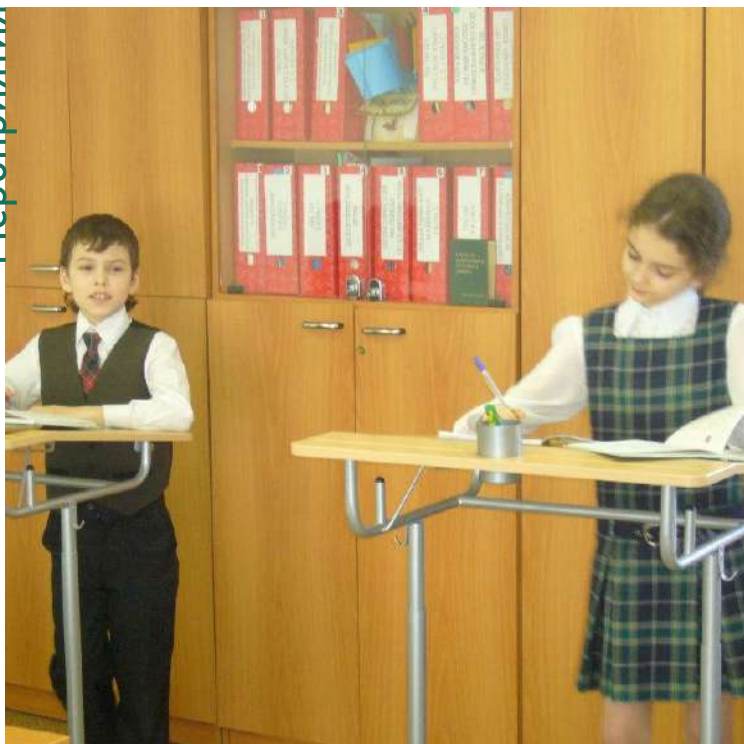


# Здоровое образование



Мероприятия



## ЗДОРОВЬЕРАЗВИВАЮЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ ПО ТЕХНОЛОГИИ В.Ф. БАЗАРНОГО

Сборник материалов VI краевой Конференции «Здоровое развитие детей» участников Общероссийского общественного движения «Российский Союз за здоровое развитие детей» в Алтайском крае

Алтайская краевая общественная организация  
«Краевой Союз за здоровое развитие детей»

# **ЗДОРОВЬЕРАЗВИВАЮЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ ПО ТЕХНОЛОГИИ В.Ф. БАЗАРНОГО**

Сборник материалов VI краевой Конференции «Здоровое развитие детей»  
участников Общероссийского общественного движения «Российский  
Союз за здоровое развитие детей» в Алтайском крае

**ИП Колмогоров И.А.  
Барнаул 2013**

**УДК 371.037.1**

**ББК 74.200.55**  
**З-467**

**Здоровьеразвивающее образование по технологии В.Ф. Базарного:**  
материалы VI краевой Конференции «Здоровое развитие детей», Барнаул, 16 марта  
2013 // Сборник - Барнаул: ИП Колмогоров И.А., 2013.-96 с., илл.

ISBN 978-5-91556-128-0

В сборнике объединены статьи и тезисы выступлений педагогов общеобразовательных школ и дошкольных образовательных учреждений, преподавателей ВУЗов по вопросам гармоничного развития детей и внедрению здоровьеразвивающих и здоровьесберегающих технологий. Представлен опыт педагогов-новаторов, работающих над укреплением и развитием ресурсов здоровья в образовании.

Сборник адресован руководителям и работникам учреждений образования, специалистам, осуществляющим деятельность в области обеспечения здоровья детей и подростков в условиях образовательного процесса.

Сборник напечатан при поддержке депутата Государственной Думы Федерального Собрания 6-го созыва А.В. Терентьева.

ISBN 978-5-91556-128-0

## ПРЕДИСЛОВИЕ



Морозова Е.В., председатель  
Алтайской краевой общественной  
организации «Краевой Союз за  
здоровое развитие детей», г. Барнаул

*«Знание физиологии, психологии и логики - основа  
педагогики» К.Д. Ушинский*

В день защиты детей 1 июня 2012 года Президент В.В. Путин подписал Указ №761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012- 2017 годы». Специалисты в области охраны здоровья детей восприняли этот Указ с огромным воодушевлением и надеждой. На фоне сокращения численности детского населения в целом и роста различных заболеваний и функциональных отклонений у значительной части детей дошкольного возраста и обучающихся в общеобразовательных учреждениях, впервые столь остро и конкретно поставлена задача ранней профилактики заболеваемости. И речь здесь идёт не только и не столько о медицинской профилактике, а о внедрении здоровьесберегающих технологий во все сферы жизни ребёнка, технологий «школ здоровья» во все образовательные учреждения, о создании условий для здорового развития каждого ребёнка. Национальная стратегия действий в интересах детей так же содержит направления, нацеленные на максимальную реализацию потенциала каждого ребёнка, на предоставление детям качественной психологической и коррекционно-педагогической помощи.

Исходя из положений Указа №761 становится понятно, что в полномасштабную профилактическую деятельность в первую очередь должны быть вовлечены образовательные учреждения страны. Не смотря на то, что оба «Закона об Образовании» содержали статьи (в старом - 51, в новом - 41), вменяющие в обязанность образовательных учреждений заботу о здоровье воспитанников - учащихся, степень включённости школ и детских садов в процесс здоровьесбережения детей была и остаётся разной. Где-то ограничиваются соблюдением санитарных правил и норм, где-то делают акцент на физкультурно-оздоровительную работу, просвещают в области гигиены и санитарии, проводят различные акции по приобщению к здоровому образу жизни.

Иные школы идут дальше: вводят в учебный план уроки по обучению в области здоровья; выстраивают воспитательные системы, направленные на формирование здоровьесохраняющих стратегий поведения.

И наконец, есть ещё одна категория детских садов и школ, которые отталкиваются в своей деятельности по сохранению здоровья детей не только от хорошо зарекомендовавших себя практик, а ориентируются на передовые

научные теории, позволяющие выстроить такого рода деятельность наиболее эффективно и результативно.

В декабре 2011 года, будучи Премьер-министром, В.В. Путин посетил Хакассию, Саяно-Шушенскую ГЭС. В программе визита было посещение лицея «Эврика» г. Саяногорска. Премьер-министру хотели показать современную, технически хорошо оснащённую школу. Но он увидел не только это. Лицей более десяти лет работает по технологиям В.Ф. Базарного: учебные кабинеты оснащены здоровьесберегающей мебелью, офтальмотренажерами; ведётся параллельно-раздельное обучение. По впечатлению директора лицея Анны Вахтель, Премьер-министр очень внимательно и заинтересованно слушал о программе Базарного. Результаты работы по оздоровлению детей его впечатлили. Он дал высокую оценку работе лицея и подчеркнул, что такой опыт должен применяться во всей стране. Как знать, возможно этот визит в какой-то степени повлиял на содержание президентского Указа.

Доктор медицинских наук, профессор В.Ф. Базарный и его соратники ещё 30 лет назад разработали теорию психо-моторного раскрепощения ребёнка в условиях образовательного учреждения и создали систему реорганизации физиолого-эргономической основы учебно-познавательного процесса.

Они исследовали влияние занятий детей в режиме педагогической усидчивости в детском саду и школе на их здоровье и пришли к выводу, что движение - это стереотип жизни ребёнка, обязательное условие и корневой механизм его полноценного развития. Нарушение этого стереотипа - первопричина стойкой тенденции роста различных патологий, приобретаемых как в домашних условиях, так и за годы обучения в школе.

Профессору Базарному удалось разработать систему эффективных педагогических подходов и технологий, которые способны органично соединить движение и учебный процесс, наполнить этот процесс чувственно-моторной, эмоциональной и творческо-поисковой активностью. Эти технологии способны обеспечить гармоничное развитие детей - основу массовой первичной профилактики различных форм школьной патологии. Опыт и результаты внедрения здоровьеразвивающей педагогики В. Базарного в тысячах школ России - подтверждение этому.

Я уверена в том, что программа «Массовая первичная профилактика школьных форм патологий или развивающие здоровье принципы конструирования учебно-познавательного процесса в детских садах и школах» под редакцией Базарного способна стать ресурсом успешного воплощения положений Национальной стратегии действий в интересах детей, станет востребованной и актуальной в свете исполнения прорывного Указа Президента.

Прошедшая 16 марта 2013 года в Барнауле VI краевая Конференция «Здоровое развитие детей» была посвящена обмену педагогическим опытом внедрения технологий профессора Базарного в практику детских садов и школ. Данный сборник будет интересен и полезен тем, кто стремится организовать учебный процесс в своём классе или в школе с учётом природы ребёнка, его физиологии и психологии.



Зеленцова Н.Н., директор  
МОУ «Начальная школа -  
детский сад №115» г. Ярославля

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ И  
ЗДОРОВЬЕРАЗВИВАЮЩИЕ  
ТЕХНОЛОГИИ В  
ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ  
ПРОЦЕССЕ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ -  
ДЕТСКОГО САДА  
№115 Г. ЯРОСЛАВЛЯ**

«...И мечтаю я, чтоб сказали о России, стране равнин: - Вот страна  
прекраснейших женщин и отважнейших мужчин».

*Николай Гумилёв*

Детский сад был организован летом 1992 года и первых дошкольников принял в  
ноябре 1992 года.

В 1993 году учреждение получило статус «Начальная школа - детский сад  
№115». Осуществляется преемственность детский сад - начальная школа. Выстроены  
сквозные программы по всем видам деятельности для детей с 2-х до 11 лет. Созданы  
возможности для создания индивидуальной траектории развития каждого ребёнка до  
11 лет.

В нашем учреждении работают 36 педагогов на 6 дошкольных группах (3 группы  
девочек и 3 группы мальчиков) и 4 классах начальной школы..

- 6 групп дошкольного отделения - 139 воспитанников (68 девочек и 71 мальчик)
- 4 класса начальной школы - 110 учащихся (59 девочек и 51 мальчик) Школа  
полного дня с 1 по 4 класс

Миссия учреждения:

Создание системы здоровьеразвивающего образовательного сервиса на основе  
принципов природосообразности.

Основные направления воспитательно-образовательного процесса  
в начальной школе - детском саду №115

1. Здоровьесберегающие и здоровьеразвивающие технологии профессора В.  
Ф.Базарного.
2. Реализации ФГО Стандартов в начальной школе и ФГТ в детском саду через  
технология деятельностного метода обучения и воспитания.
3. Единый учебно-воспитательный процесс дошкольного и школьного отделений.  
Интеграция основного и дополнительного образования.

4. Художественно-эстетическое развитие - целостное восприятие мира.
5. Развитие языковой культуры через раннее обучение чтению, грамоте, английскому языку.
6. Программно-методический комплекс «Социомониторинг» - педагогическое проектирование учебно-воспитательного процесса. Социализация пола в обществе.
7. Использование современных ИКТ в учебно-воспитательном процессе.
8. Родитель, как равноправный участник воспитательно-образовательного процесса.
9. Локальная система электронного документооборота Pay Dox в административном блоке.

Представляю некоторые направления нашей работы:

1. Здоровьесберегающие технологии профессора В.Ф. Базарного В нашем учреждении активно применяется технология раскрепощённого развития детей, разработанная физиологом, врачом-офтальмологом, хирургом высшей категории, отличником здравоохранения, доктором медицинских наук, научным руководителем Центра гармоничного развития учащихся Российского государственного социального университета В.Ф.Базарным.

После многолетней экспертизы в 1989 году его система была официально одобрена и рекомендована Минздравом России в качестве федеральной программы «Массовая первичная профилактика школьных форм патологии, или развивающие здоровье, принципы конструирования учебно-познавательного процесса в детских садах и школах», а сегодня введена в СанПиНы.

С 1997 год - внедрение здоровьесберегающей технологии д.м.н. Базарного В.Ф., которая раскрывает принципы конструирования учебно-познавательного процесса, способствующие сохранению и развитию здоровья детей.

В воспитательно-образовательном процессе мы используем следующие элементы технологии:

- режим периодически меняющихся динамических поз для организации учебного процесса в режиме моторной свободы;
- эргономическая мебель;
- ручной фиксатор для дидактического материала;
- резиновые или каучуковые мячики;
- подвесные модули;
- «Экологическое панно».

В начальной школе используются:

- напольные конторки и массажные коврики;
- перьевые ручки и чернильница - непроливайка, экологические прописи;
- электронная система «Бегущие огоньки»;
- зрительные стадионы.

Большое внимание учреждение уделяет внедрению здоровьесберегающих технологий профессора В.Ф. Базарного в образовательный процесс.

Уроки и занятия проводятся в режиме периодически меняющихся динамических поз. Зрительные стадионы в классах и подвесные модули в группах детского сада активизируют зрительную координацию и развивают вестибулярный аппарат. Многофункциональное «Экологическое панно» расширяет зрительные горизонты, развивает творческое воображение и целостное восприятие и познание мира. Эргономическая мебель с наклонной поверхностью — парты - обеспечивает оптимальный физиолого-эргономический режим ребенка. Напольные конторки и массажные коврики обеспечивают оптимальный режим ребенка в условиях сохранения телесной вертикали. Перьевые ручки и чернильница - непроливайка, экологические прописи формируют утончённое художественное чувство, развивают психомоторную систему «глаз - рука» и способствуют укреплению и развитию психомоторных ритмов. Электронная система «Бегущие огоньки» развивает внимание, поисковую деятельность, учит ориентации в пространстве и обеспечивает режим подвижных зрительных образов. Ручной фиксатор для дидактического материала, резиновые или каучуковые мячики при заучивании стихотворений, энергичные ритмичные повороты головы (направо - налево) при послоговом чтении стихотворений, идя по коридору, способствуют повышению эффективности психомоторных функций.

Из всех методик профессора В.Ф. Базарного параллельно-раздельное обучение мальчиков и девочек трудно воспринимается общественным сознанием. Наиболее массовым и перспективным для социального воспитания считается параллельно-раздельное воспитание и обучение детей в одной школе или детском саду: девочек - в девичьих классах или группах, а мальчиков - в классах или группах для мальчиков. Объединяются они в единый смешанный коллектив для участия в досуговых и общешкольных мероприятиях.

Благодаря материалам ЮНЕСКО, мы узнали, что самыми элитными школами Европы считаются школы параллельно-раздельного и раздельного обучения мальчиков и девочек.

Совместное обучение мальчиков и девочек введено в нашей стране не так уж давно.

Из истории известно, что при воспитании детей народы всегда исходили из разной пололичностной природы мальчиков и девочек. Совершим небольшой экскурс в нашу историю.

После прихода к власти большевиков в 1918 году вышло постановление «О введении обязательного совместного обучения», подписанное комиссаром просвещения А. Луначарским.

Мальчиков и девочек поместили в общие классы и смешали по календарному возрасту. Но уже в 30 годы для новой власти стали видны негативные последствия такого «бесполого» обучения. Почувствовался дефицит сильных духом, мужественных и волевых юношей. И это притом, что в те годы на самом высоком уровне было и физическое, и трудовое, и патриотическое воспитание.

В 1943 году Совнарком СССР обязал: ввести раздельное обучение мальчиков и девочек. Однако такой порядок обучения существовал лишь до тех пор, пока был жив Сталин.

А в 1954 году детей вновь смешали в общие классы по календарному возрасту.



Что же происходит? При смешении детей по календарному возрасту - мальчики, оказавшись среди более зрелых по генетическому и духовному возрасту девочек, начнут (а мы и не заметим как) развиваться по женскому типу: в начале по духу, а затем и телесно.

У учителей и родителей сегодня давно должен был бы встать естественный вопрос: с какого образа мальчики делают себя? В кого они воплотятся, если вся их современная жизнь - это непрерывная эстафета передачи из одних женских рук в другие?!

И после этого общество удивляется, что вместо мужчины - опоры и защитника, мы имеем все больше инфантильных и зависимых мужчин.

Многие поколения мальчиков воссоздаются по женским «лекалам» чувств и эмоций, воспитываются по законам подавления.

Девушки, сталкиваясь в жизни с такой тростниковой, не надежной «крепостью», испытывают страх за свое будущее, а это крах мечты, мечты о «принце».

И, как реакция разрядки, - агрессия, злоба на несостоявшуюся «крепость», несостоявшуюся опору жизни! Разочаровавшись, молодые девушки устремляются за зрелыми мужчинами. А переполненные страхом и комплексами, так называемые мужчины, в злобе, зависти и бессилии мстят всем и вся за свое несостоявшееся истинное Я.

Необходимо подчеркнуть, что и женская конституция при смешанном воспитании оказывается деформированной. Происходит гендерное смещение.

Девочки в этом случае вынуждены брать на себя роль лидерства, а это ответственность, воля, сила духа, вечная борьба за удержание лидерства.

В итоге, как результат они все больше развиваются по мужскому типу. Отсюда нежелание женщины создавать семью, иметь детей, происходит угасание материнского чувства.

Самое ужасное, что на клиническом уровне это проявляется в росте доброкачественных и злокачественных новообразований. Это рост бесплодия, а при беременности - различных патологий в процессе ее вынашивания.

Уже сейчас 90% женщинам требуется родовспоможение. При выяснении причин бесплодия, врачи вдруг стали находить вместо женской «X» - хромосомы, мужскую «Y». А у мальчиков - наоборот.

В итоге мы имеем различные врожденные и генетические патологии новорожденных, и слабую их жизнеспособность.

Самой кричащей проблемой современности, является кризис межполовых отношений и распад института семьи. Распадается та «колыбель» жизни, на основе которой воспроизводится сам человек и его духовная сущность - семья, основанная на любви.

Но стоило развести мальчиков и девочек в параллельные классы и группы, как мальчики и девочки наконец-то начали приобретать свойственные полу характеристики.

Заведующая кафедрой педагогики детства, физиолог, нейропсихолог, доктор биологических наук г. Санкт - Петербург Еремеева Валентина Дмитриевна в своих работах раскрыла нейропсихологический аспект гендерного подхода к обучению.

Мальчик и девочка - это два разных мира. Их ни в коем случае нельзя воспитывать одинаково. Они по-разному смотрят и видят, слушают и слышат, по-разному говорят и молчат, чувствуют и переживают. Надо постараться понять и принять наших мальчиков и девочек такими, какими создала их природа. А вот удастся ли сохранить, раскрыть, развить эти задатки, не повредить, не сломать - зависит только от нас с вами.

Мальчики и девочки, заявляет она, обладают разными типами психики, разными типами познания, что, в свою очередь, определяется разной структурной и функциональной организацией мужского и женского мозга. И предлагает рассмотреть эту проблему с точки зрения функциональной специализации двух полушарий мозга.

Левое полушарие, говорит она, можно назвать рационально-логическим, алгоритмическим, классификационным. Оно как бы разбивает информацию на блоки, отбрасывает конкретные несущественные детали, действует по алгоритму, оно выстраивает причинно - следственные цепочки, которые существуют только при большом потоке информации. А если знаний не хватает, то левое полушарие бессильно. Цепочка мышления рвётся, и дальнейшая мыслительная деятельность становится невозможной.

Правое же полушарие не строит цепочек, поэтому даже если в знаниях есть дыры, бреши, прорехи, оно всё равно способно достроить мысленно до целого и принять решение.

В школе алгоритм - это правило, шаблон для решения типовых задач. Правое полушарие - образное, пространственное, интуитивное. Оно воспринимает мир целостно, ничего не отбрасывая и не теряя. Его мышление панорамное.

И первый парадокс: в школе учитель всегда в нужный момент дает ученику нужную информацию - подпитывая развитие левого полушария для дальнейшего разворачивания цепи знаний.

А вот в жизни, никто нам вовремя нужной информации (алгоритма) не предоставит и решать приходится, опираясь именно на правополушарное мышление.

К сожалению, в обычной школе упор делается на развитие левого полушария. А ребенок, чем младше, тем он более правополушарен, говорит учена. У мальчиков дошкольного и младшего школьного возраста левое полушарие развивается медленнее, чем у девочек, а у старшеклассников картина меняется. (Если мальчик маскулинного типа не получил в начальной школе «прививку не успешности», то к старшим классам он может обогнать сверстниц по ряду школьных предметов). Только в левом полушарии у человека имеются центры речи, а значит, только оно владеет грамматикой и синтаксисом.

Прежде чем дробить картину мира на блоки, нужно создать эту целостную картину мира, тот целостный, чувственный фундамент мира, и только на нём уже можно будет выстраивать модель мира.

Следовательно, для гармоничного развития необходимо развивать и правое полушарие. И включать в школу и детский сад полноценный блок художественно - эстетического воспитания для мальчиков и девочек. А именно, занятия театром, музыкой, танцами, пением, изобразительной живописью.

