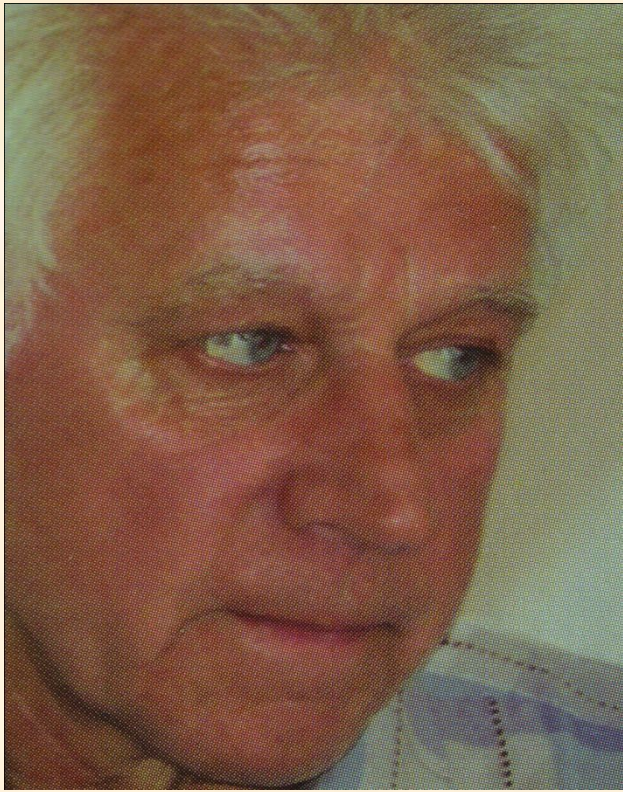
***ИСПОЛЬЗОВАНИЕ  
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ  
ТЕХНОЛОГИЙ НА РАЗНЫХ  
ЭТАПАХ УРОКА КАК СОСТАВНАЯ  
ЧАСТЬ ЛИЧНОСТНО-  
ОРИЕНТИРОВАННОГО  
ПОДХОДА В ОБУЧЕНИИ  
УЧАЩИХСЯ***

*«Для здорового и крепкого ребенка требования школы  
вовсе не чрезмерны, но положительно немислимо,  
чтобы при системе, царящей в наших школах, при  
пренебрежении физическим воспитанием, даже самый  
здоровый материал оставался бы здоровым, и таким  
образом, вредные последствия школьной системы не  
могут сказываться и на юношах, и на взрослых...»*

**Ломанн, доктор 19 века**

## ***В.И.Гарбузов ( невролог)***

***«Складывается опасная тенденция  
чрезмерного раннего (до 5 лет) обучения  
чтению, письму, математике, иностранному  
языку, шахматам, музыке по нотам, обучению  
на дисплее, игре со сложными электронными  
устройствами. Буквы, ноты, схемы  
вытесняют образы, подавляют образное  
мышление. Детскую непосредственность,  
интерес к живой природе подменяют  
абстрактным, отвлеченным...»***



**В.Ф.Базарный,**  
доктор медицинских наук,  
Руководитель научно-  
внедренческой лаборатории  
физиолого-защитных  
проблем образования  
Администрации Московской  
области.

*Классификация базовых истоков  
устойчивости школьников  
по В.Ф. Базарному*

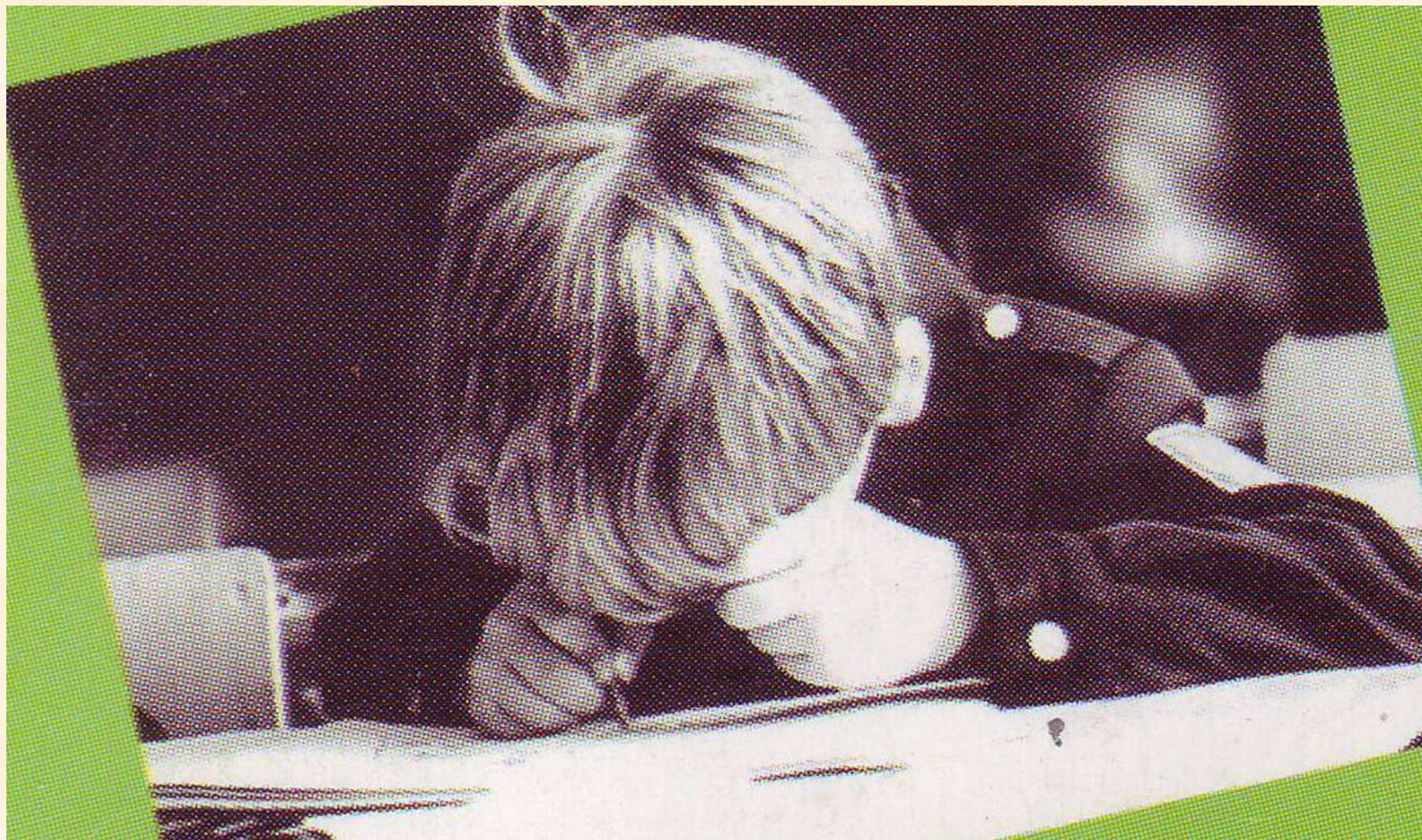
- *Комплекс факторов закрытых помещений*

*Комплекс информационно-психогенных факторов*

- *Комплекс телесной атонии*
- *Комплекс духовно-психических факторов*



## *Возникновение утомления*



*Блокировка кровотока в органах и тканях*



# Профилактика утомления