И второй парадокс: педагогика изначально наука мужская по своему содержанию, и создавали ее педагоги-мужчины, а по форме подачи материала - она женская, потому что большинство учителей - это женщины.

Кто составляет программы и пишет учебники? Чаще всего те, кто любит и умеет письменно выражать свои мысли, то есть левополушарники. А преподносят эти знания - педагоги-женщины. Тексты, составленные левополушарниками, имеют свои особенности: они излишне громоздки, грамматически усложнены, неоправданно перегружены научными терминами, оторваны от реальности и чересчур абстрактны. Они трудно воспринимаются женщинами-педагогами, а тем более детьми.

Итак, ребенок (а он ведь - правополушарник), приходит в школу и попадает в образовательную среду, организованную учительницей, склонной к алгоритмическому мышлению и тотальному оречевлению всего процесса обучения и учебного материала, созданного левополушарными педагогами. Представьте, с чем сталкивается школьник. Особенно трудно при этом приходится мальчикам.

А те дети, которые в силу индивидуальных и половых особенностей функциональной организации их мозга способны встроиться в данную образовательную среду, становятся отличниками (отличницами) и мы радуемся их успехам в школе.

Троечники же, особенно мальчики, выйдя из стен школы, тем не менее, нередко реализуют себя в дальнейшем очень успешно. И если удастся поступить в вуз, заканчивают его удачно.

Этот парадокс объясняется тем, что полученные в школе знания (пусть и не очень богатые) они могут использовать и применить в жизни, в любой нестандартной ситуации, т.к. эти знания встроены в целостную систему мироздания.

Сложнее с отличницами, говорит Валентина Дмитриевна. Усвоив алгоритм, правила, последовательность мыслительных действий, они успешны в некоторых аналитических построениях, требующих упорядочивания уже имеющейся информации и опоры на память. В нестандартных же условиях, при творческой поисковой деятельности, в постоянно меняющихся жизненных обстоятельствах они могут оказаться несостоятельными. Знания, не встроенные

в целостную систему, могут остаться только школьными знаниями, и их очень трудно будет применить в нестандартной жизненной ситуации. Школа помогла им развить левополушарное мышление, но оставила без внимания или даже затормозила развитие целостного правополушарного мышления. Более подвержены такой деформации девочки, которые по своей природе более адаптивны и склонны подстраиваться под обстоятельства, в том числе и под наши педагогические методики.

Итак, какого же ученика хотят видеть в конечном итоге педагоги?

В.Д. Еремеева, проводя исследования, предложила учителям одной из школ перечислить качества, которыми, по их мнению, должен обладать идеальный ученик. Первое место среди перечисленных учителями качеств занимало желание учиться, интерес к учебе, внимательность, трудолюбие, ум, воспитанность и усидчивость. Когда тот же вопрос сформулировали с акцентом на пол ученика и на конечный результат обучения, ответы оказались совершенно иными. Мальчики в первую очередь должны уметь, говорили учителя, принимать самостоятельные решения, быть уверенными в собственных силах, целеустремленными, умеющими нести ответственность за свои решения, иметь собственное мнение, быть надежными и мужественными. Никто из учителей не вспомнил ни про покладистость, ни про усидчивость.

Никто из учителей ранее не указал этих качеств у юноши, заканчивающего школу. То есть при обучении, без учета гендерных особенностей, учитель и воспитатель чаще ориентирован на девочек.

Для того, чтобы наше общество нормально развивалось, утверждает ученая, нам нужны самостоятельные, умеющие принимать решения, надежные мужчины и женщины, обладающие всеми преимуществами, которые природа дала каждому из полов, уважающими себя и ценящими свою половую принадлежность.

Положение не изменится до тех пор, пока мы не научимся видеть в наших воспитанниках не просто школьников, а мальчиков и девочек, даже если они обучаются в одном классе.

Гендерным воспитанием, то есть параллельно-раздельным воспитанием мы занимаемся с 1997 года. Основная цель - научить социализации пола в обществе, то есть создать условия, обеспечивающие становление полоролевого поведения мальчиков и девочек в сообществе и в повседневной жизнедеятельности.

Создавая пространственно-предметную среду в группе мальчиков, учитываются основные принципы построения развивающей среды и включаются элементы, важные для выражения дошкольниками своего мужского начала.

Пространственная среда в группе девочек помогает формированию женского образа.

Грамотно организованная развивающая среда позволяет мальчикам и девочкам самостоятельно проигрывать жизненные ситуации, требующие выполнения правил хорошего тона, этикета, обозначить ценности, определяющие и направляющие поведение мальчиков и девочек.

Главными символами для девочек являются колыбель с младенцем и изображение матери с ребенком (икона «Утешение и отрада»). Для мальчиков - это щит и меч, они защитники. Мальчики и девочки - это два разных мира. Два

совершенно разных архетипа. Один - защитник семьи и своей страны, другой в первую очередь хорошая, любящая мать. Воспитание и обучение детей необходимо осуществлять не по усредненной схеме, а с учетом всех особенностей, которые отличают мужчин и женщин.

Воспитательно-образовательный процесс строится на принципах природосообразности, учитываются психологические особенности мальчиков и девочек. В работе педагога используют приёмы и методы воспитания и обучения мальчиков и девочек.

Для гармоничного развития ребенка, для формирования его психического и физического здоровья, для развития его правого полушария, отвечающего за целостное восприятие картины мира, мы включаем через синтез искусств полноценный блок художественно - эстетического воспитания.

В нашем учреждении воспитанники с 2-х летнего возраста приобщаются к богатому миру искусства. На протяжении девяти лет они получают возможность реализовать себя и свои творческие задатки в различных видах деятельности, благодаря чему растет потенциал их интеллектуальных и творческих способностей. Особую эффективность художественно - эстетическому циклу придает интеграция всех видов искусства и внедрение его в различные виды деятельности.

Внедрение нетрадиционных форм проведения занятий и уроков в учебном процессе реализуется через следующие дисциплины:

1. Музыкальное искусство: эстетическое восприятие и основы музыкального искусства; опыт музыкально-творческой деятельности; студия эстрадного вокала; хоровая студия; музыка на занятиях и уроках, в режимных моментах. Музыкотерапия - это влияние музыки на состояние здоровья детей.
2. Танцевальное искусство: ритмопластика; классический танец; современные танцы; мимика и выразительность жеста.
3. Театральное искусство: актерское мастерство; сценическая речь; сценическое движение; декламация.
4. Изобразительное искусство: беседы о художниках и жанрах изобразительно-прикладного искусства; живопись; скульптура (глина, пластилин); бумагопластика; аппликация из различных материалов; компьютерное конструирование; графика; дизайн; художественный труд.
5. Этика, этикет, уроки нравственности.

Художественно-эстетическое развитие способствует целостному восприятию мира воспитанниками. Как элемент здоровьесберегающих технологий этот блок очень важен для сохранения здоровья ребенка и его успешности в будущем.

В нашем учреждении педагоги используют и элементы других здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательном процессе и в режимных моментах:

- точечный массаж, массаж рук и стоп, используется для воздействия на биологически активные точки, которые влияют на улучшение здоровья детей;
- дорожку здоровья - для профилактики плоскостопия;
- дыхательную гимнастику,

поддувание легких предметов - для улучшения кровоснабжения лёгких и увеличения их объёма;

- игры в физкультурном уголке и на свежем воздухе - элементы закаливания и снятие психоэмоционального напряжения;
- занятия физкультурой на свежем воздухе и в спортивном зале, обливание душем - закаливание, укрепление иммунной системы.

Следующее направление нашей работы - это построение единого учебно-воспитательного процесса в технологии деятельностного метода обучения, которая способствует саморазвитию личности воспитанников, их способности к обучению, познанию, сотрудничеству, освоению и преобразованию окружающего мира.

Метод обучения, при котором ребенок не получает знания в готовом виде, а добывает их сам в процессе собственной учебно-познавательной деятельности, мы называемся деятельностным методом.

По заключению государственной СЭС РФ программа «Школа 2000 ...» признана здоровьесберегающей и отмечена Премией Президента РФ в области образования за 2002 год.

Активно ведётся использование современных информационно - коммуникационных технологий в воспитательном - образовательном процессе:

- это занятия и уроки по компьютерному конструированию;
- использование интерактивной доски в организации уроков и занятий.

В начальной школе - детском саду создана Корпоративная система контроля и управления воспитательно-образовательным процессом - система электронного документооборота Pay Doc в административном блоке с целью совершенствования планирования, контроля и обеспечения качества образовательного процесса.

У нас 100% компьютерная грамотность всех педагогов дошкольного и начального школьного отделений, узких специалистов.

Организация учебно-воспитательного процесса с использованием здоровьесберегающих технологий показала следующие результаты:

- низкую заболеваемость и высокий индекс здоровья;
- легкую адаптацию в группах раннего возраста;
- легкую адаптацию в начальной школе;
- положительную динамику развития социальных процессов в детских коллективах;
- благоприятный микроклимат в коллективе;

- расширение связей в профессиональном сообществе;
- снижение утомляемости, тревожности воспитанников;
- высокий уровень творческих способностей;
- заинтересованность родителей. Родитель - как равноправный участник воспитательно-образовательного процесса;
- высокий рейтинг среди образовательных учреждений района.

Индекс здоровья вырос с 20% (2009г.) до 22,5% (2012г.), (по г. Ярославлю 13,8%). Повысился лёгкий уровень адаптации детей раннего возраста к детскому саду с 92% (2009г.) до 96% (2012г.) (по г. Ярославлю 57,2%). Лёгкий уровень социально - психологической адаптации детей к школе повысился с 96 % (2009г.) до 98% (2012г.).

Программный материал обучающимися в 2011-2012 учебном году освоен полностью на высоком уровне. Об этом говорят такие результаты: в школе обучается на данный момент 110 учащихся. Из них 27 учащихся закончили учебный год на отлично, что составляет 25%. На «4» и «5» - 74 человека, что составляет 67%. Качество знаний в целом по школе 92%.

С 2006 года Начальная школа - детский сад №115 является Федеральной экспериментальной площадкой Академии повышения квалификации и профессиональной переподготовки работников образования РФ г. Москва по различным проектам.

Учреждение является муниципальной инновационной площадкой, реализуя проекты:

1. «Здоровьесберегающие технологии в воспитательно-образовательном процессе. Программа параллельно-раздельного воспитания и обучения мальчиков и девочек».
2. «Мониторинг образовательной среды».
3. «Использование Программно-методического комплекса «Социомониторинг» в проектировании воспитательного - образовательного процесса».

Высокий образовательный и профессиональный уровень педагогов начальной школы - детского сада позволяет участвовать в инновационной и экспериментальной работе учреждения и организовывать сетевое взаимодействие педагогов города.

В учреждении работают 36 педагогов, 96% которых имеют высшее образование; 80% имеют высшую и первую квалификационные категории. 100% педагогов прошли курсы повышения квалификации.

**ВНЕДРЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ,  
СПОСОБСТВУЮЩИХ СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ  
ДОШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ В МБДОУ «ДЕТСКИЙ  
САД №30» КОМПЕНСИРУЮЩЕГО ВИДА  
ГОРОДА БАРНАУЛА**



Баженова Е.В., учитель-дефектолог  
МБДОУ «Детский сад №30»  
компенсирующего вида г. Барнаула

Наш детский сад посещают дети с нарушениями зрения. Основной контингент составляют дошкольники от 2 до 7 лет с амблиопией и косоглазием, нередки и такие формы зрительной патологии, как близорукость, дальнозоркость, нистагм, астигматизм. Направления работы в специализированном детском саду отличаются от обычных дошкольных учреждений: обучением и воспитанием детей занимается не только

воспитатель, но и тифлопедагог, логопед, медсестра - ортоптистка. У каждого специалиста своя программа, которую ребенок должен освоить. В этой связи весьма актуальным становится вопрос о внедрении в практику работы ДОУ здоровьесберегающих образовательных технологий - такой организации образовательного процесса на всех его уровнях, при которой, качественное обучение, развитие и воспитание детей происходят без ущерба их здоровью, способствуют его укреплению. Поэтому в практической деятельности педагогов ДОУ нашли широкое применение элементы здоровьесберегающей технологии академика В.Ф. Базарного.

Чрезмерный объем получаемой детьми информация в образовательной деятельности приводит к умственным перегрузкам, сокращается время для двигательной активности и свободной деятельности детей. Решение данной проблемы мы нашли в интеграции, так как суммарное воздействие образовательных компонентов на воспитанников во много раз активнее и предпочтительнее, чем влияние каждого из них по отдельности. Здоровьеразвивающая технология академика В.Ф. Базарного как никакая другая, подходит для снятия явно завышенной нагрузки, так как любое занятие интегрированное, а форма его организации - это игра, сказка, путешествие, которое не утомляет, а увлекает, да ещё как добрый доктор берегает здоровье малышей.

Заповедь Базарного «Не усади!» предполагает движение, поэтому мы стараемся проводить различную деятельность детей в режиме смены динамических поз. Часть времени дети проводят стоя: они могут слушать, рассматривать удаленные предметы, другую часть времени дети проводят сидя, тем самым сохраняется и укрепляется позвоночник, формируется осанка. Дети



вначале могут стоять не более 3-5 минут, затем длительность постепенно увеличивается до половины занятия.

В.Ф. Базарный писал «Движение - это воздух, а без воздуха мы задыхаемся», поэтому организация деятельности детей в режиме постоянного движения позволяет развивать у воспитанников зрительно-моторную реакцию, в частности ориентацию в пространстве, создать условия для проявления индивидуальных и возрастных особенностей детей, сформировать атмосферу доверительного отношения, в наибольшей степени служит оптимальному общему развитию каждого ребенка. Режим «динамической смены поз» повышает общую сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям, осуществляется профилактика близорукости, обеспечивается оптимальное функциональное состояние сердечно-сосудистой системы организма, стабилизируются процессы возбуждения и торможения в центральной нервной системе. Данный режим оказывает благотворное влияние на следующие факторы: поддержание физической, психической активности умственной сферы; имеет высокие показатели физического развития здоровья; повышается иммунная система; улучшаются ростовые процессы; развивается координация всех органов (зрительно-ручной, телесно-координаторной, психоэмоциональной); снижается степень низкой склоняемости головы.

«Никакой преграды глазу!» - еще один принцип В. Ф. Базарного. Зрение - самый мощный источник наших знаний о внешнем мире, одно из наиболее сложных, удивительных и прекрасных свойств живой материи, поэтому глаза заслуживают исключительного внимания и бережного отношения. Сохранить зрение, научить ребенка рационально им пользоваться - важнейшая задача, которая успешно решается в нашем дошкольном образовательном учреждении и родителями в условиях семейного воспитания. Обязательным условием стало проведение зрительной гимнастики в сочетании с двигательной активностью, особенно в формах организации деятельности детей, имеющих монотонный характер и предполагающих большую зрительную нагрузку (рисование, аппликация, конструирование). Для разминок и упражнений на зрительную координацию используем схемы зрительных траекторий. На потолке или стене располагаются различные зрительные ориентиры, детям предлагается найти глазами какую-либо игрушку или фигуру. Затем «пробежать» глазами по кругу, в обратную сторону, затем снизу вверх, сверху вниз. Также используются в работе педагогов ДОО упражнения на зрительную координацию. Влияние таких упражнений: данный тренаж оказывает благоприятное влияние на развитие зрительно-моторной реакции; на скорость ориентации в пространстве; у детей развивается зрительно-двигательная поисковая активность, а так же зрительно-ручная и телесная координация; дошкольники становятся внимательными, зоркими. Очень важно, чтобы каждый ребенок находился на своей рабочей дистанции, которая определяется врачом-офтальмологом на начало года по результатам обследования на предмет остроты зрения и рефракции на оба глаза.

Широко используются зрительно-координаторные тренажи, с помощью опорных зрительно-двигательных траекторий (офтальмотренажеры). В кабинете учителя-дефектолога на стене оформлена диаграмма, при этом цвета соответствуют следующим требованиям: наружный овал - красный, внутренний - зеленый, крест коричнево-золотистый, восьмерка - ярко-голубым цветом. Данный тренаж чаще выполняем после работы, которая требовала от детей приложения усилий, так как снимается напряжение, психическая утомляемость и избыточная нервная возбудимость.

Упражнения на мышечно-телесную координацию организуется в режиме движения наглядного материала, постоянного поиска и выполнения активизирующих внимание детей заданий. Всевозможные карточки могут оказаться в любой точке группы, кабинета. Дети ищут их, тем самым переключают зрение с ближнего, на дальнее расстояние, и, наоборот. Для двигательной активности используются «сенсорные кресты», которые развешены под потолком в групповых комнатах. На них закрепляются различные объекты (плоские и объёмные геометрические фигуры, буквы, иллюстрации и пр.). Воспитатель в ходе организованной образовательной деятельности периодически обращает внимание детей на то или иное пособие, просит что-то найти, проанализировать, дать характеристику и т.д. Дошкольники ищут глазами нужный материал, тем самым тренируя зрение, устраняя усталость и напряжение с глаз.

Методика В.Ф. Базарного обеспечивает реализацию главной задачи каждого образовательного учреждения - выполнение базовых федеральных законов РФ «О гарантиях прав ребенка РФ», «Об охране здоровья граждан», «Об образовании» и запрос общества на здоровое поколение.

#### Литература.

1. Антропова М.В. Родителям о здоровье школьников, М., 1975.
2. Базарный В.Ф. Здоровье и развитие ребенка: Экспресс-контроль в школе и дома. - М., 2005. - 176с.
3. Базарный В. Ф. «Нервно-психическое утомление учащихся в традиционной школьной среде». Сергиев Посад, 1995.
4. Бутова С.В. Оздоровительные упражнения на уроках // «Начальная школа». - 2006, № 8. С. 98.
5. Карасева Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // «Начальная школа», 2005. - № 11. С. 75.
6. Митина Е.П. Здоровьесберегающие технологии сегодня и завтра // «Начальная школа», 2006, № 6. С. 56-58.
7. Демирчоглян Г. «Детское зрение» (Советы по профилактике близорукости у детей) - М., 1998
8. Ермаков В.П., Якунин Г.А. «Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями Зрения» - М., 1990
9. «Обучение и воспитание дошкольников с нарушением зрения» (из опыта работы) под ред. Земцовой М.И. - М., 1978



## **ФОРМИРОВАНИЕ УСПЕШНОЙ ЗДОРОВОЙ ТВОРЧЕСКОЙ ЛИЧНОСТИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА ЧЕРЕЗ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ МЕТОДИКИ В.Ф. БАЗАРНОГО**

Бокова Г.И., учитель начальных классов  
МКОУ «Волчихинская СОШ №1»

### **Актуальность**

Интенсификация учебного процесса создает предпосылки для нервно-психического напряжения.

- 1) Гиподинамия на уроке.
- 2) Снижение умственной работоспособности.
- 3) Нарушение осанки.
- 4) Развитие плоскостопие.

Задача: воспитание нравственно и физически здорового гражданина, способного взять на себя будущее страны.

Цель: создать условия для формирования успешной здоровой творческой личности младшего школьника.

Школа дает подрастающему поколению глубокие и прочные знания, обеспечивает всестороннее развитие личности.

Мне не безразлично, какой ценной для здоровья приобретаются эти знания. По результатам диагностирования выявлена проблема ухудшения здоровья учащихся к окончанию школы. Наблюдая за учениками младших классов, я заметила, что они чрезмерно склоняют голову при чтении и письме. Чаще всего склонение встречалось у младших школьников начавших обучение с 6 лет. Это связано с нагрузкой на ближнее зрение. Чрезмерное низкое склонение отрицательно влияет на весь организм школьника: ухудшается зрение, нарушается осанка, ухудшается работа сердечно-сосудистой системы.

Малая двигательная активность детей во время уроков приводит к общему расслаблению мускулатуры, в том числе и мышц стопы. Одной физминутки на уроке не достаточно, чтобы снять нервно-мышечное напряжение и укрепить здоровье детей.

Но альтернатива есть - смена «динамических поз» (стоя-сидя) при обучении по методике В.Ф. Базарного. Важен сам факт смены поз. Чем чаще ученик меняет положение тела, тем естественней он себя чувствует.

Движение - это жизнь. За комфорт, а точнее за свою лень (имеется в виду сидячий образ жизни) людям приходится расплачиваться здоровьем.

(Вспомнилась производственная гимнастика Советских времен.) Движение, прямохождение, прямостояние - это выработанная «телесная

вертикаль» человеческого существования. Вмешиваясь в природу, мы вторгаемся в ранимую область здоровья, наносим ему вред.

Детские сады не приспособлены к тому, чтобы создать условия для детей в режиме чередования положений сидя-стоя. У детей нет выбора. На протяжении сидячего процесса обучения они копят болезни и портят здоровье. Некоторые дети приходят в школу уже с нарушением осанки и зрения.

Дети моего класса очень подвижны. На уроках, работая только в сидячем положении, они быстро уставали, начинали возиться, иногда вставали.

В школьной мастерской из старых парт старше ребята с учителем трудового обучения изготовили конторки. Родители помогли их покрасить. Конторки соответствуют росту учащихся, ближний верхний край находится на уровне грудной клетки. Угол наклона столешницы  $15^{\circ}$ - $17^{\circ}$ . В течение урока дети меняют положение тела 3-4 раза, т.е. через каждые 10-15 мин. В 1-м классе дети меняются местами через каждые 5 минут. Слайд

Стоя за конторкой невозможно сутулиться. Костно-мышечный аппарат раскрепощен, и кровоток не нарушен. Ребенок развивается в своей естественной физиологической телесности. Работа за конторкой стоя формирует у ребенка чувства координации и равновесия, является профилактикой нарушений опорно-двигательного аппарата, заболеваний сердечно-сосудистой системы, предупреждает появление близорукости. Рабочий угол наклона является более эффективным для глаз, чем горизонтальная поверхность парты. Конторка позволяет ребенку самостоятельно регулировать свою активность и исключает принудительное физическое расслабление во время уроков. В итоге, дети растут весь год, а не только летом, когда обычные школьники во время каникул имеют максимальную двигательную активность. Непрерывный рост менее повреждает сосуды и не оказывает нагрузку на сердечную систему.

При сидячем образе жизни мышцы стопы ослабевают и не удерживают вес человека, развивается плоскостопие. Работая в динамическом режиме, мышцы ног и спины со временем укрепляются.

Холодный пол в старом школьном здании зимой не позволяет детям стоять за конторкой в х/б носочках на ковриках. Я предлагаю детям в классе переобуться в более легкую обувь. В другое время года ученики стоят на массажных ковриках с пришитыми на них пуговицами, сшитых родителями.

Письмо является одним из основных средств деятельности ученика. Наблюдения показали, что письмо, выработанное стоя за конторкой, отличается каллиграфией. Важная часть работы над каллиграфией - развитие тонкой моторики. Лепка, вырезание ножницами мелких деталей, рисование карандашом, штриховка. Этим я целенаправленно занимаюсь на уроках трудового обучения и ИЗО. Ученик не может делать быстро то, что не научился делать легко. Поэтому не освоенное быстрое письмо приводит к школьному стрессу, повышенной утомляемости и заболеваемости. Безотрывное письмо шариковой ручкой вызывает перенапряжение у первоклассников, так как она не приспособлена к дозированной нагрузке. А ребенок не может в процессе

овладения письмом регулировать свою нагрузку на руку. В 2013 -2014 учебном

году ко мне придут учиться первоклашки. Я планирую обучение письму начать с письма карандашом.

Большое внимание уделяю профилактике нарушений зрения. Шторы в моем кабинете занимаю 2/3 части сверху окна. Нижняя часть окна свободна. Это позволяет ученикам отвести взгляд и перестроить зрение на дальние предметы, тем самым снять зрительное и мышечное напряжение.

В классе присутствует тренажер - схема из разноцветных линий, образующих «8» и «крест», вписанный в овал. Передвигая взгляд по направлению стрелок, глаза детей отдыхают. Особенно такой отдых глазам нужен после чтения и выполнения письменных работ. На уроках регулярно устраиваю специальную разгрузку с переводом зрения на дальние дистанции. Дети рассматривают нарисованные на потолке предметы. Это позволяет не только переключить взгляд из режима ближнего на режим дальнего зрения, но и предотвращать остеохондроз, связанный с неподвижностью шейного отдела позвоночника, а также стимулировать кровообращение мозга. Дети с проблемами в шейном отделе рассматривают разноцветные флажки, висящие над доской.

На стене вывешиваю широкоформатные картины с изображением природных ландшафтов для переключения взгляда на режим дальнего зрения. Кроме того, картина помогает смягчить воздействие экологически агрессивного замкнутого пространства. Использование сенсорно-моторных тренажей позволяет ученикам совершать синхронно-сочетанные движения глазами, головой и туловищем.

В четырех верхних углах классной комнаты фиксируются яркие, привлекающие внимание образно-сюжетные изображения. Это могут быть сюжеты-пейзажи из природы, сцены-иллюстрации из народных сказок, сюжеты из космической тематики, дорожные знаки. Средние размеры картин в пределах 1 листа А-4. Под каждой картинкой помещается одна из четырех цифр. Все вместе картины составляют развивающийся в логической последовательности сюжетно-образный комплекс. Каждый сюжетный комплекс меняю через каждые две недели. Я считаю 1-2-3-4. Дети быстро фиксируют взгляд по очереди на соответствующей данной цифре картинке. Через 30 секунд режим счета меняется на противоположный (4-3-2-1). Общая продолжительность тренажа составляет 1,5 минуты. Я использую их при зрительном - напряженном либо умственно-напряженном уроке, при занятии за компьютером. Такие упражнения повышают эффективность учебно-воспитательного процесса.

Работаю с наглядным материалом, максимально удаленным от глаз ребенка.

Для этого используются подвижные «сенсорные кресты»: деревянные планки, подвешенные в углу класса, на которых располагаются дидактические материалы. Карточки с заданиями и ответами, разнообразные по форме, цвету и размеру, раскладываются в любой точке класса. Дети всматриваются в удаленные наглядные материалы и таким образом снимают напряжение с глазных мышц. Карточки с дидактическими заданиями могут быть развешаны везде: на книжных полках, на окне, на стенах. Ученики анализируют, объединяют понятия в группы, исключают лишнее.

Пение - мощное средство гармонизирования нервной системы и психики, профилактики заболеваний голосового аппарата и органов дыхания у детей. Я

сама пою, на уроках мы поем хором с детьми.

Наиболее эффективными упражнениями, повышающими физическую и психическую активность детей на уроке, в том числе предупреждающими их утомление те, которые были сориентированы на активизацию мышечно-телесного, в том числе зрительного чувства координации (сочетание движения глазами, головой и туловищем.) Все упражнения выполняются в позе свободного стояния. Каждое упражнение базируется на зрительно-поисковых стимулах.

В результате применения комплекса мер, рекомендованных методикой В.Ф. Базарного, имею следующие результаты.

В моем классе в 2009-2010 учебном году количество пропущенных дней по болезни на человека в год составляло - 3,6 дня. В других классах параллели - 8 дней. В 2010-2011 учебном году соответственно 2 дня и 5 дней в 2011-2012 - 2,8 дня и 4 дня.

С 2006-2007 учебного года не отмечаются заболевания опорно-двигательного аппарата, и не возросло количество заболеваний связанных со зрением (1). Девочка пришла в школу уже с нарушенным зрением.

В конце учебного дня уровень умственной работоспособности падает на 10-12% это естественный процесс. Этот показатель на 10% выше, чем в других классах параллели.

С 2006-2007 учебного года мой класс занимает призовые места в школьных конкурсах «Здоровый класс», «Здоровый ученик». «Самый здоровый ученик» - ученик моего класса Шампоров Ян.

Качество знаний по классу возросло с 73% до 79%, успеваемость 100%. Дети активны, умеют чередовать умственный труд с отдыхом. Они меньше устают, больше успевают.

Ученики ощущают себя счастливыми.

Каждый урок оставляет в душе ребенка только положительные эмоции.

Дети испытывают ощущение комфорта, защищенности и интерес к моим урокам. Этому не научит ни один учебник, это осваивается самостоятельно. Это наш самостоятельный путь к мастерству. Он непрост, но наполняет смыслом мою жизнь.

Повысились функциональные возможности организма учащихся. Вырос уровень физического развития и физической подготовленности школьников.

Повысился приоритет здорового образа жизни, мотивация к двигательной деятельности.

Повысилась профессиональная компетенция и заинтересованность меня, как педагога в сохранении и укреплении здоровья школьников. Есть поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей.

Используя технологию В.Ф. Базарного, я создала условия для формирования успешной творческой личности, научила детей заботиться и укреплять своё здоровье. Эта методика помогла мне стать свободной, раскрепощенной, повысить свой творческий потенциал, а также значимость и престиж своей профессии в обществе. И только такой учитель сделает свободным и раскрепощенным подрастающее поколение, способное взять на себя будущее страны. Итоги конкурса видеофрагментов уроков с использованием методики В.Ф. Базарного (грамота за 3 место), придали мне еще большую уверенность. Я на правильном пути.

«В свое время общество сделало четкий социальный заказ школе: аттестат на зрелость. А ведь зрелым может быть только «здоровая, цельная, творческая личность» В.Ф. Базарный.



### **ТЕХНОЛОГИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В.Ф. БАЗАРНОГО В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС**

Гридунов А.П., директор  
МКОУ «Гришинская ООШ»  
Заринского района

Принимая новую комплексную программу развития школы (2011-2015г.г.), направленную на разработку конкретных механизмов, позволяющих сформировать в школе условия, стимулирующие создание развивающей среды для учащихся и педагогов в рамках введения ФГОС начального образования и подготовки к переходу основной школы на стандарты второго поколения, перед школой встала задача - создание нового развивающего образовательного пространства, направленного на всестороннее развитие интеллектуального потенциала ребенка, становления и развития его духовных потребностей, формирования потребности к саморазвитию и самообучению при сохранении здоровья.

Здоровье - бесценный дар, который преподносит человеку природа. Учёными установлено, что здоровье человека на 10 % зависит от деятельности системы здравоохранения, на 20 % - от наследственных факторов, на 20 % от экологии, на 50% - от самого человека. По современным представлениям в понятие «здоровый образ жизни», как одна из составляющих, входит

организация двигательной активности. Гиподинамию (недостаток двигательной активности) называют одним из главных пороков 21 века, который коснулся не только взрослого населения, но и детей. Школьники по 5 - 6 часов проводят за партой, затем занимаются дома. По результатам исследований российских психологов, в среднем, ученик начальной школы, который учится на «4» и «5», проводит за письменным столом дома не менее 2,5 — 3 часов; шестиклассник — 3-4 часа; старшеклассник - 6 и более часов.

Давно замечено, что здоровье детей к окончанию школы ухудшается. Необходимо было найти такие, здоровьесберегающие технологии, которые бы позволили не только сохранить здоровье детей, но и поправить его. Поиски нас привели к теории «Сенсорной свободы и психомоторного раскрепощения», на базе которой разработана и широко апробирована целостная система здоровьесберегающей технологии. Создатель данной теории Владимир Филиппович Базарный. Данная технология не просто укрепляет и развивает здоровье детей, но и способствует прочному усвоению знаний, без перегрузок и переутомления.

Первым шагом стало создание специальных конторок с наклонной поверхностью, которые подбирались под рост каждого ребёнка. Дети получили возможность, когда они устают, встать и работать за конторкой, укрепляя тем самым позвоночник, сохраняя правильную осанку. Это называется режим смены динамических поз. В первом классе ребята переходят с парты за конторку и обратно по команде учителя. Они разуваяются и в носочках становятся на массажные коврики за конторку. А, впоследствии, дети сами определяют, когда и в какой позе им работать. Условия школы позволяют каждому ребёнку иметь свою конторку. Конторки и массажные коврики были изготовлены своими силами. Массаж стоп оказывает оздоравливающий эффект на весь организм в целом, т.к. на стопе имеется проекция всех органов. Улучшается общее состояние, стимулирует активные точки и зоны, повышает иммунную систему, мобилизует внутренние силы организма, является прекрасным средством от плоскостопия. Нашим детям очень нравится ходить в носочках по своим массажным коврикам, перекачиваться с пяточки на носочек.

Уроки стали проводиться в режиме постоянного зрительного поиска, в режиме движения наглядного материала. Наши учителя используют подвижные «сенсорные кресты», на которых развешиваются карточки - задания. Карточки - задания или ответы развешены и в любой точке класса. Дети ищут их по «меткам», тем самым переключают зрение с ближнего на дальнее расстояние и наоборот.

Используются и специальные держалки для развития речемоторной функции при шаговом чтении текста. Например, учитель показывает дидактический материал сначала с близкого расстояния, а затем постепенно отходит от учеников, тренируя тем самым мышцы глаза.

В.Ф. Базарный большое внимание уделяет окружающему пространству ребенка. Он говорит, что пространство - это высшая свобода моторики. Вне пространства дети впадают в состояние хронической угнетенности. Здесь мы используем «экологическое панно», оно вносит огромную экспрессивность в



развивающую среду. Это большая картина на одной из стен класса, где изображена наша сельская природа. Панно меняется с приходом нового времени года. Дети подходят к картине и выполняют задания учителя. На панно разыгрываются целостные сюжеты, тесно связанные с природой, и ребенку предлагается уже не сухая абстрактная информация.

По методике В.Ф. Базарного учитывается психологическое воздействие цвета на ребенка. Поэтому весь материал урока готовится только в цвете.

белый - ухудшает настроение, вселяет не совсем ответственное отношение ко всему;

чёрный — в небольшой дозе сосредотачивает внимание, в большой — вызывает мрачные мысли;

красный - возбуждает, раздражает;

голубой - ухудшает настроение;

зелёный - улучшает настроение, успокаивает;

жёлтый - тёплый и весёлый, создаёт хорошее настроение.

коричневый - в сочетании с яркими цветами создаёт уют, без сочетания

указанных цветов усиливает дискомфорт, сужает кругозор, вызывает печаль, сон, депрессию.

Интересна методика сенсорно-координаторных тренажей с помощью меняющихся зрительно-сигнальных сюжетов. В четырех верхних углах размещены образно-сюжетные картины. Это сказочные герои, природа, животные. Все вместе картины составляют единый сюжет. Размеры картин не больше стандартного альбомного листа, каждая картина пронумерована: 1,2,3,4. Дети фиксируют взгляд по команде учителя на нужной цифре, картинке, цвете, им приходится выполнять повороты в прыжке, с хлопком, с проговариванием. Данная работа развивает зрительно-моторную реакцию, скорость ориентации. Это пригодится и в различных жизненных ситуациях, когда надо принять быстрое решение. Ребята становятся более внимательными, зоркими. Я видел, с каким удовольствием дети выполняют эти упражнения на физкультминутке.

С целью смягчения неблагоприятных последствий воздействия фактора закрытых помещений и ограниченных пространств используются зрительно-координаторные тренажи, с помощью опорных зрительно-двигательных траекторий.

Для этого на потолке нарисована диаграмма, при этом цвета соответствуют следующим требованиям: наружный овал - красный, внутренний - зеленый, крест коричнево-золотистый, восьмерка - ярко-голубым цветом.

Стоя на массажных ковриках или на полу, с вытянутыми вперед руками, под музыку, дети поочередно обводят указательным пальцем траектории с одновременным слезением за ним органом зрения, туловищем, руками. Учитель помогает, на первых порах, лучом лазерной указки, вести зрительное внимание детей. Данный тренаж чаще выполняем после работы, которая

требовала от детей приложения усилий, т.к. она прекрасно снимает напряжение, расслабляет, снимает психическую утомляемость и избыточную нервную возбудимость. Способствует доброжелательности, улучшает чувство гармонии и ритма, развивает зрительно-ручную координацию.

Мы не можем полностью применить всю методику В.Ф. Базарного. Это прежде всего гендерное обучение. Наша школа малокомплектная и разделение учеников невозможно. Не применяется у нас и письмо перьевыми ручками. Но многие элементы данной методики используются нашими учителями: это методика динамических поз, экологическое панно, методика коллективных и индивидуальных сенсорных тренажей и др. Самое важное методика Базарного не затрагивает материалы учебного процесса. Наши дети все так же учатся читать, писать, считать, но делают это в свободной, непринужденной, активной форме, главное здесь меняется подход к обучению, сохраняя здоровье детей. Работая по данной методике третий год, можно уже сказать о некоторых результатах. Мониторинг показал, что здоровье наших детей не ухудшилось. А пятиклассники и их родители попросили установку конторок в других классах, где они занимаются. Эту просьбу мы выполнили. Теперь в каждом классе есть конторки. И еще, в этом году на базе нашей школы будет открыта группа детского сада, поэтому работа по методике В.Ф. Базарного начнется у нас с малышей.

## **СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ ЧЕРЕЗ ПРИМЕНЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ**



### **В.Ф. БАЗАРНОГО**

Гурьянова Л.П., учитель  
начальных классов  
МБОУ «СОШ №30 г. Новоалтайска»

*Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте  
его крепким и здоровым: пусть он работает, действует,  
бегает, кричит, пусть он находится в постоянном  
движении!  
Жан-Жак Руссо*

Стандарт второго поколения особое значение придает здоровьесбережению школьников. Образовательное учреждение должно организовать учебную деятельность так, чтобы обеспечить школьнику

возможность сохранения здоровья за период обучения в школе. Формирование здорового образа жизни должно происходить непрерывно и целенаправленно. Чтобы сформировать гармонично развитую личность, необходимо создать условия для полноценного сохранения и укрепления здоровья, обучения здоровью, формирования культуры здоровья, усвоения ее духовно-нравственных, эстетических, физических компонентов.

В решении этой задачи большую роль играет готовность учителя к формированию здорового образа жизни учащихся, личностный опыт сохранения и приумножения здоровья.

В своей работе я ориентируюсь не только на усвоение ребенком знаний и представлений, но и на становление его мотивационной сферы, гигиенического поведения, реализации усвоенных знаний в повседневной жизни. Ребенок, изучая себя, особенности своего организма, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать свое здоровье. Методика работы с детьми строится в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребенком, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность детей. Исходя из возрастных особенностей младших школьников, в содержание занятий здоровья включаю работу с интерактивной доской, использую видеосюжеты и игровые элементы. Это все прописано в Программе «Здоровье», по которой я работаю в рамках внеурочной деятельности.

Проводятся занятия школьного психолога и логопеда. Каждый ребенок получает 2 раза в день горячее питание. В классе оборудован игровой уголок, где дети, сняв обувь, отдыхают на ковре, играют в различные настольные игры.

Все мы знаем, к чему ведет недостаток движений, особенно в жизни детей младшего школьного возраста. Но ведь удобнее вести урок, когда в классе тишина, руки дети сложены на столе и сидит ребенок смирно. А слушает ли он нас, усваивает ли то, о чем мы говорим. Нет, в большинстве случаев он нас не слышит. Ему хочется двигаться, высказать свое мнение. От правильной организации во многом зависят здоровье и работоспособность учащихся. Спасибо Владимиру Филипповичу, что он смог «поднять» большое количество педагогов, которые понимают, что дети очень активны и постоянно ищут возможность двигаться. Мой стаж работы по методике В.Ф. Базарного маленький. Но за тот период работы увидела результаты в улучшении и сохранении здоровья детей. Работая по данной методике, внедряю в образовательный процесс технологии, которые меняют подход к обучению, не затрагивая материалы учебного процесса.

Это:

- обучение учащихся в режиме динамических поз (конторки);
- зрительно-координатный тренажер;
- использование классической музыки при самостоятельной работе на уроках;
- массажные коврики;
- физминутки.

Учебное расписание составляется с учетом проведения игрового часа на свежем, воздухе, в спортивном зале или, в отлично оборудованном тренажерном зале.

Каждый месяц переставляю столы, используя различные варианты. Часто столы

стоят так, чтобы была возможность для работы в группах и парах. На столах в конце класса и напротив окна постоянно стоят конторки. Ученики класса сами решают, как им работать, стоя или сидя. Во время урока ребенок спокойно может сесть или встать. Потребность работать стоя у детей увеличивается, т.к. они вместе со мной наблюдают результаты.

Родители класса легко идут на сотрудничество. Сшили коврики из натуральных материалов. На них нашили разного размера пуговицы. Постарались сделать так, чтобы ребенок с удовольствием делал массаж на коврике (форма и расцветка у всех разная). Температурный режим в классной комнате позволяет детям находиться без обуви. При выполнении физкультминутки обувь снимается. Все встают на массажные коврики и выполняют упражнения. Особенно важны такие упражнения для предупреждения плоскостопия.

Моя задача индивидуально подойти к каждому ребенку при организации учебного процесса. Родители в начале учебного года приносят рекомендации от врачей. Освобожденных от урока физкультуры детей в классе нет.

Часть родителей убедились в пользе конторок и выполняет некоторые рекомендации при выполнении домашних заданий.

Каждый день за пять минут до первого урока занимаемся зарядкой. В течение урока провожу не менее двух физминуток. Для укрепления зрения обязательны упражнения, направленные на сохранение остроты зрения. Для этого в классе висит тренажер-схема. Упражнения должны быть интересными, чтобы дети их делали их с охотой. Иначе желаемого результата они не дадут.

Для укрепления зрения обязательны упражнения, направленные на сохранение остроты зрения. Для этого в классе висит тренажер-схема. Упражнения должны быть интересными, чтобы дети их делали их с охотой. Иначе желаемого результата они не дадут.

В процессе работы получена положительная динамика. По результатам медицинского осмотра на конец обучения в 4 классе у детей улучшилась осанка, процент простудными заболеваниями снизился. Наблюдения показали, что работая за конторками, у детей повысилось внимание, психическая устойчивость, снизилась утомляемость, развились творческие способности детей, появилась раскрепощенность суждений, выросла двигательная активность. Особенно это просматривается у детей с СДВГ.

Получив положительный результат при внедрении данной технологии, активно работаю по распространению своего опыта, который используется учителями школы, города и края. Повышению роста педагогического мастерства способствует работа по теме самообразования «Внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс», проведение открытых уроков для заместителей директоров школ (2010) и директоров школ (2011), учителей города и края в эти же годы.

В феврале 2012 года провела открытый урок математики с применением здоровьесберегающих технологий В.Ф.Базарного в рамках краевого семинара. Приняла участие в конкурсе видеофрагментов урока с применением здоровьеразвивающих методик В.Ф. Базарного.

Дети моего класса очень жизнерадостные, спортивные. Принимают активное

участие совместно с родителями в проведении Дней здоровья, спортивных соревнованиях.

В данный момент я продолжаю работать с детьми нового набора, применяя элементы здоровьесберегающих технологий В.Ф. Базарного, т.к. это дает значительные положительные результаты в сохранении и укреплении здоровья учащихся.



## ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В.Ф. БАЗАРНОГО В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ



Жданова Т.Г., Рыбкина О.Н.,  
учителя начальных классов  
МБОУ «Гимназия №8 г. Новоалтайска»

### I. Эффективность использования элементов здоровьесберегающих технологий в учебном процессе.

По результатам диагностирования (2010 г.) выпускников начальной школы выявлено ухудшение здоровья учащихся. Эта проблема с подвигла нас на поиск технологий, сохраняющих и улучшающих здоровье школьников.

Второй год мы работаем, применяя здоровьесберегающие технологии профессора В.Ф. Базарного.

Благодаря данным технологиям достигается:

#### 1. Результат сохранения и улучшения здоровья учащихся.

По данным школьного врача после проведения медицинского обследования (2013 г.) имеются следующие результаты: из 41 человека (обследование проходили 2 классы) нарушение осанки у 2 человек (2011г. - 2 человека), нарушение зрения у 5 (2011г. - 5 человек).

В период с 2011 по 2013 год не отмечены заболевания опорнодвигательного аппарата, сердечно-сосудистых заболеваний, повышается иммунная система: количество дней пропущенных по болезни на человека в год - составляет в среднем 2 дня, улучшаются ростовые процессы: отмечен рост детей в среднем на 3-4 см.

#### 2. Повышение уровня успеваемости:

<b>Предмет</b>	<b>Итоги I полугодия 2011/2012 уч. года</b>	<b>Итоги II полугодия 2011/2012 уч. года</b>	<b>Итоги I полугодия 2012/2013уч.года</b>
Русский язык	90,0%	99,8%	100%
Математика	99,5%	100%	100%

#### 3. Психологический комфорт в образовательном учреждении.

По данным школьного психолога у 97% учащихся отмечено состояние адекватного мироощущения (психологическое, социальное и физическое благополучие), что свидетельствует об оптимальном функционировании



организма. В процессе обследования не выявлены дети, находящиеся в состоянии стресса, астении, дезадаптации.

4. Улучшение показателей физического развития здоровья:

<b>Скоростно - силовые Прыжки в длину</b>						
<b>мальчики</b>			<b>девочки</b>			
	<b>Низ.</b>	<b>Сред.</b>	<b>Выс.</b>	<b>Низ.</b>	<b>Сред.</b>	<b>Выс.</b>
<b>1 кл</b>	6	16	4	3	11	0
<b>2 кл</b>	1	11	9	2	6	3
<b>Скоростные Бег 20 метров</b>						
<b>1 кл</b>	7	16	3	5	7	2
<b>2 кл</b>	4	7	10	2	4	6
<b>Координационные Челночный бег 4х9</b>						
<b>1 кл</b>	6	20		5	8	1
<b>2 кл</b>	3	10	8		5	5

5. Повышается рейтинг и конкурентоспособность образовательного учреждения.

На данный момент в 1 класс поступило 63 заявления, в 2011 году - всего 30.

II. Основные методы и приёмы, применяемые в нашем образовательном учреждении

- Режим динамической смены поз.
- Построение занятий в режиме движения наглядного учебного материала, постоянного визуального поиска и выполнения активизирующих детей заданий.
- Зрительно-координаторные тренажи, с помощью опорных зрительно-двигательных траекторий (офтальмотренажеры).
- Упражнения на мышечно-телесную координацию.

2.1. Режим динамической смены поз.

Для реализации режима динамической смены поз используются:

1. парты и конторки с наклонной поверхностью;
2. ковёр, расположенный на полу в игровом уголке класса;
3. индивидуальные массажные коврики.

Парты, конторки с регулируемой поверхностью, ковёр.

Приобретены специальные парты и конторки с наклонной поверхностью, которые оптимально учитывают физиологические требования к занятиям в школе. Дети обучаются не только сидя, но и стоя, с возможностью, когда они устают, присесть или прилечь (на ковер), меняя положение тела 3-4 раза, т.е. через 10-15 минут. Наличие данного оборудования позволяет ребенку самостоятельно регулировать свою активность и исключает принудительное



физическое расслабление во время уроков. В итоге, дети имеют максимальную двигательную активность, что приводит к непрерывному росту ребёнка.

#### Массажные коврики

У каждого ребёнка есть свой массажный коврик из натуральных тканей (соломы, хлопка, шерсти и т.п.) с пришитыми в несколько рядов пуговицами или сплетенный из деревянных шариков («бусинок»). Массаж стоп имеет оздоравливающий эффект на весь организм в целом, т.к. на стопе имеется проекция всех органов, является прекрасным средством от плоскостопия. На ковриках дети выполняют упражнения перекачивания с пяточки на носочек, ходьбу на месте. При массаже улучшается общее состояние, стимулируются активные точки и зоны, повышается иммунная система, мобилизуются внутренние силы организма.

2.2. Построение занятий в режиме движения наглядного учебного материала, постоянного визуального поиска и выполнения активизирующих детей заданий.

Отличительной особенностью методики является то, что дидактический материал размещается на максимально возможном удалении от детей и эффективность зрительного восприятия повышается в условиях пространственного обзора.

Для этого мы используем передвижную магнитную доску. Дидактический материал показывается сначала с близкого расстояния, а затем постепенно учитель отходит от учеников, тренируя тем самым мышцы глаза.

Всевозможные карточки могут оказаться в любой точке класса. Дети ищут их, тем самым переключают зрение с ближнего на дальнее расстояние и наоборот.

Это позволяет предотвращать остеохондроз, связанный с неподвижностью шейного отдела позвоночника, а также стимулировать кровоснабжение мозга. .

2.3. Зрительно-координаторные тренажи, с помощью опорных зрительно-двигательных траекторий (офтальмотренажеры).

С помощью интерактивной доски детям предлагается диаграмма, при этом цвета соответствуют следующим требованиям:

- наружный овал — красный, внутренний - зеленый,
- крест коричнево-золотистый,
- восьмерка - ярко-голубым цветом.

Стоя на массажных ковриках с вытянутыми вперед руками, под музыку, дети поочередно обводят указательным пальцем траектории с одновременным слежением за ним органом зрения, туловищем, руками.

Затем рисуют воображаемую диаграмму на потолке, на стене, но с большим размахом и с большей амплитудой движения (учитель при этом пользуется лазерной указкой).

Данный тренаж выполняем после работы, которая требовала от детей приложения усилий, т.к. он снимает физическую и психоэмоциональную напряженность учащихся, расслабляет, служит профилактикой близорукости, нарушений осанки, тренирует вестибулярный аппарат.

2.4. Упражнения на мышечно-телесную, зрительную координацию.

- В четырех верхних углах кабинета размещаются образно-сюжетные изображения - это сцены из сказок, сюжеты пейзажей природы, изображения животных, а также геометрический материал, под каждой картинкой размещается в соответствующей последовательности одна из цифр.
- Средние размеры от 0,5 до 1 стандартного листа.
- Дети, находясь в свободном стоянии, на массажных ковриках, начинают живо фиксировать взгляд по команде на соответствующей цифре, картинке, цвете. Режим счета задается в случайной последовательности и меняется через 30 секунд. Общая продолжительность тренажа 1,5 минуты.
- Учащиеся с огромным удовольствием выполняют повороты в прыжке с хлопком, это вызывает положительный эмоциональный всплеск.

Влияние таких упражнений:

- данный тренаж оказывает благоприятное влияние на развитие зрительно-моторной реакции, поисковой активности;
- скорость ориентации в пространстве, а так же реакцию на экстренные ситуации в жизни;
- учащиеся становятся более внимательными.

2.5. Из здоровьесберегающих приемов мы используем массаж ушных раковин, массаж рук. Для сохранения правильной осанки мы стали использовать солевые мешочки. У учащихся с помощью внеклассной работы формируется ценность здорового образа жизни, правильного питания.

2.6. Положительно на здоровье учащихся оказывает учебно-воспитательный предмет детское хоровое пение. Поэтому учащиеся посещают детскую школу искусств, где с ними проводятся занятия не только по хоровому пению, но и занятия по театральному искусству.

2.7. Важная часть методики - развитие тонкой моторики и ручного творчества. Уже давно доказано, что психические функции развиваются через анализ предметов в исследовательских манипуляциях с предметами - лепку, конструирование, рисование. Так, что только письма в школе не достаточно для овладения тонкой моторикой. Поэтому и введены занятия внеурочной деятельности: «Робототехника» (где занимаются только мальчики) и «Ручное творчество» (для девочек). Преподаватели дополнительного обучения знают, что уровень развития и саморегуляции ребенка значительно возрастает при целенаправленном творческом ручном труде - ребенок сам создает трудное в исполнении ручное изделие (модель из конструктора, панно из бисера и т.д.).

Вывод: Использование здоровьесберегающих технологий Базарного позволяет оптимально организовать учебный процесс, работать на сохранение и

укрепление здоровья учащихся. Опыт показал, что детям данная методика нравится. При этом укрепляется весь опорно-двигательный аппарат, нет искривления позвоночника и болей в спине, повышаются психическая устойчивость, внимание, творческие способности, исчезает утомляемость. А главное улучшается умственная деятельность детей. Они растут стойкими, способными преодолевать жизненные испытания.

Литература:

1. Базарный В.Ф. «Дитя человеческое. Психофизиология развития и регресса». Москва 2009
2. Базарный В.Ф. Здоровье и развитие ребенка: Экспресс-контроль в школе и дома. -М., 2005. - 176с.
3. Базарный В. Ф. « Нервно-психическое утомление учащихся в традиционной школьной среде». Сергиев Посад, 1995.
4. Борисова И.П. Обеспечение здоровьесберегающих технологий в школе//Справочник руководителя образовательного учреждения. -2005.- №10.
5. Карасева Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // «Начальная школа», 2005. - № 11. С. 75.
6. Митина Е.П. Здоровьесберегающие технологии сегодня и завтра // «Начальная школа», 2006, № 6. С. 56-58.



### **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В.Ф. БАЗАРНОГО КАК РАЗВИВАЮЩИХ ЗДОРОВЬЕ ПРИНЦИПОВ ПОСТРОЕНИЯ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В СЕЛЬСКОЙ МАЛОКОМПЛЕКТНОЙ ШКОЛЕ**

Испалатова И.В., учитель начальных классов МКОУ «Малиновская СОШ» Алейского района

Основная цель начального образования - развитие ребёнка при сохранении его здоровья, т.е. развитие ребёнка в соответствии с принципом природосообразности.

Повышенная двигательная активность - биологическая потребность ребёнка, она совершенно необходима для нормального роста и развития. С другой стороны, для него невидимая работа, связанная с вынужденным сохранением положения тела, оказывается значительной нагрузкой. Школа снизила двигательную активность пришедшего в 1 класс маленького школьника почти наполовину; зато нагрузку, связанную с сохранением рабочей

позы, школа резко увеличила. Именно в связи с этой нагрузкой, а не только из-за сложности умственного труда самого по себе устают дети, занимаясь в школе или выполняя уроки дома. «Школа не должна быть похитителем здоровья детей!»

Мне, как педагогу с двадцатичетырёхлетним стажем непрерывной педагогической деятельности в начальной школе, принявшему всей душой, сердцем и разумом методику основоположника природосообразной педагогики России Владимира Филипповича Базарного, очень близки и дороги слова Депутата Государственной Думы РФ А.В. Терентьева: «...Сейчас учащиеся начальной школы 50-70%, а старшеклассники 70-85% процентов времени бодрствования проводят в сидячем обездвиженном положении! Дать ребёнку свободу движения, поставить ребёнка на ноги - первый и принципиально важный шаг в его оздоровлении. Те учителя, которые это делают, в прямом смысле поднимают нашу страну».

Приняв во внимание анатомо-физиологические и психологические особенности детей, а также гигиенические требования, мы, работающие по программе доктора В.Ф. Базарного, в значительной степени облегчаем ребёнку процесс обучения, помогаем ему успешно учиться без всякого ущерба для здоровья - более того, мы знаем и помним, что сохранение и укрепление здоровья ребёнка, его нормальный рост и развитие остаются залогом успехов в учении.

Выполняя учебные задания, ребёнок утомляется. Биологическое значение утомления двояко: охраняя и защищая организм от чрезмерного истощения физиологических систем растущего организма, оно, в то же время, оказывается стимулятором последующего роста работоспособности. Невозможно добиться того, чтобы у ребёнка вообще не возникало утомление. Усилия педагогов, следующих методике В.Ф. Базарного направлены на то, чтобы утомление не наступало слишком быстро, чтобы оно не было чересчур глубоким, чтобы более эффективным был отдых.

Если отдых недостаточен, то утомление, постепенно накапливаясь, приводит к переутомлению. Это состояние может проявляться в расстройстве сна, в потере аппетита, в головных болях, в снижении остроты зрения, в безразличии к окружающему, в резком снижении внимания, памяти, работоспособности, в падении сопротивляемости болезням.

Программа В.Ф. Базарного «Массовая первичная профилактика школьных форм патологий или развивающие здоровье принципы конструирования учебно-познавательного процесса в детских садах и школах», имея санитарно-эпидемиологическое заключение, построенная в соответствии с принципами 1) перестройки образования по законам развития ребёнка и 2) воспитания на основе национальных культурных традиций нашего народа, создаёт условия, обеспечивающие охрану и укрепление здоровья обучающихся и с каждым годом приобретает всё большую популярность и одобрение не только учителей, но и самих учащихся и их родителей.

Программа комплексна, но даже коллеги, использующие лишь элементы здоровьесберегающих технологий В.Ф. Базарного, отмечают положительное влияние развития у детей двигательных навыков, которые лежат в основе их умственной активности. Известный французский врач Гиссо писал: «Движение, как таковое, может по своему действию заменить любое лечебное средство, но все лечебные средства мира не могут заменить действия движения».

Не так давно начатую работу в соответствии с методикой В.Ф. Базарного, но уже давшую ожидаемые положительные результаты, всячески поддерживают и поощряют директор нашей школы и комитет по образованию при администрации Алейского района, который в 2011-2012 учебном году предоставил нашей школе новую мебель для начальных классов: школьные парты, обеспеченные регулятором наклона поверхности рабочей плоскости, доски, конторки и стол для учителя. Методический кабинет провёл семинар с участием наших педагогов, посвящённый здоровьесберегающей технологии В.Ф. Базарного. Работа в данном направлении будет продолжена и дальше.

## **УПРАВЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЕМ ШКОЛЬНИКОВ ЧЕРЕЗ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩУЮ ОРГАНИЗАЦИЮ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА**



Колесник С.А., учитель начальных классов МБОУ  
«Кулундинская СОШ №1»

Забота о здоровье детей — это важнейший труд учителя и воспитателя.

От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь,  
мировоззрение, прочность знаний, вера в свои силы.

В. А. Сухомлинский

Здоровье человека - тема для разговора достаточно актуальна для всех времён и народов, а в 21 веке она становится первостепенной. Как и в воспитании нравственности и патриотизма, так и в воспитании уважительного отношения к своему здоровью необходимо начинать с раннего детства. Взрослые считают: для ребёнка самое важное - это хорошо учиться. А можно ли хорошо учиться, если у ребёнка кружится голова, если его организм ослаблен болезнями и ленью, если он не умеет бороться с недугом? Поэтому актуальность изучения проблемы здоровья в нашем обществе не вызывает

сомнений. Содержания понятия «здоровье» выходит далеко за рамки медицинской ответственности. Здоровье выступает как мера качества жизни и счастья человека.

На протяжении многих лет, работая учителем в начальных классах, я заметила, что дети поступают в школу с большим отклонением в состоянии здоровья: нарушенное зрение и осанка, гастриты, общая усталость, быстрая утомляемость на уроке, переутомление. Поэтому, познакомившись с теоретическим материалом здоровьесберегающей технологии В. Ф. Базарного, я решила попробовать внедрить новые подходы в организацию образовательного процесса. Большую помощь оказала администрация нашей школы, поддержали родители учащихся.

Целью своей работы я поставила: создание охранительного педагогического режима общения, направленного на поддержание оптимальной работоспособности и предупреждение негативных нарушений в состоянии здоровья детей.

Для реализации этой цели мне потребовалось решить следующие задачи:

1. Сохранять и укреплять здоровье учащихся.
2. Разрешать проблему перегрузки и переутомления детей на уроках.
3. Укреплять и развивать у младших школьников внимание, память, волю, творческое воображение.
4. Формирование умений учащихся к овладению самостоятельности мышления, свободой суждений.

Используемая мною технология В.Ф. Базарного предусматривает следующие методики.

На уроке использую оздоровительные двигательные минутки, которые позволяют ребёнку «размять» своё тело, передохнуть и расслабиться, прислушаться к себе и принести своему организму пользу. Систематическое использование оздоровительных минуток приводит к улучшению психоэмоционального состояния ученика, к изменению отношения к себе и своему здоровью.

Для проведения оздоровительных минуток использую различные предметы, которые позволяют сделать оздоровительные минутки интересными и разнообразными. К таким предметам можно отнести ластик, книгу, комочки ваты, карандаш, газету и др.

Во время урока обучение учащихся проходит в режиме динамических поз. Для чего используется специальная ростомерная мебель с наклонной поверхностью - конторки. Высота конторки подогнана в соответствии с ростом ученика. Часть урока ученик стоит за конторкой, другую часть урока сидит за партой, тем самым сохраняется и укрепляется его телесная вертикаль, позвоночник, осанка. В первом классе дети менялись через 5-10 минут, а во втором классе менялись через 12-15 минут, а на данный момент в четвёртом классе через 15 минут.

С целью расширения зрительного горизонта, развития творческого воображения и целостного восприятия и познания мира на уроках по всем предметам применяю «Экологический букварь». Он расположен на стене класса.

С помощью карточек и наглядного материала разворачиваются сюжеты урока.

Во время урока применяю методику сенсорно- координаторных упражнений «четыре угла». В верхних углах кабинета расположены сюжетные картины из народных сказок. Под каждой картинкой помещается одна из цифр 1-2-3-4. Упражнение выполняется в позе свободного стояния, которое выполняется на зрительно-поисковых стимулах: дети совершают движение головой, туловищем и

глазами. В связи с этим у учащихся повышается не только физическая, но и психическая активность на уроке. Над сюжетными картинками расположены фонарики жёлтого, зелёного, красного, синего цвета. Фонарики включаются различного цвета. На определённый цвет дети выполняют оздоровительные минутки. Повышается активность учащихся на уроке, развиваются внимание, память, интерес.

Важнейшей особенностью урока является то, что он проводится в режиме движения наглядного материала. Для этого использую подвижные «сенсорные кресты». На них располагаются карточки с заданиями и ответами, разнообразные по форме, цвету и размеру. Карточки с дидактическими заданиями располагаются в классе повсюду: на полках, на подоконнике, на шторах, в шкафу.

Для профилактики плоскостопия под ноги помещаем массажные коврики, изготовленные руками родителей.

Для разминки и укрепления мышц глаз использую методику зрительно-координационных тренажёр. Схема - тренажёр находится на потолке. Глаза детей отдыхают, пробегая несколько раз по разноцветным линиям. Одновременно ученики выполняют произвольные движения головой, шеей, туловищем. Систематические занятия по схеме универсальных символов способствуют снижению психической утомляемости, избыточной нервной возбудимости, агрессии.

#### Результаты.

- 1) Динамика роста и массы тела учащихся в сравнении с 1 по 4 класс находятся в соответствии физиологического развития. Это подтверждает гармоничность развития.
- 2) В 1 класс 3 ученика пришли с нарушением остроты зрения, На данный момент острота зрения выровнялась.
- 3) Утомляемость учащихся в течение урока и недели отсутствует. Дети работают активно в течение всей недели, независимо какой это день недели: понедельник или пятница.
- 4) В первом классе болели ОРЗ и ОРВИ до 10-12 человек. На данный момент в 4 классе во время эпидемии в феврале-месяце только 3 ученика.

Знание технологий, которые позволяют сохранить здоровье ребёнка за годы его учёбы в школе - важная функция профессиональной компетентности современного учителя. Учитель, который использует методики В. Ф. Базарного,

ограждает детей от перегрузок и переутомления на уроках. Благодаря этому у детей развиваются внимание, память, воля, творческое воображение, происходит формирование самостоятельности мышления, свободы суждений, сохраняется и укрепляется здоровье ученика. Из всего этого следует моё педагогическое кредо «Умный ребёнок - это здоровый ребёнок. Если ребёнок здоров, то он успешен в учёбе. Он чувствует себя комфортно на уроке и лучше усваивает учебный материал».

#### ЛИТЕРАТУРА.

1. В.Ф. Базарный: «Зрение у детей, проблемы развития» (1991)
2. Н.И. Дереклеева: «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья» (2007)
3. В.И. Ковалько: «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1 - 4 классы» (2004)



### **МЕТОДИКА ШКОЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ПО СИСТЕМЕ В.Ф. БАЗАРНОГО КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА**

Кривошейцева Н.И., учитель начальных классов МБОУ  
«Краснощёковская СОШ №1»

Важнейшей социальной задачей цивилизованного общества является укрепление здоровья подрастающего поколения. В настоящее время экономическое и социальное положение в нашем обществе создают множество факторов риска для подрастающего поколения, ведут к целому ряду проблем, требующих решения. Важная роль в концепции модернизации образования отводится здоровьесберегающим технологиям, психологическому сопровождению детей в образовательных учреждениях, сохранению и укреплению психологического и физического здоровья.

В детском возрасте закладывается фундамент личности, формируются ее основные качества: физическое и психическое здоровье, культурный, нравственный и интеллектуальный потенциал. Качества, которыми наделен ребенок, особенно в самом начальном периоде жизни, являются наиболее важными и прочными; позже изменить их достаточно сложно, а в ряде случаев - практически невозможно.

Как часто мы слышим «в здоровом теле - здоровый дух», соглашаемся с этим убеждением, но мало работаем над этим. Вдумайтесь в эти слова, как неразрывно связаны эти понятия: «биологическое» и «психическое» здоровье. Можно отметить, что психическое всегда протекает, разворачивается в рамках определенных биологических (физиологических) условий. Для обеспечения



развития психики необходимы определенный диапазон этих условий и их устойчивость. Серьезное нарушение внутреннего равновесия изменяет характер протекания психических функций, тем самым, так или иначе, влияя на эти функции. Как интересно выразился Борис Сергеевич Братусь, доктор психологических наук «биологическое составляет необходимое условие, в котором разыгрывается драма человеческой жизни».

Зачастую мы видим ученика как сосуд, который нужно наполнять огромным количеством знаний, ведь с нас спрос за количество наполненного. И забываем, что ученик - это маленький человек со своими интересами, переживаниями, желаниями, который пришёл в школу не только для того, чтобы учиться, но и для того, чтобы полноценно, интересно, счастливо прожить школьные годы.

Для меня, как учителя, здоровьесберегающая, здоровьеразвивающая методика В. Ф. Базарного - это технология сохранения «здорового тела» детей с учетом их физиологических особенностей развития. По этой методике я работаю 3-ий год.

Совместно с родителями и администрацией школы в моем кабинете были созданы следующие условия:

- специальная ростомерная мебель с наклонной поверхностью со 2-го класса;
- схемы зрительно-двигательных траекторий и офтальмотренажеров;
- тренажерные коврики для стоп (сшитые родителями);
- арт-терапевтические подушечки для формирования осанки;
- экологическое панно;
- выполнение упражнений в позе свободного стояния;
- в связи с созданными условиями изменена структура урока.

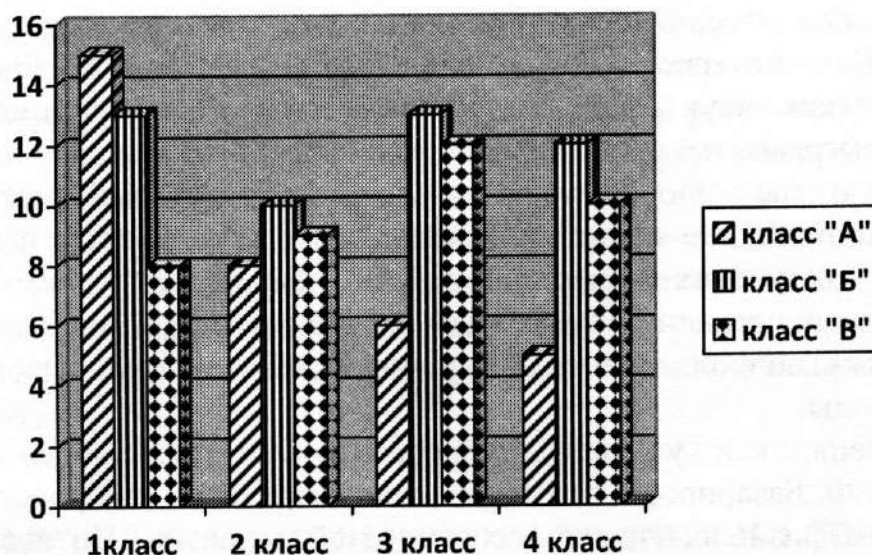
В нашей школе работа по сохранению, укреплению и формированию навыков здорового образа жизни имеет комплексный подход.

Особое внимание уделяется грамотному составлению расписания уроков с учётом шкалы трудности предметов, а также закономерности дневной и недельной динамики умственной работоспособности детей согласно нормам СанПиНа. При планировании воспитательной работы основной целью является воспитание личности, способной строить жизнь, достойную Человека. Поощряем в детях дополнительное развитие (спортивные секции, танцевальные студии, кружки).

Положительным моментом является так же наличие в школе медицинской сестры, логопеда и социально-психологической службы.

Но считаю, что благодаря именно работе по методике В. Ф. Базарного в нашем классе имеется положительная динамика сохранения и укрепления здоровья.

Таблица 1



Среднее количество пропущенных дней на одного ребенка.  
(В таблице представлены показатели по параллели и годам обучения).

Показатели здоровья учащихся с 2009 по 2013 годы.

Динамика роста и массы тела учащихся в сравнении с 1-го по 4-й классы соответствует их физиологическому развитию. Рост среднем по классу за год 3-5 см, вес 2-3 кг. Это также подтверждает гармоничность развития.

Еще хочется отметить такую проблему: в последние годы увеличилось количество детей, у которых чрезмерная двигательная активность, непоседливость, импульсивность, неумение сосредоточиться на выполнение одного дела - все эти признаки характеризуют гиперактивное поведение. Такие дети своим поведением возбуждают класс, затрудняя проведение учебных занятий. Они как будто на шарнирах и от того все части тела все время ходят ходуном и извиваются в движениях. У меня в классе таких 2 ученика. Как учителю мне было сложно вести уроки, пока организация учебной деятельности была традиционной. Со 2 класса мной были введены элементы методики В.Ф. Базарного, которые активно задействуют движение мышц. Это задания со свободным передвижением по классу, использование наглядных пособий в разных частях класса, чуть позже использование конторок - все это позволило уйти от однообразной сидячей позы и самостоятельно регулировать детям свою активность.

Родителям тоже были даны рекомендации по смене динамических поз при выполнении домашних заданий, упражнений для снятия напряжений глаз, а главное активный отдых детей. И это имело положительный результат, как на выполнение домашних заданий, так и на взаимоотношение ребенка с родителями, особенно с симптомами гиперактивности. Отмечают родители и улучшение здоровья детей:

уменьшилось количество жалоб на головную боль, бессонницу, улучшилось зрение. Именно классный руководитель должен объяснить родителям особенности их ребенка и совместно продумать и строго согласовать организацию учебной деятельности в школе и дома.

Чтобы работать с очень подвижными детьми, нужно знать причину гипердинамичности ребенка. Примерно с трех до семи-восьми лет ребенок испытывает в активном движении повышенную нужду, и при ее подавлении у него возникают реакции протеста. Сначала в виде небольшого непослушания, а потом, если двигательная активность ребенка систематически подавляется, реакции протеста приобретают стабильный характер, невротизируют личность ребенка. В результате может возникнуть ситуация психической дезадаптации, и изначально здоровый, только чересчур подвижный малыш станет больным. Хотя, конечно, есть и настоящий синдром, проявление болезни, СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивности) и требует психолого-медицинского обследования и лечения. Существует несколько предположений его возникновения.

Есть медицинские версии, связанные с питанием, с использованием в пищу модифицированных продуктов, жевательных конфет и резинок, которые действуют на подкорковые структуры и влияют на двигательную активность человека. Другая версия гласит, что это внутриутробное поражение определенных структур головного мозга при гипоксии плода (кислородное голодание), которое может возникать по причине чрезмерной занятости беременной женщины, при неправильном питании, курении, при стрессах, большой физической нагрузке, при заболевании вирусной инфекцией. Также сюда относят родовую травму, генетическое наследие.

Но существует и психологическое предположение. Поскольку поражены преимущественно мальчики, есть мнение, что тут влияют социальные факторы. Современный цивилизованный мир не учитывает особенностей развития мальчиков. Им свойственна двигательная и познавательная активность, большая любознательность, пространственное мышление. Воля же у них, наоборот, формируется медленней, чем у девочек. Девочкам присуща стабильность, консервативность, конкретность, большая адаптивность. При воспитании мальчиков нельзя подавлять их стремление к свободе, поскольку это одно из проявлений познавательного инстинкта. Оно, кстати, присуще не только людям, но и животным. Если подержать какое-то время щенка в замкнутом темном пространстве, то его поведение будет очень напоминать поведение ребенка с СДВГ. Щенок начинает носиться взад и вперед, становится неуправляемым, не отзывается на свою кличку, не понимает слово «нельзя». И если его не удержать при себе силой, он может попасть под машину или потеряться, погибнуть. Вот и у мальчиков такая двигательная расторможенность нередко бывает реакцией на подавление их активности. А подавление это связано с тем, что в современном цивилизованном мире преобладает женский тип воспитания со свойственными им репродуктивными методами преподавания. В семье, в детском саду, в школе мальчиков, в основном, воспитывают женщины, которые вольно или невольно навязывают им женскую психологию, женские модели поведения. Вдобавок это происходит в смешанных группах и классах, вместе с девочками. Девочки, естественно, оказываются более успешными, ведь требования при таком обучении, в основном, рассчитаны на их особенности. Даже в дошкольном возрасте девочки могут долго, до 30 минут, сидеть в одной позе

и, сложив ручки на парте, внимательно слушать объяснения педагога. И речь у них поначалу развита лучше, чем у мальчиков, у которых нередко наблюдается так называемая алекситимия - они не умеют по-настоящему выразить словами свои мысли и научатся это делать гораздо позднее, да и то не всегда. Словесные задания, устные объяснения мальчики воспринимают с трудом, им это не интересно, они быстро начинают отвлекаться. А когда сорванцам становится скучно, на первый план тут же выходит то, что компенсирует скуку - двигательная активность.

Методика школьного обучения Владимира Филипповича позволяет учитывать разницу полосоциального поведения мальчиков и девочек. Хотя в нашей школе пока не предусмотрено отдельное обучение, я стараюсь планировать для мальчиков и девочек разные задания: чаще использую реконструктивно-вариативного характера, которые требуют от учащихся выполнения различных преобразований, обобщений, опираясь на ранее приобретенные знания и умения. Например, подбор аналогичных примеров с заданной орфограммой, которые могут находиться в разных уголках класса. Поиск нужной информации в различных источниках (интернет, доп. литература). Очень нравится мальчикам записывать текст правила формулой или знаками, разгадывать тему урока в символах, классифицировать предметы и объекты, выполнять краткое условие к задаче в виде чертежа или схемы и т.д. Мозг мальчиков, по сравнению с девочками, - более дифференцированная, более избирательная функциональная система, работающая более экономично (иными словами - на более низком энергетическом уровне). То есть, в каких-то моделях поведения у мальчиков имеются преимущества по сравнению с девочками, а в каких-то - явный недостаток. У мальчиков избирательно активны лобные ассоциативные структуры мозга. Именно эти отделы мозга в значительной степени отвечают за процессы смыслообразования. Это делает мышление мальчиков более творческим, способствует высокой самореализации. Это проявляется в их выборе профессий, требующих более высокой активности, высокому риску. В отличие от мальчиков выборы девочек склонны к меньшей авантюристике, большей стабильности. У мальчиков сильно развита потребность в поисковой деятельности, которая требует ухода от комфортных условий. Для этого включаю в урок такие задания, как измерение объектов класса, построение, конструирование, практическое исследование и др. виды заданий, которые требуют от них физической составляющей и собственного «раскручивания» нового материала. А также активно использую методики развития креативного мышления задачами ТРИЗ и ТРСМ. Для мальчиков и девочек по-разному представляю знание и обязательно представляю двумя вариантами: от общего к частному и наоборот.

Применяя на уроках задания разного характера, свободное передвижение по классу, свободное стояние, работу за конторками позволяет даже гиперактивным детям успешно учиться и хорошо себя вести.

Из моего опыта следует, что методика школьного обучения по системе В.Ф. Базарного - это средство полноценного развития личности младшего школьника, это укрепление физиологического и психического здоровья подрастающего поколения. И она настолько уникальна, экономична и действенна! Главное попробовать, поработать, и вы увидите, как комфортно на уроках чувствую себя дети, как намного больше успевают сделать, не теряя интереса на протяжении всего урока и как дороги учителю такие слова «А что уже урок кончился?! Опять перемена...».



### **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕРАЗВИВАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ СИСТЕМЫ В.Ф.БАЗАРНОГО В УСЛОВИЯХ СПЕЦИАЛЬНОЙ (КОРРЕКЦИОННОЙ) ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ-ИНТЕРНАТА VIII ВИДА**

Лозовская С.В., заместитель директора по УВР КГБС(К)ОУ «Славгородская специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат VIII вида»

Сегодня очень актуальна проблема здоровья детей, и реальное ухудшение физического, психического и нравственного состояния особенно ощущают те, кто работает с ними. Обучающиеся в нашем ОУ дети с органическим поражением ЦНС. К нам поступают дети самых разных способностей, возможностей, включая и состояние их здоровья, в большинстве своем из неблагополучных семей, физически ослабленные, с повышенным уровнем тревожности, часто с глубокими психическими травмами. Для большинства таких детей характерны проявления двигательной недостаточности: нарушение равновесия и координации движения, мышечного тонуса, осанки. Все больше становится число учащихся, имеющих сложные дефекты развития. Во время уроков умственно отсталые учащиеся быстро устают, теряют интерес к учебе.

С 1995г. мы начали использовать здоровьесберегающие технологии д.м.н. профессора В.Ф. Базарного. В этом году я набирала первоклассников, и мне было предложено начать их обучение с использованием этих технологий. Привлекло то, что обучение детей по системе В.Ф. Базарного дает гарантированный результат улучшения здоровья учащихся. При этом она общедоступна, поскольку ее внедрение не требует дополнительных материально-финансовых затрат.

С сентября мы начали обучать детей в режиме «динамических поз». В наших школьных мастерских были изготовлены простейшие конторки в соответствии с ростом детей и установлены на парты учащихся. Конторка занимает лишь

половину парты, часть урока ученик сидит, а часть стоит за конторкой. Тем самым сохраняется и укрепляется телесная вертикаль, позвоночник, осанка - основы энергетики человеческого организма. Смена динамических поз проводится 3-4 раза за урок, с учетом характера предшествующего урока и состояния ребенка в настоящий момент. К нам в школу приходят дети после 1-2 лет обучения в массовой школе, уже «засиженные», т.е. телесно расслабленные, неактивные. Дети поначалу могут выстоять не более 5 минут за урок. Постепенно это время увеличивается. В октябре уже обучали детей с использованием «экологического букваря». Деревянную рамку 1,5\*2 метра обтянули однотонной тканью, с помощью бумажных аппликаций оформили пейзаж. В течение учебного года используем три варианта ярких сюжетных картин как, например «в зимнем лесу», «весна пришла», «осенний лес». Аппликации пополняются в зависимости от темы урока. В процессе урока учащиеся сами моделируют то или иное явление природы с помощью мелких съемных объектов. Также в октябре ввели следующее направление физиологической коррекции - обучение в режиме «зрительных горизонтов». Для каждого ученика определили свою зрительную рабочую дистанцию. Она определяется тем расстоянием, с которого ученик может различать дидактический материал по высоте не менее 1 см.

В первый же год внедрения технологий для снижения зрительного утомления стали использовать офтальмотренажер «бегущие огоньки». Его мы изготовили благодаря энтузиазму учителя слесарного дела К.Н. Пицун. Он собрал электронный блок, взяв за основу переключатель елочных гирлянд, переработал схему, изготовил 4 самодельных плафона с цветными лампочками. Направление и скорость «бегущего огонька» регулирует сам учитель. Позже плафоны заменили современными. Дети встают и следят за поочередно вспыхивающими лампочками. Упражнение сочетает в себе движения глазами, головой, туловищем, выполняются в позе свободного стояния и базируются на зрительно-поисковых стимулах, которые несут в себе мотивационно- активизирующий заряд для всего организма.

Первый год был очень насыщенным и трудным, т.к. приходилось многое изучать, пересматривать, находить самые оптимальные варианты по рациональному применению здоровьесберегающих технологий В.Ф. Базарного в условиях школы. В конце года увидели реальные результаты. Ухудшений зрения у первоклассников не было, а у отдельных учеников острота зрения улучшилась. На уроках ученики были активны, свободны, раскрепощены, уравновешены. Не возникало проблем с ученической дисциплиной, так как детям интересно было учиться.

И вот уже более 15 лет обучение учеников начальных классов ведется в нашей школе с использованием здоровьесберегающих технологий В.Ф. Базарного. Сейчас мы продолжаем проводить учебные занятия в режиме смены динамических поз (теперь у нас конторки с регулируемыми ножками, под ноги положили массажный коврик из натуральных тканей с пришитыми в несколько рядов пуговицами). При работе в режиме «динамических поз» ребенок может прилечь на 3-5 минут на ковер.

Изучаем предметы и явления окружающего мира по «экологическим букварям». Для умственно отсталых детей характерно снижение мотивационной стороны познавательной деятельности. Это затрудняет овладение новыми знаниями, требует

постоянной активизации познавательных процессов. Наглядно-практические действия развивают пространственные представления, мелкую моторику пальцев рук, дают положительный эмоциональный настрой, раскрепощают детей. Учебный материал легче воспринимается на фоне зрительно-игровых сюжетов из сказок, на фоне ярких цветных рисунков. Основой изучения букв, математических понятий с использованием «экологического букваря» является стремление детей к распознаванию неизвестных образов.

Учебные занятия проводим в режиме «зрительных горизонтов». На уроках используем подвесную леску, натянутую на боковой стене класса. На леске располагается дидактический материал, опорные схемы, алгоритмы ответов, коррекционные игры, воспринимаемые в режиме дальнего зрения и в режиме поиска. С этой же целью используется подвесная рейка.

Важная особенность всех уроков состоит в том, что они проводятся в режиме движения учебного материала, постоянного поиска и выполнения заданий, активизирующих детей. С этой целью используется «сенсорный крест», «сенсорный шар», пособие «бегущая строка», «коромысло» различные специальные держатели, позволяющие переключать зрение детей с ближнего на дальнее. Карточки с заданиями по воле учителя могут оказаться в любой точке класса, дети должны найти их и использовать в своей работе. Подвижный дидактический материал целесообразно применять на тех этапах работы, которые традиционно характеризуются сниженной продуктивностью учебной работы. Регулярное включение подвижного дидактического материала в процессе урока улучшает зрительное восприятие, активизирует внимание у учащихся с нарушением интеллекта.

Для снижения зрительной утомляемости используются зрительно-двигательные траектории. На боковой стене, на потолке находится офтальмотренажер, размер которого не ограничен. На нем с помощью специальных стрелок указаны основные направления движения взгляда. Упражнения выполняются стоя. При этом каждому упражнению придается игровой характер.

Во время физминуток проводится работа с массажной лентой. Этот массажер применяется в области шейного отдела позвоночника с целью снятия статического напряжения, увеличения кровотока к отделам головного мозга.

Тренажер «массажная каталка» предназначен для индивидуального использования с целью: снятия напряжения со ступней ног; профилактики

плоскостопия; воздействия на биологически активные точки подошв ступней ног; улучшения соматического состояния ребенка.

Во время учебной деятельности учащиеся находятся без обуви. Для профилактики плоскостопия проходят по массажным дорожкам (ящики, наполненные мелким гравием, сосновыми шишками). Эта процедура музыкально озвучена, что способствует положительному эмоциональному настрою.

На доске учебная информация сообщается не по прямой, а по волнообразной траектории, т.к. волна - основа восприятия. Глаз не может воспринимать прямые линии, каждая прямая линия замедляет познавательный процесс.

За последние 11 лет с использованием здоровьесберегающих технологий системы В.Ф. Базарного было обучено 430 учащихся начальных классов. Среди них 102 ученика были с пониженным зрением. У 50 человек острота зрения повысилась. Ухудшений нет. Также снижается показатель заболеваемости в течение года. Использование здоровьесберегающих технологий системы В.Ф. Базарного позволяет повысить как эффективность учебного процесса, так и уровень здоровья детей с отклонениями в психофизическом развитии.

У детей отмечается устойчивый интерес к знаниям. Повышается работоспособность, внимательность, активность. Снижается уровень тревожности и агрессивности. Использование здоровьесберегающих технологий В.Ф. Базарного позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном процессе, увеличить плотность двигательной активности, способствует более гармоничному развитию высших сенсомоторных и психических функций. Постоянный спонтанный поиск - фундаментальное начало и важнейший принцип творческой самодетельности. Все это делает обучение радостью, а также является возможностью раскрепощенного коллективного сотрудничества.

## **ШКОЛА ДОЛЖНА СТАТЬ ТЕРРИТОРИЕЙ ЗДОРОВЬЯ**



Лопуга В.Ф., директор центра психолого-валеологического образования АКИПКРО, г. Барнаул

В современном обществе остро стоит проблема здоровья подрастающего поколения. Главная задача - правильное воспитание, создание платформы для будущего жизненного старта. Мы должны заботиться об образовании детей, их этическом воспитании, воспитании без перегибов, воспитании правильного



отношения к жизни, к поколению, к семье, словом, вообще о воспитании, которое делает настоящего человека, глубокого человека. В настоящее время необходимо сконцентрировать образовательную деятельность в сфере здоровья на двух ключевых направлениях.

1. Физическая культура и спорт. Модернизация российского образования требует более конструктивного подхода к школьному физическому воспитанию. Показатели здоровья и физической подготовленности школьников, к сожалению, низкие и имеют тенденцию к снижению. 53% школьников имеют ослабленное здоровье, две трети имеют хронические заболевания. Лишь 10% выпускников школ можно признать практически здоровыми и годными к службе в армии. По данным НИИ гигиены, лишь 32% дошкольников готовы к систематическому обучению. Материалы коллегии Минобрнауки РФ говорят о том, что фактор, ухудшающий здоровье школьников, - низкая двигательная активность. С поступлением ребенка в школу двигательная активность падает во много раз, а ее дефицит у младших школьников достигает 40%, у старшеклассников - до 85%. Уроки физической культуры лишь в малой степени могут компенсировать дефицит движений, что явно недостаточно для профилактики отклонений состояния здоровья. Низкая физическая активность, по данным исследований, выявляется у 80% школьников, что способствует росту числа заболеваний и увеличивает школьный травматизм, который возрос в последнее время на 13%. Показатель же физического развития достигает всего 60% от результатов их сверстников 60-70-х годов. Все эти данные говорят о том, что мы явно недооцениваем урок физической культуры как школьный предмет, хотя физическая культура - единственный предмет, который касается практической жизнедеятельности каждого школьника ежедневно.

В проекте стратегического развития указан важный показатель охвата (до 80%) учащихся физической культурой. Достижение такого показателя требует кардинального изменения в содержательном плане. Анализ показал, что подходы к физической культуре за последние 40 лет практически не изменились, несмотря на все социально-экономические изменения. Сегодня школьная физическая культура с ее критериями направлена в основном на учебный процесс и не учитывает специфики внеклассной и внешкольной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы, которая должна делать основной вклад в здоровье школьника. Все показатели по школьному спорту обеспечивают 10-12% школьников-спортсменов, которые часто задействованы во всех видах соревнований. Четкой же мотивации в проведении внеклассных спортивно-оздоровительных занятий практически нет, нет и оплаты работы тренеров, преподавателей по конечному результату. На сегодняшний день слаба материально-техническая база, недостаточно кадровое обеспечение, устарела система спортивных мероприятий, а также мы имеем слабое организационное обеспечение школьного спорта. Поэтому реформирование школьной физической культуры должно быть комплексным и иметь системный подход, который выражается в развитии четырех основных направлений. Это создание современной материально-технической базы, изменение подхода к кадровому и методическому обеспечению, внедрение новой системы соревнований и спортивных клубов, создание принципиально нового информационно-агитационного обеспечения школьного спорта. Мы должны все-таки определить наиболее популярные виды

школьного спорта и физической активности школьников, которые им, безусловно, должны быть интересны, создать перечень оборудования для оснащения школьных спортивных объектов, разработать стандарты и технические требования к инвентарю и оборудованию для корректного проведения всех наших тендеров. Необходимо создать постоянно действующую выставку или экспериментальную площадку по школьному спортивному оборудованию и экспертный совет по школьному спортивному оборудованию, поскольку, к сожалению, сертификации школьное спортивное оборудование не подлежит, пока нет и разработки типовых проектных решений по переоснащению школьных спортивных объектов. Второе направление - это кадрово- методическое обеспечение, тут мы считаем важным создание профессионального сообщества учителей физкультуры, экспертного совета и регулярное проведение съезда учителей физической культуры. Важно и создание современного портала школьной физической культуры, который сможет решать задачи коммуникативные, образовательные, информационные, по развитию школьных спортивных клубов и многие другие задачи мониторинга физического здоровья учащихся. Только совместное развитие всех этих направлений способно кардинально изменить ситуацию в нашей школе, создать те условия, в которых наша школа по- настоящему станет территорией спорта. Тем более что экономические расчеты показывают: инвестиции в школьную физическую культуру в 8-10 раз эффективнее, чем в традиционное развитие спорта, они дают социальный эффект - снижение заболеваемости и антисоциального поведения, повышение успеваемости и многие другие эффекты.

С приходом в образовательные учреждения детей с ограниченными возможностями требует скорейшего рассмотрения вопрос о создании для ослабленных, часто болеющих детей центров сохранения здоровья во всех школах, а не только на базе поликлиник. Для активных занятий физкультурой и спортом в условиях школы существует необходимость проектирования новых школьных зданий с учетом современных требований к организации здоровьесберегающей среды образовательных учреждений и запроса социума.

2. Профилактика заболеваний и динамическое наблюдение за состоянием здоровья детей. В каждой образовательной программе школы должен быть раздел здоровьесбережения. Формирование культурного образа жизни в отношении своего здоровья - проблема образования. Делить здесь нам нечего. Можно и нужно организовать серьезную образовательную программу в разделе здоровья на позициях взаимодействия. В нашей работе есть немало проблемных зон. В первую очередь это медобслуживание - школы не имеют норм медобслуживания, нормативной возможности для сотрудничества с медработниками, которых не хватает в ОУ. Во-вторых, высокие нагрузки и перегрузки - стандарты по начальной школе полностью противоречат нормам СанПиНов и их нужно приводить в соответствие. В- третьих, нам необходимо обеспечить качественное питание для каждого школьника, в том числе и горячее, регионы ищут средства для организации, но остается острым вопрос государственного заказа и тендера, ведь в конкурсе побеждает не тот, кто предлагает высокое качество, а тот, кто предлагает низкую цену, снижение цен ведет к снижению качества питания.

У нас идет вечный диалог с нашими коллегами, работающими в медицинской сфере, - врачами, медсестрами, с детскими поликлиниками, которые помогают нам в

решении проблем здоровьесбережения. Наши коллеги-медики говорят, что образование должно учить, а не заниматься вопросами здоровья - это дело медицины. Мы все время пытаемся им объяснить, что, конечно, это дело медицины, но когда медики говорят о здоровье, то имеют в виду лечение больного человека, как лечить, как проводить профилактическую работу непосредственно с заболеванием, - это, конечно, компетенция медицины. Но сохранение внутренних ресурсов здоровья, формирование образа жизни, формирование внутренней культуры по отношению к себе, своей личности - это компетенция образования.

Сложность реализации программ - недостаточное финансирование: нет процедурных, стоматологических кабинетов в ОУ. Увеличение финансирования здоровьесбережения, увеличение численности медработников, повышение квалификации персонала, обеспечение медиков нормативными документами - наши первоочередные задачи, тем более уже разработан стандарт медобслуживания в ОУ. Нужно сразу сказать, что информацию о здоровье учащихся мы получаем на основании тех медицинских осмотров, которые проводятся в учебных учреждениях. Есть комплексная методика определения здоровья детей (РАМН), которая позволяет распределять детей по состоянию здоровья на пять групп. Первая группа - здоровая с нормальным морфофункциональным развитием, вторая - здоровая с морфофункциональным отклонением и часто болеющие дети, третья - больные в состоянии хорошей компенсации, четвертая - больные в состоянии не полной компенсации и пятая - больные дети в состоянии декомпенсации, которые обучаются в специальных образовательных учреждениях или на дому. Если посмотреть данные, которые у нас имеются, то численность в той или иной группе детей дошкольного возраста, учащихся начальных школ, средней и старшей школы позволяет оценить интересную динамику, которая складывается в последнее время в нашей стране. Первая группа, здоровые дети, дошкольный возраст - 20%, начальные классы, первая группа - резкое снижение до 5%, средние классы - 2% и старшие классы - около 1%. Но зато снижается вторая группа. Если она в дошкольном возрасте — 50%, то в старших классах 20-30%. А третья группа - дети с хроническими заболеваниями разного характера в стадии компенсации - возрастает от 30% до 60-70%. Как видим, здесь динамика отрицательная. Мы видим, как в процессе обучения в образовательных учреждениях ухудшается состояние здоровья детских коллективов, встречаются часто болеющие дети и дети, имеющие хронические заболевания. Естественно, в образовательных учреждениях должны использоваться передовые технологии, а профилактическая работа должна проводиться с учетом уже лечебно-коррекционных технологий, которые оказываются наиболее эффективными лишь в том случае, когда мы проводим эти коррекционно-лечебные мероприятия с детьми второй группы, то есть имеющими начальные признаки функциональных нарушений - таких детей в образовательных учреждениях около половины от общей численности. Сложность реализации профилактических мероприятий заключается в том, что эти программы связаны с недостаточным финансированием. Территориальный фонд обязательного медицинского страхования практически не финансирует эту медицинскую деятельность детских лечебно-профилактических учреждений. На сегодняшний день наиболее острые проблемы для оздоровления в условиях образовательного учреждения следующие: увеличение финансирования школьного здравоохранения; оснащение медицинских кабинетов образовательных

учреждений современным оборудованием и инструментарием, приведение штатной численности медицинских работников в соответствие с нормативами Министерства здравоохранения РФ, оплата труда в таком же объеме, как оплачивается труд участковых педиатров и участковых медицинских сестер, повышение квалификации медицинского персонала, работающего в учебном заведении. И последнее - обеспечение школьных врачей, медицинских сестер необходимыми нормативными и методическими документами. В Центре здоровья детей Академии медицинских наук разработан порядок оказания медицинской помощи в образовательных учреждениях, необходимо провести утверждение этих документов в Министерстве здравоохранения РФ. Совершенствование медицинского обеспечения учащихся образовательных учреждений позволит улучшить здоровье детей.

Закон Российской Федерации «Об образовании» возлагает ответственность за жизнь и здоровье обучающегося на образовательное учреждение. Стратегия работы образовательного учреждения заключается в создании условий для реализации межведомственного и междисциплинарного подхода к охране, развитию и укреплению здоровья подрастающего поколения. В связи с внедрением в жизнь школы ФГОС, реализацией национальной образовательной инициативы «Наша новая школа», Федеральных требований к образовательным учреждениям по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей, назрела необходимость разработки стандарта, регламентирующего содержание и оценку здоровьесберегающей деятельности в условиях образовательного учреждения. Научно-методический центр психолого-валеологического образования АКИПКРО подготовил методику оценки здоровьесберегающей деятельности общеобразовательных учреждений, разработал порядок проведения мониторинга здоровьесберегающей деятельности в образовательных учреждениях Алтайского края.

Школы здоровья Алтайского края на протяжении более 10 лет активно реализуют современные подходы к сохранению и укреплению здоровья детей в ходе школьного образования, к созданию психологически комфортной и безопасной образовательной среды, формированию ценностного отношения к здоровому образу жизни. Их деятельность, основанная на детально разработанной и реализованной системе критериев эффективности в решении вопросов сохранения здоровья обучающихся и воспитанников, послужила основой для разработки и утверждения Положения о Школе здоровья в Алтайском крае, ядром которого является сертификация школ, достигших соответствующего уровня и признания статуса «школа здоровья» на краевом уровне.

В федеральных образовательных стандартах заложены требования к содержанию образовательных программ, к условию реализации образовательных программ и к результатам освоению этих программ, в качестве особого требования было названо требование сформированности у выпускников школы культуры здорового и безопасного образа жизни и соответственных поведенческих стереотипов. Это, конечно, очень сложная, многомерная задача. Сегодня в более 250 образовательных учреждениях Алтайского края, составляющих «ведущий инновационный банк ОУ», в той или иной форме развернута здоровьесберегающая деятельность, ориентированная на формирование здоровьесберегающей инфраструктуры и содержание образовательных программ, включающих

интегрированное межпредметное обучение ЗОЖ. В некоторых из них открыты стажировочные площадки, чтобы педагоги из других школ (и не только нашего региона) имели возможность освоить методы и средства, получившие эффективную реализацию здоровьесберегающих подходов в этой школе. Необходимо обеспечить соответствие деятельности учреждений в сфере общего образования требованиям федеральных государственных стандартов общего образования именно в основных образовательных программах, условий их реализации и требований в части освоения культуры здоровья.



**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ  
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И ПРЕПОДАВАНИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА СТУПЕНИ  
НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО  
ОБРАЗОВАНИЯ КАК ОСНОВОПОЛАГАЮЩИЙ  
ФАКТОР РАЗВИТИЯ СИСТЕМЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-  
СПОРТИВНОГО ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Лопуга Е.В., доцент кафедры здоровьесберегающих технологий  
АКИПКРО, г. Барнаул

Проблема совершенствования физкультурно-спортивного воспитания обучающихся начальной школы включает ряд вопросов, имеющих ряд направлений, в том числе:

- использование современных методик физического воспитания и преподавания физической культуры в общеобразовательных учреждениях на ступени начального общего образования, включая опыт работы передовых педагогов и федераций по видам спорта;

- обеспечение непрерывности и преемственности физического воспитания различных возрастных групп обучающихся, включая преемственность программ физического воспитания в дошкольных учреждениях и на ступени начального общего образования;

- кадровое обеспечение преподавания физической культуры на ступени начального общего образования и механизмов привлечения учителей физической культуры для преподавания в начальной школе; требования к учителю физической культуры в начальной школе.

Важно отметить, что организация физического воспитания и преподавания физической культуры на ступени начального общего образования являются основой всей системы физкультурно-спортивного воспитания обучающихся общеобразовательных учреждений.

В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом в начальной школе серьезное внимание следует уделять развитию физического воспитания на основе совершенствования уроков физической культуры - предмета обеспечивающего двигательную активность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность. Новая школа, прежде всего, должна заниматься сбережением здоровья и формированием культуры здорового образа жизни у обучающихся.

С целью совершенствования физкультурно-спортивного воспитания на ступени начального общего образования, осуществления его преемственности с дошкольным образованием необходимо:

- разработать учебные программы по физической культуре, ответственность за исполнение которых несут учитель, общеобразовательные учреждения, органы местного самоуправления и органы государственной власти всех уровней.

- повысить государственный статус учителя, включая улучшение условий его труда и повышение заработной платы, формирование отношения к профессии учителя как к государственной миссии;

- обновлять содержания преподавания физической культуры, внедряя передовой опыт лучших учителей, а также используя инновационные программы, методики и технологии, разработанные и апробированные в школах всероссийскими спортивными федерациями

- поддерживать и укреплять систему высшего педагогического образования в области физической культуры и спорта, повышая качество подготовки в педагогических вузах, развивать систему переподготовки и повышения квалификации кадров, а также мотивации учителей физической культуры к разработке и внедрению в образовательный процесс инновационных программ, методик и технологий преподавания этого предмета;

- модернизировать материально-техническую физкультурно-спортивную базу общеобразовательных учреждений, оснащать спортивным оборудованием пришкольные и дворовые спортивные площадки, особенно в сельской местности.

В целях дальнейшего совершенствования системы физкультурно-спортивного воспитания в общеобразовательных учреждениях, необходимо:

разработать учебно-методические комплексы для обеспечения предметной области «Физическая культура» в образовательных учреждениях Российской Федерации, в том числе для обучающихся, отнесённых по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.

- разработать дополнительные профессиональные образовательные программы, обеспечивающие использование современных методик и технологий преподавания физической культуры в общеобразовательных учреждениях.

- разработать административно-финансовый механизм обеспечивающий достижения соответствия материально-технической базы образовательных учреждений действующим строительным нормам и правилам, санитарно-эпидемиологическим правилам, нормативным изменениям в части требований к размерам и устройству физкультурно-спортивных площадок и помещений общеобразовательных учреждений.

При формировании расходных обязательств предусматривать приобретение спортивного оборудования и инвентаря для обеспечения занятий по предмету «физическая культура» с учетом введения обязательного третьего часа и внеурочной деятельности физкультурно-спортивной направленности. Необходимо на краевом уровне рассмотреть вопрос о

коррекции содержания медицинских заключений в справках об освобождении обучающихся от занятий физической культурой с конкретизацией рекомендаций врача о недопустимых видах образовательной деятельности на уроке физической культуры с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов общего образования.

Ключевыми направлениями эффективного развития являются:

- введение Федеральных государственных образовательных стандартов общего образования в части, касающейся физической культуры;
- ежегодное проведение массовых спортивных соревнований школьников, предусмотрев максимальный охват обучающихся этими мероприятиями на школьном, муниципальном и региональном этапах;
- создание в общеобразовательных учреждениях школьных спортивных клубов, развитию опорных летних и зимних олимпийских видов спорта;
- разработка программно-методического обеспечения по формированию профессиональных компетенций учителя физической культуры с учетом требований профессиональной деятельности к реализации основной образовательной программы на этапах общего образования.

Положительная динамика в решении выше перечисленных направлений деятельности будет достижима

- при опоре на кардинальное изменение отношения к учебному предмету «физическая культура», занятиям физической культурой и спортом, руководствуясь главным принципом - «физкультура и спорт - на стороне ребенка»;
- при внедрении инновационных программ, методик и технологий преподавания физической культуры, включая зарубежный опыт;
- при развитии практики проведения физкультурных и спортивных мероприятий среди обучающихся, уделяя первостепенное внимание организации многовариативности видов и форм соревнований.



#### **РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ УЧАЩИХСЯ НА УРОКАХ И ВО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ПРИМЕНЕНИЕМ МЕТОДИК В.Ф. БАЗАРНОГО**

Лыкова Е.И., учитель начальных классов МБОУ «Кулундинская СОШ № 3»

В своей работе с 2007 года я следую шести великолепным советам В.Ф. Базарного, потому что они не только помогают сохранить и укрепить здоровье детей, но и развивают их творческие способности.



С 2011 года я начала работать с детьми по стандарту второго поколения, по которому каждый ребёнок после уроков посещает не менее четырёх выбранных творческих объединений. Согласитесь, это огромная нагрузка на неокрепший детский организм, преодолеть её без ущерба для детского здоровья нам помогли советы доктора В.Ф. Базарного.

Первый совет:

Не усади!

Для обеспечения сообразного природе ребёнка режима работы необходимо не усаживать его с раннего детства за стол, а предоставить ему возможность работать, жить в режиме телесной вертикали. В нашем классе это возможно, благодаря ростомерным партам и конторкам.

Чтобы дети меньше уставали, предлагаю детям как можно больше заданий, которые можно выполнять стоя или передвигаясь по классу.

Второй совет:

Никакой преграды глазу ребёнка!

Ребёнку необходим режим дальнего зрения, его зрительные горизонты должны быть раздвинуты как можно шире. Лучше всего для этого подходят естественные природные ландшафты. В нашем классе окна освобождены от штор, чтобы не мешать глазу ребёнка работать в наилучшем режиме дальнего зрения.

С целью расширения зрительных горизонтов, развития творческого воображения и целостного восприятия мира на уроках по всем предметам применяю «Экологический букварь».

Для расширения зрительно-пространственной активности - использую зрительно - двигательные траектории.

Использование сенсорного шара, сенсорного креста, сенсорной рейки, позволяет наглядному материалу на уроке двигаться, заставляя зрение детей активно работать.

Во время физкультминуток использую специальные офтальмотренажёры «Бегущие огоньки».

Так как я работаю по стандарту второго поколения, то применение на уроках и во внеурочной деятельности компьютерных технологий необходимо. Но строго регламентировано, чтобы не нанести вред здоровью детей.

Третий совет:

Образы управляют миром.

Сформировать у детей уверенное и свободное мышление, развить их творческие способности помогает участие в детских театрализованных постановках, декламации стихов.

Совет четвёртый:

Ребёнок должен как можно больше двигаться. Обязанность взрослых - не ограничивать естественную свободу детей.

На переменах ходят по массажным дорожкам, также используют каталки и массажные ленты.

С удовольствием отдыхают в детской игровой комнате.

Очень любят подвижные игры на свежем воздухе и экскурсии.

И часто проявляют творчество в самых обычных окружающих нас вещах.

Важным моментом здоровьесберегающей деятельности является внеурочная занятость детей, в которой рекомендации В.Ф. Базарного применяют мои коллеги.

Движение, является одним из основных средств сохранения и укрепления здоровья, всестороннего физического развития детей на занятиях творческого объединения «Топ-хоп, малыш».

Совет пятый:

Да здравствует рукотворчество!

На творческом Объединении «Фантазия» мы делаем замечательные поделки.

Часто привлекаем к творчеству родителей вместе с детьми.

Шестой совет:

Чтобы ребёнок вырос здоровым, психически устойчивым, нравственно защищённым, пусть он как можно чаще поёт!

Вокальное объединение "Домисолька" - создаёт условия для улучшения физического здоровья, голосовых и музыкальных данных, а так же здоровья психики ребенка и комфортного состояния в образовательном процессе.

Исходя из условий созданных в школе, все перечисленные здоровьесберегающие технологии В. Ф. Базарного, применяемые в учебно-воспитательном процессе позволяют получить следующие результаты .

В моём классе уменьшилось количество пропущенных дней учащимися по болезни, так как дети стали меньше болеть.

Изменилась в позитивном направлении мотивация учащихся к обучению за счёт эмоционального комфорта в классном коллективе.

Дети активны, подвижны, работоспособны в течение всех уроков и во время занятий в творческих объединениях.

Мои ученики участвуют в школьных и районных предметных олимпиадах.

Наблюдается рост интереса к международным и всероссийским играм - конкурсам:

«Русский медвежонок - языкознание для всех»,

«Кенгуру»,

«ЭМУ - эрудит»,

«Золотое руно».

Всероссийская игра - конкурс по информатике «Инфознайка».

Мои ученики отличаются самостоятельностью мышления, свободой суждения, у них развиваются внимание, память и воля, растёт объём усваиваемого на уроках учебного материала. Творческие работы показывают, что у моих детей хорошо развито воображение. Для моих учеников не существует проблемы перегрузки и переутомления. Дети уверены в себе, спокойны, уравновешены.

Принимают активное участие в школьных и районных мероприятиях.

Делают первые успехи и радуются своим достижениям.

А самое главное, все дети с радостью идут в школу - это очень важно для меня, как учителя. И, конечно, радуют положительные отзывы родителей и коллег, вместе с которыми мы создаём условия для развития творческих способностей детей и учим их беречь своё здоровье, следуя великолепным советам доктора В.Ф. Базарного.



## **ВОЗВРАЩАЕМ МНОГООБРАЗНЫЙ ЦВЕТНОЙ ДВИЖУЩИЙСЯ МИР ПО МЕТОДУ В.Ф. БАЗАРНОГО**

Магальяс В.И., воспитатель МБДОУ  
«Центр развития ребенка детский сад №40» г. Славгорода

Профилактика зрительных нарушений - актуальная тема. Болезни глаз у детей - не только медицинская, но и социально-психологическая проблема, потому что около 90% информации ребёнок получает через органы зрения. Вот почему для качественного восприятия окружающего мира так важно правильное формирование здорового зрения и постоянный контроль состояния зрения детей.

В нашем дошкольном учреждении «Центре развития ребёнка - детском саду №40» под руководством заведующей Марии Егоровны Виштак функционирует две специализированные группы для детей с нарушением зрения (амблиопия и косоглазие), в одной из которых я работаю.

Совершенствовать свой педагогический опыт в вопросах ранней коррекции и компенсации вторичных отклонений в развитии детей через применение новых здоровьесберегающих технологий помогает работа творческой группы, под умелым руководством опытного высококвалифицированного педагога В.Н. Махловой, на заседаниях которой мы учимся друг у друга.

Неуклонный рост объёма знаний, которыми нужно овладеть ребёнку в детском саду и затем в школе, овладеть ими не механически, а осмысленно, без вреда для здоровья делает необходимыми поиски новых методик воспитания и обучения, основывающиеся на физиологических возможностях растущего организма. Наука сегодня свидетельствует, что резерв сил и способностей человеческого организма значительно больше, чем они реализуются.

Большую тревогу вызывает неуклонный рост близорукости. Выход из этой ситуации в расширении зрительно-пространственной активности в режиме дня.

Изучив основные положения методики доктора медицинских наук профессора В.Ф. Базарного, пришла к выводу, что в детском саду возможно частичное использование элементов этой методики. Главная цель которой - сохранить и приумножить здоровье детей. Вернуть многообразный, цветной, движущий мир.

Одним из элементов явилось максимальное удаление от глаз предлагаемого материала, так называемый режим «зрительных горизонтов», т.е. зрительная рабочая дистанция. Определяю её тем расстоянием, с которого ребёнок различает буквы, цифры и любые изображения равные по высоте 1 см, детей рассадил исходя из полученных данных каждого ребёнка. Тем самым создаю предпосылки для зрительного сосредоточения вдаль и снятия напряжения с глазных мышц, работающих в режиме ближнего зрения.

Обязательным компонентом коррекционной работы с детьми является зрительная гимнастика, разные виды специальных коррекционных упражнений для детей с нарушением зрения. В группах созданы условия для проведения упражнений со специальными офтальмотренажерами, которые помогают добиваться поставленных задач:

- развития глазодвигательных навыков (плавное перемещение глаза в разных направлениях);
- развития периферийного зрения, расширения бокового обзора;
- развития навыков пространственной ориентации;
- развития навыков зрительного анализатора (уметь выделять различие, сходство в размере, форме, цвете предметов).

Например:

На стенах или потолке располагаются зрительные стимулы (предметы или картинки, изображающие: птиц, животных, цифры, буквы и т.д.)

По просьбе воспитателя дети обязательно встают и отыскивают глазами нужную картинку.

Использую и другие типы упражнений, которые заключаются в слежении глазами в положении стоя по заданным направлениям с одновременным вращением головой и туловищем. Такие упражнения базируются на зрительно-поисковых стимулах, в процессе зрительного поиска дети совершают сочетательные движения головой, глазами и туловищем.

При этом каждому упражнению придаю игровой характер: например, прослеживаем, как «кружится под порывом ветра листочек», «как ползёт божья коровка», «как летит и парит в воздухе птица» и т.д. или дети «шагают», «бегут», «стреляют» глазами, называя цифры, предметы около которых остановился клубочек, в конце пути взгляд фиксируется на конечной точке.

В других упражнениях педагог следит за осанкой детей, учит держать голову прямо и работать только глазами. При выполнении которых развивается глазодвигательная функция глаза, укрепляется наружная мускулатура глаз. Вся деятельность детей поддерживается на волне эмоциональной активности и естественного интереса детей ко всему окружающему.

Работая по теме «Использование элементов системы В.Ф. Базарного в работе с детьми с нарушением зрения (амблиопия и косоглазие), я применяю её на любых занятиях в разных видах деятельности.

Применение здоровьесберегающей технологии доктора медицинских наук В.Ф. Базарного позволяет мне добиваться повышения остроты зрения у детей, улучшения зрительного восприятия. Опыт работы нашего дошкольного учреждения показывает, что профилактика глазных заболеваний, основанная на специальных коррекционных занятиях и упражнениях с использованием специальных тренажёров, зрительных ориентиров, экологического букваря, разнообразных гимнастик, пальчиковых игр очень эффективна.



### **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ МЕТОДИК ВЛАДИМИРА ФИЛИПОВИЧА БАЗАРНОГО НА СОВРЕМЕННОМ УРОКЕ В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС**

Маркова Г.В., учитель начальных классов МБОУ  
«Кулундинская СОШ №3»

Хочу вспомнить о тех годах, когда я впервые услышала о методике Базарного. Это было в 1991 году, на очередных курсах повышения квалификации в городе Барнауле. Вот там - то я и узнала об этой уникальной методике. Заинтересовало вот что: здоровье детей - главное в обучении. Сама школа губительна для ребёнка. Из её стен выходят больные дети, и виноваты, в большей степени мы - учителя. Тронуло до глубины души. Получается, что я обучаю ребёнка и его калечу? Заинтересовалась этой проблемой. Стала много читать, анализировать, делать выводы. Поделилась своими мыслями с администрацией школы и коллегами. Все согласились со мной, поддержали. Провела родительское собрание. С родителями повезло, впрочем, как и всегда. Они сразу же подхватили мою идею, хотя многого не понимали. Как это стоя будут учиться их дети? Это были трудные 90-е годы. Стали думать, откуда что взять. Пошли с родителями на завод железобетонных изделий. Там был столярный цех. Директор не отказал. Оказал нам спонсорскую помощь - выделил лес, а дальше - сами. Муж работал в то время столяром. Поддержал меня, и вот работа закипела. В течение недели конторки были готовы. Папы - электрики сделали нам цветные фонарики во всех 4 -х углах класса. Детям очень нравилось работать стоя. Они совсем не уставали на уроках. Вся школа приходила смотреть на них, как на диковинку. Мои уроки стали открытыми. Тогда это были первые шаги. Все учителя интересовались, но сами не начинали

работать по разным причинам. Потом дети выросли, конторки стали для них маленькими, а для вновь прибывших первоклассников - большими. Не оказали мне должной поддержки в то время. Самодельные конторки стали использовать как трибуну для выступающих в актовом зале, попросили учителя старших классов для своих целей. На том всё и забылось. Прошло время. Все эти годы старалась не забывать эту уникальную методику. Читала статьи в журналах, на различных семинарах слышала, что учителя применяли эту систему, радовалась хорошим результатам. Но сама как - то поугасла и не решалась больше начинать, хотя элементы применяла на уроках.

И вот президент Дмитрий Анатольевич Медведев говорит о Новой школе, о предстоящем перевороте в образовании. Приходят в школу новые Федеральные государственные общеобразовательные стандарты, которые легли на мои плечи и плечи моих учеников. Да ещё новая программа - «Начальная школа 21 века», о которой я только слышала, читала, но сама не работала. Изучила Стандарты. Познакомилась с новой программой. Первая мысль - бедные дети... С чего начать? Не буду лукавить, мысль была одна - здоровье детей. Я почувствовала себя тогда поистине счастливым человеком, потому что в Стандартах говорится: «Одной из современных задач начального образования является сохранение и укрепление здоровья детей. Школа должна обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать эти знания в повседневной жизни.»[1-8 е.] ФГОС второго поколения определяет эту задачу как одну из приоритетных. Результатом решения этой задачи должно стать создание комфортной развивающей образовательной среды. Данное понятие в концепции ФГОС определяется как образовательное пространство, гарантирующее охрану и укрепление физического, психологического, духовного и социального здоровья обучающихся. Именно такое образовательное пространство является комфортным по отношению к обучающимся и педагогическим работникам. Часто в статьях нахожу такие слова: «Нет какой-то одной единственной уникальной технологии здоровья». Неужели не знают, что есть?! Только надо правильно её научиться использовать в рамках новых Стандартов. Итак, в 2011 году я набрала 1 класс. Во время подготовительных занятий обратила внимание на то, что дети очень быстро устают, внимание рассеянное, на элементарные вопросы не дают быстрых ответов. Что это - страх перед школой? Или что - то другое. Начала работать с психологом школы. Она выяснила, что действительно, страх перед новым - школой. Начала работать с медиком. Изучили медицинские карты детей, поговорили с детскими врачами. Ошеломляющие результаты - проблемы со здоровьем имели практически все мои будущие ученики, а их - 21: у тринадцати учащихся имелись хронические заболевания, а именно, у троих - заболевания органов зрения, у пяти - нарушение осанки, трое имели нарушения сердечно-сосудистой системы, у двух детей гастроэнтерологические заболевания.

Наблюдалось негативное психоэмоциональное состояние детей на уроках, более 50% чувствовали страх, тревогу, беспокойство, огорчение.

Начинаю работать с родителями. Признаются, что говорили в сердцах: «Вот пойдёшь в школу: там тебя научат уму - разуму!» Делаю вывод из личных бесед, что они не имеют никаких представлений о том, как можно укрепить, сохранить,

улучшить здоровье ребёнка. Но все родители очень хотели бы этого и готовы помочь. Первое, что я сделала - это ввела режим смены динамических поз. Очень жаль, что в класс поставили конторки только на один ряд. Но это было уже начало. Первая встреча детей с конторками - это удивление. Как это стоя писать? Первое время мы учились. Я строила свою работу так: один урок поработал за конторками один ряд, на другом уроке - смена рядов. При этом одна конторка остаётся всегда свободной. За неё могут во время урока пройти ребята, которые устали работать сидя. Вначале дети не хотели стоять! Мне приходилось их уговаривать. Дети были малоподвижны, плаксивы. Неужели наступила полная деградация? Элементы методики Владимира Филипповича, которые я использую на уроке, за этот короткий период очень помогли. У меня, как в обычном классе, есть доски. Не одна, а целых 4. Что это мне даёт? Эффективную работу большого количества детей одновременно. У меня есть возможность давать задания ребятам так, чтобы они были в постоянном движении. Несколько раз в течение урока дети выполняют комплекс упражнений для глаз. Для проведения физминуток в классе имеются зрительно - двигательные траектории. Физминутки провожу музыкальные. Мы танцуем, а не просто выполняем какие-то физические упражнения. Никогда не забуду, как однажды проводила открытый урок литературного чтения, где было много гостей со всего района. Мы изучали произведение А.С. Пушкина «У лукоморья дуб зелёный...» Во время очередной физминутки я включила вальс. Дети встали парами и начали танцевать в классе между рядами, а те мальчики, которым не хватило девочек для образования пары, подошли и пригласили гостей. Эффект был большой - удивление и, конечно, улыбки детей, учителей. Дети могут танцевать, благодаря тому, что вторая половина дня посвящена огромному количеству кружков согласно новым ФГОС. А теперь о результатах. Прошло буквально два месяца обучения в 1 классе, дети мои раскрепостились. Они перестали бояться школы. Стали отвечать на уроках, я увидела перед собой весёлых жизнерадостных ребят. Сейчас второй класс. Дети меняются за конторками сами во время урока. Это не мешает ведению урока. В классе есть тренажеры со зрительными метками. Для расширения зрительных горизонтов, развития творческого воображения на одной из стен кабинета расположила экологическое панно, которое меняю с наступлением каждого времени года. Его я использую на всех уроках. Сейчас у меня в планах применение мешочков с солью и накладок Селиванова на ученические стулья. Этой зимой некоторые классы в нашей школе закрывали на карантин по ОРЗ. А у меня была 100% явка. И всем, конечно же, интересно узнать, а как те нарушения и заболевания, с которыми дети пришли в школу? Положительные результаты, конечно, есть!

Было трое учащихся с проблемой зрения. Теперь в классе только один мальчик в очках. Обследование показало, что у остальных 100% зрение. У пяти было нарушение осанки, медосмотр показал, что в классе нет таких детей. Трое ребят жаловались на боли в области груди. Я не могу сказать, что сейчас нет жалоб, но жалобы эти не в такой форме и не так часты, как были. А вот двое ребят с гастроэнтерологическими заболеваниями так и остались. Они часто ездят в Барнаул на обследование, лечение. Психологическое состояние детей хорошее. И не могу не сказать о родителях. Конечно, они благодарны, прежде всего, Владимиру Филипповичу Базарному. Одна мама сказала, что приобрела домой конторку, теперь ребёнок учится дома в условиях сохранения здоровья. Около 70 % родителей дома

устраивают массажи для своих детей - хождение босиком по траве летом, шишкам, фасоли. Родители говорят о том, что каждый вечер проходит у них с детьми в приятной обстановке, дети много рассказывают, придумывают различные игры, приносят игры из школы домой. Особенно это касается работы за компьютерами. Я думаю, что вместе с родителями, школой мы выпустим нового ученика. Того ученика, который будет любить свой народ, свой край и свою Родину; уважать и принимать ценности семьи и общества; интересоваться окружающим миром; владеть основами умения учиться, способностью к организации собственной деятельности; готовым самостоятельно действовать и отвечать за свои поступки перед семьёй и обществом; доброжелательным, умеющим слушать и слышать собеседника, обосновывать свою позицию, высказывать своё мнение; выполняющим правила здорового и безопасного для себя и для окружающих образа жизни.

А пока мы учимся жить: и на уроке, радуя друг друга полезным общением в творческом поиске решения учебных проблем и задач, и в окружающем мире, осознавая ценность не только знания, но и взаимопомощи, взаимоуважения, взаимопонимания, добра. Трудно работать в наше время. Наша профессия была во все времена не из лёгких. А сейчас, когда грянули такие перемены в образовании, стало ещё труднее. На уроке мы учим детей добру, учим на русских народных сказках, на живом слове родного языка через произведения великих поэтов и писателей, а дома, включая телевизор, они видят насилие, секс, вульгарщину, ругательства. Запретить смотреть телевизор? Учитель пока не может противостоять средствам массовой информации. Пока будет существовать канал ГНТ, различного рода новые фильмы, сериалы, которые показывают ребёнку обратную сторону жизни, причём худшую, психика ребёнка будет страдать, будет происходить раздвоение личности. Поэтому я очень благодарна, что во время конференций «Здоровое развитие детей» могу увидеть богатейший опыт учителей страны, посоветоваться с ними, поучиться у них. И учить по - новому. Очень хочется познакомиться с тендерным образованием, посмотреть на всю систему Владимира Филипповича в целом, а не на элементы. Ещё в начале 90-х годов тревожным набатом прозвучало заключение одного из авторитетнейших педиатров России академика АМН А. Баранова: «Пройдёт не так уж много времени - и может не стать государства. Просто некому будет его защищать, и некому будет рожать детей». А как это преодолеть? Только одним единственным способом, которым ещё Иисус Христос лечил расслабленных: «Встань и ходи!»





## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ МЕТОДИК В.Ф. БАЗАРНОГО В ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Махлова В.Н., воспитатель МБДОУ «Центр развития ребенка - детский сад №40» г. Славгорода

В нашем учреждении 12 групп, из них функционируют две группы с нарушением зрения (амблиопия и косоглазие), которые посещают 30 детей. На этих группах работают воспитатели с высшей и первой квалификационной категорией, педагог психолог, учитель-логопед, инструктор по физической культуре, медсестра ортоптистка, под руководством врача офтальмолога от детской поликлиники. Посещая эти группы, дети получают комплексное лечение, сочетающееся с воспитательно-образовательным процессом, который включает в себя коррекционную работу с учетом зрительных возможностей детей.

МБДОУ «Центр развития ребенка - детский сад №40» это единственное учреждение в городе, в котором имеются такие группы, поэтому диагностическая коррекционная деятельность охватывает не только детей детского сада, но и всех дошкольников города через работу консультационного пункта. В работе с детьми применяем программу специальных (коррекционных) образовательных учреждений под редакцией Л.И. Плаксиной.

Элементы здоровьесберегающих методик Владимира Филипповича Базарного идеально подходят для снятия физической и умственной нагрузки, дают возможность проводить познавательные и продуктивные виды деятельности по любой программе, которые мы внедряем и используем на протяжении многих лет.

Планирую, занятия с таким расчетом, чтобы дети несколько раз организованно переходили из положения, сидя в положение стоя. При этом каждый ребенок во время занятий находится строго на своей зрительной рабочей дистанции, которая определяется врачом-офтальмологом ежемесячно по результатам обследования на предмет остроты зрения. Наблюдая за детьми, сделала вывод, что без ущерба образовательному процессу дети 3-4 раза переходят из одного положения в другое. Главным здесь оказалось не время пребывания в таком положении, а сам факт смены позы.

Использую максимальную подвижность ребенка во время занятий; может встать, подойти и рассмотреть демонстрационный материал. Провожу физкультминутки, дыхательную и зрительную гимнастику стоя.

Физкультминутки в игровой форме, учитывая возрастные и зрительные возможности детей. Например: «Веселые человечки», на карточках, которые показывает педагог, схематично изображены человечки, выполняющие различные гимнастические упражнения. Размер изображения равен 2 см. Дети повторяют движения человечка. Комплексы зрительной гимнастики основаны на методиках В.Ф. Базарного, Э.С. Аветисова. Зрительную гимнастику провожу не менее 3-4 раз в день в течение 3-5 минут. Упражнения носят игровой характер, включая стихи, потешки. Включаю упражнения для глаз с предметами и без предметов во время

утренней гимнастики, физкультурных занятий. Принцип их выполнения заключается в сопровождении основного движения движениями глазного яблока по всем намеченным направлениям: вверх-вниз, вправо- влево, по диагонали, круговые движения. Такие упражнения улучшают кровообращение, расслабляют мышцы, снижают утомление, облегчают зрительную работу на ближнем расстоянии. Материалов по этой теме печатается не так много, поэтому сами разрабатывали, переделывали комплексы гимнастик.

Например:

И. и. - стоя. Смотреть на конец пальца и выполнять действия согласно тексту: «Вдаль на палец посмотри. Ближко к носу поднеси. 1, 2, 3, глаза закрой, 1, 2, 3, глаза открой».

И.п. - стоя, в руках маленький мячик с шипами. Дети выполняют движения согласно тексту: «Мячик, мячик, озорной. Поиграй-ка, ты со мной (дети моргают глазами).

Ну-ка, мячик, повернись, на глаза мне покажись (круговые движения глазами).

Взгляд я влево отведу, мячик снова я найду (отводят взгляд влево). Теперь вправо посмотрю, снова мячик я найду (отводят взгляд вправо)».

Кроме названных упражнений для укрепления мышц глаза проводятся различного рода элементы с мячом. Используя мячи с шипами с целью развития тонкой моторики, регулярно провожу пальчиковую гимнастику обязательно с речевым сопровождением. Одновременно дети получают массаж кистей и пальцев рук. Они способствуют развитию памяти, тонкокоординированных движений кисти и пальцев рук, что способствует легкому овладению нашими выпускниками письмом в школе.

Используя зрительно-пространственную активность в режиме образовательного процесса, достигается это за счет максимального удаления от глаз детей дидактического материала. Выручают деревянные планки, фабричные подвески (бабочки, птички, мишки и т. д.) и располагается на них дидактический материал высоко в центре группы и в углах, с помощью которого дети считают, составляют слова, упражняются в классификации предметов и т. д.

Дети всматриваются вдаль и тем самым снимают напряжение с глазных мышц. Способствует расширению зрительно-двигательной активности и проведение упражнений для глаз с помощью расположенных в пространстве ориентиров. Выполняются через 10-15 минут напряженного зрительного труда.

- На стенах поместила силуэтное изображение предметов, животных, героев сказок, цифры и т. д. Размер 15-30 см. На занятии дети по просьбе встают и отыскивают глазами нужную картинку - ответ на вопрос педагога или на загадку.

- В своей работе широко использую методику замечательных тренажеров, разного рода траекторий, по которым дети «бегают глазами» за ориентирующими стрелками траекторий. На листе ватмана (от 2 до 5 метров) я изображаю какие-либо цветные фигуры (овалы восьмерки, зигзаги, спирали, ломаные линии), толщина линии 1 см.

Создала большие настенные тренажеры по сказкам, по временам года: «Помоги снеговика пройти к Деду Морозу», «Дорожное движение», «Мотыльки», «Страна математика», «На лесной тропинке» и другие. Использую на занятиях и индивидуальные тренажеры: «Прокати мяч», «Смотай клубочек», «Покажи дорогу

щенку», «Поймай рыбку», «Кто где живет?». Ребенок указкой (кончик указки окрашен в красный цвет) ведет по тренажеру и прослеживает взглядом. Такие упражнения развивают прослеживающую функцию глаза, зрительно-двигательную координацию. Упражнения для глаз сочетаю с пальчиковой гимнастикой, дыхательной и физкультминуткой. Упражнения выполняются под музыку. В роли зрительного тренажера использую лазерный фонарик, пластмассовую указку, на кончик которой прикрепляю пчелку, кораблик, мячик, птичку и т. д.

Дети любят работать с такими тренажерами. Бумажные тренажеры разместила в приемной, в группе. Дети по желанию подходят и выполняют движение глазами, руками, туловищем, головой, поочередно обводят указательными пальчиками траектории и одновременно следят за ними глазами.

Решать задачи в образовательной области познание мне помогают бумажные офтальмотренажеры «Пирамидки», «Тарелки с разноцветными кружками», «Коврик», «Витражи в домиках». Дети учатся считать, различают и называют цвета, сравнивают. С помощью таких приемов развиваются зрительно-моторная реакция, чувство локализации в пространстве, стереоскопическое зрение, различительно-цветовая функция.

Учитывается также материал психологического воздействия цвета на ребенка. Аналогично разработала свои тренажеры с определенным заданием, среди 10 горшочков Вини-Пуха найти и сказать на каком по счету месте стоят два одинаковых горшочка, на каком по счету месте стоят три одинаковых матрешки, найдите две одинаковые неваляшки и т. д.

Развитие тонкой моторики и ручного творчества детей решаю не только на занятиях, но и во время кружковой работы посредством техники оригами кружков «Журавлик». У детей развивается тонкая моторика, появился художественный вкус, усидчивость. Работы детей принимают участие в городских и краевых конкурсах, отмечены грамотами и дипломами.

Я являюсь руководителем творческой группы воспитателей, работающих с детьми с нарушением зрения. Творческая группа работает активно, с интересом. Следит за новинками литературы, собрана литература, обобщен опыт работы воспитателей по этой тематике. Тесно сотрудничаем с педколледжем: проводим занятия, семинары, консультации для студентов. Получаем поддержку от родителей в своей работе. Помогли оформить экологическое панно, его мы используем во всех видах деятельности; массажные индивидуальные коврики; ребристые доски для закаливания; на участках «дорожки здоровья» для профилактики плоскостопия.

Комплексная интеграция элементов методик Владимира Филипповича Базарного в коррекционный образовательный процесс позволила нам добиться положительных результатов в восстановлении зрения и воспитании детей.

В результате мы получили убедительные показатели с 2010 года по 2012 год. Зрение улучшилось у 98% детей, у 80% уменьшился угол косоглазия.



## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ В.Ф. БАЗАРНОГО В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Могильникова Н.П., методист кафедры здоровьесберегающих технологий НМЦ психолого-валеологического образования АКИПКРО, г. Барнаул

Здоровье во все времена считалось высшей ценностью, основой активной творческой жизни, счастья, радости и благополучия человека. Также мы понимаем здоровье не только как смысл жизни, но и как ресурс для повседневной жизни, т.е. жизнеспособность, энергию, с которой люди стремятся к достижению цели, выполняют свои ежедневные обязанности и способность к быстрому восстановлению сил после стрессовых ситуаций.

Здоровье детей отнесено к приоритетным направлениям социальной политики в области образования, т.к. школа является местом активной деятельности ребенка на протяжении 9-11 лет. Самые важные периоды наиболее активного развития детского организма, когда происходит формирование здоровья на дальнейшую жизнь, совпадают с важнейшим социальным этапом детства - получением ребенком общего среднего образования. «Именно в школьный период формируется здоровье человека на всю последующую жизнь. Сегодняшняя статистика здоровья школьников просто ужасающая. Да, многое, конечно, зависит от условий жизни в семье, от родителей. Но бесконечно «кивать» только в их сторону нельзя. Дети проводят в школе значительную часть дня, и заниматься их здоровьем должны, в том числе, и педагоги. Нужно уйти от усреднённого подхода в этом вопросе. К каждому ученику должен быть применён индивидуальный подход - минимизирующий риски для здоровья в процессе обучения. Тем более что к перегруженным программам обучения в обществе тоже много вопросов». (Из ежегодного Послания Президента РФ Д.А. Медведева Федеральному Собранию).

Условия современной школы могут дать школьникам достаточный объём знаний, но не способны сохранить здоровье детей. Подтверждением тому является снижение здоровья детей, неустойчивая мотивация в сохранении своего здоровья, отсутствие механизмов внедрения принципов здорового образа жизни в массовую практику. Особенность школьного обучения состоит в том, что ребенок обязательно должен достигнуть определенного результата. Ожидания педагогов, родителей и самого ребенка приводят к росту психической нагрузки, нервным потрясениям, школьным стрессам. Это приводит к тому, что у ребенка пропадает всякое желание учиться и просто активно, интересно жить. А так же за годы учебы в школе ухудшается здоровье: физическое, психическое. Фундамент школьных форм патологий закладываются в начальной школе и главными источниками нездоровья детей являются следующие причины:

■ Большое внимание уделяется образовательным стандартам, а не приоритету здоровья.

■ Зачастую не учитывается моторно-динамический образ ребенка, с его смыслом, мотивами и игровым началом.

■ Уроки в школе проходят в основном в режиме дальнего зрения, и частично ближнего.

■ Дети большую часть времени находятся в закрытом помещении, в ограниченном пространстве.

■ Обучение детей по буквам, цифрам, схемам ведут к угасанию чувства жизни, добра, переживаний.

■ Дети в школе перегружены занятиями и для свободной, творческой, игровой деятельности у них нет времени, даже работая в гибком режиме.

Сохранению и укреплению здоровья детей, должно уделяться как можно больше внимания именно в начальной школе, т.к. это самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в соответствии с обучением дадут прекрасные результаты. В Федеральных государственных образовательных стандартах начального общего образования (ФГОС НОО), введенного с 1 января 2010 года, регламентированы условия организации образовательного процесса и определены разделы основной

образовательной программы. Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся в соответствии с определением ФГОС НОО - это комплексная программа формирования их знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья, как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Перед современной школой стоит задача: воспитание здоровой личности, ориентированной на здоровый образ жизни; организация такого образовательного и воспитательного процесса, который не навредит здоровью ребенку; использование доступных средств охраны здоровья и развития школьника. Новое качество образования может быть достигнуто лишь при создании здоровьесберегающей образовательной среды, учитывающей адаптационные резервы школьников и обеспечивающей сохранение их психосоматического здоровья и духовно-нравственное развитие, сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

За последнее время в печати появилось немало интересных методик и авторских разработок по оздоровлению детей. И это свидетельство тому, что проблема века услышана. Одна из здоровьесберегающих технологий, которая эффективно применяется в начальной школе, «Массовая первичная профилактика школьных форм патологии, или развивающие здоровье принципы конструирования позитивной деятельности в детских садах и школах», разработанная доктором В.Ф. Базарным. Она предусматривает системный подход к развитию ребёнка и направлена на его комплексное гармоничное формирование и развитие на всех этапах созревания и взросления: женская консультация - родильный дом - семья - дошкольное учреждение - школа, что соответствует ФГОС. Технология одобрена Минздравсоцразвития и утверждена Правительством Российской Федерации, дает гарантированный результат улучшения и повышения уровня успеваемости и эффективности учебного процесса. Данная технология не просто укрепляет и

развивает здоровье детей, но и способствует более глубокому и прочному усвоению знаний, умений и навыков в более короткие сроки, снимая при этом проблему перегрузки и переутомления школьников. Эта технология основана на принципах:

- проведения учебных занятий в режиме смены динамических поз, для чего используется специальная ростомерная мебель с наклонной поверхностью - парты и конторки. Часть урока ученик сидит за партой, а другую часть - занимается стоя за конторкой, тем самым сохраняется и укрепляется его телесная вертикаль, позвоночник, осанка, что составляет основу энергетики человеческого организма;

- движения наглядного учебного материала, постоянного поиска и выполнения заданий, активизирующих детей, с использованием подвижных «сенсорных крестов», карточек с заданиями и возможными вариантами ответов, которые могут находиться в любой точке класса и которые дети должны найти и использовать в своей работе; держалки, позволяющие переключать зрение детей с ближнего на дальнее, и формировать у них произвольный самоуправляемый шаговый логоритм при чтении текста, способствующий развитию их речемоторной функции;

- развития мышечно-телесной и зрительной координации, внимания и быстроты реакции, используя схемы зрительных траекторий, расположенные на потолке, и специальные офтальмотренажеры «Бегущие огоньки», движения глазами, головой и туловищем, выполняются в позе свободного стояния и базируются на зрительно-поисковых стимулах, которые несут в себе мотивационно-активизирующий заряд для всего организма;

- развития творческого воображения и целостного (чувственно-образного) восприятия осуществляется за счет работы с «Экологическим букварем» (картина-панно) расположенном на одной из стен класса и изображающим уходящую в бесконечность и насыщенную природными и рукотворными зрительными стимулами местность, на которой с помощью специальных манекенов и карточек разворачиваются сюжеты урока;

- развития психомоторной системы «глаз-рука» и формирования художественного чувства работая в специальных художественно-образных каллиграфических прописях перьевой ручкой;

- художественно-эстетического воспитания. Детское хоровое пение, основанное на народных песнях и классической музыке, является мощным средством балансировки нервной системы и психики, профилактики заболеваний голосового аппарата и органов дыхания у детей;

- трудового рукотворчества совместного с педагогами и родителями, где по законам искусства создают окружающую их жизненную среду, и именно такой труд создаёт и возвышает человека, делает его Личностью в полном смысле этого слова;

- раздельно-параллельного образования мальчиков и девочек с учетом тендерных психофизиологических особенностей детей.

Применение здоровьесберегающих технологий В.В Базарного на уроках в начальной школе позволяет увеличить плотность двигательной активности, улучшить физическое, психическое, нравственное здоровье детей. Развивается функциональная зрелость всех тех систем, на которые падает в школе основная тяжесть всех школьных нагрузок. Сформировать навык сохранения и укрепления здоровья. Повысить работоспособность, внимательность, активность. Стимулирует

психомоторную и умственную деятельность. У детей отмечается устойчивый интерес к знаниям и самоконтроль.

В Алтайском крае есть образовательные учреждения, использующие здоровьесберегающую технологию или ее элементы на протяжении нескольких лет и имеющие положительный результат. «На уроках и во внеклассной деятельности наблюдается рост внимания, развитие творческого мышления и творческой активности учащихся. Особенно это просматривается у детей с СДВГ. ... дети с радостью работают за конторками. При этом повысилось внимание, психическая устойчивость, снизилась утомляемость, выросла двигательная активность. Вывод напрашивается один: даже если применять элементы здоровьесберегающих технологий В.Ф. Базарного, то можно добиться значительных положительных результатов в сохранении и укреплении здоровья учащихся» (Гурьянова Л.П., учитель начальных классов МБОУ СОШ №30 г. Новоалтайска). «Обучение детей по системе В.Ф. Базарного позволяет учиться через игру, самостоятельно оценивать свое состояние, приумножать здоровье, формировать познавательную активность» (Тюнина Л.А., МОУ «СОШ №21» г. Славгорода). «Используя технологию В.Ф. Базарного, я создала условия для формирования успешной творческой личности, научила детей заботиться и укреплять своё здоровье» (Бокова Г.И., учитель начальных классов МКОУ «Волчихинская средняя школа №1»).

Применение здоровьесберегающих технологий В.В. Базарного в школе позволяет не только ребенку стать здоровым и гармонично развитым, но и педагогу повысить свой творческий потенциал. «Эта методика помогла мне стать свободной, раскрепощенной, повысить свой творческий потенциал, а также значимость и престиж своей профессии в обществе» (Бокова Г.И., учитель начальных классов МКОУ «Волчихинская средняя школа №1»).

Литература:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. Министерство образования и науки Российской Федерации. Москва «Просвещение», 2011
2. Базарный В. Ф. Школьный стресс и демографическая катастрофа России: Сборник материалов. Академия медицинских наук, Сибирское отделение НИИ медицинских проблем Севера. Научно-внедренческая лаборатория физиолого-здравоохранительных проблем образования Администрации Московской области. - Сергиев Посад, 2004. - 28с.ва, 2008.-21с.
3. Горячев В. «Спасём детей - спасём Россию!»: О здравоохранительных педагогических технологиях доктора В.Ф. Базарного: журнал "Народное образование" № 9, 1999, "Здоровье - категория педагогическая"
4. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. - М.: АРКТИ, 2005.



## **ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ УСЛОВИЙ ОБУЧЕНИЯ НА ОСНОВЕ СОЗДАНИЯ АКТИВНОЙ СЕНСОРНО-МОТОРНОЙ РАЗВИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ**

Номеровская Л.Н., учитель начальных классов МБОУ  
Кулундинской СОШ № 1

Существует одна простая истина: если нет здоровья, то все остальное бессмысленно. В наши дни эта истина особенно важна, поскольку значительная часть детей приходит в первый класс с отклонениями в состоянии здоровья. По мнению специалистов, причина многих заболеваний детей — недостаток движений. Он приводит к тому, что учащиеся в процессе чтения и письма пребывают в хроническом сенсорно - моторном, психоэмоциональном и нервно - вегетативном напряжении. Умственная же работоспособность и успешность овладения детьми школьной программой напрямую зависит от показателей здоровья.

Приоритетным направлением деятельности нашей начальной школы является работа по сохранению и укреплению здоровья детей, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

Цель моей деятельности: создание здоровьесберегающих условий обучения на основе активной сенсорно-моторной развивающей среды.

О методике В. Ф. Базарного наслышаны многие, но оценить её могут лишь те, кто апробировал её на практике. По данной методике я уже работаю пятый год и очень довольна результатами. С чего же я начинала?

Первое, что я сделала - это заменила традиционную противоестественную рабочую позу школьников (в положении "сидя"), негативно влияющую на их физическое, психическое и духовное развитие.

Учебные занятия провожу в режиме смены динамических поз, для чего использую специальную ростомерную мебель с наклонной поверхностью : парты и конторки. Часть урока ученик сидит за партой, а другую часть - стоит за конторкой на массажных ковриках в носочках. Массаж стоп имеет оздоравливающий эффект на весь организм в целом, т.к. на стопе имеется проекция всех органов. Детям очень нравится ходить в носочках по своим массажным коврикам. Они не просто стоят, а выполняют упражнения перекачивания с пяточки на носочек. А при смене динамических поз сохраняется и укрепляется телесная вертикаль, позвоночник, осанка.

В процессе урока для разминок и упражнений на мышечно-телесную и зрительную координацию, использую расположенный на потолке специальный офтальмотренажер. Путешествуя взглядом в указанных направлениях начиная с линии № 1, ребенок улучшает координацию



движения глаз, снимает статическое напряжение с мышц глаз, улучшается кровообращение. Рекомендуемые цвета: красный, голубой, желтый, зеленый. В кабинете установлены «Фонари» четырёх цветов и «Бегущие огоньки». С какой целью? Для упражнений в движении глазами, головой и туловищем. Выполняются они в позе свободного стояния и несут в себе активизирующий заряд для всего организма.

С целью расширения зрительных горизонтов, развития творческого воображения и целостного восприятия и познания мира на уроках по всем предметам применяю "Экологический букварь" (картина-панно), расположенная на одной из стен класса. На таком панно при помощи использования манекенов и карточек отражается сюжет каждого урока. На протяжении всего урока дети активны, находятся в движении, им очень нравится работать с необычным букварём. Изменения происходят в зависимости от времени года.

На уроках использую подвижные "сенсорные кресты", на которых прикрепляю задания. В любой точке класса прикрепляю карточки с заданиями и возможными вариантами ответов, которые дети находят и используют в своей работе. Интересна работа с цветными карточками, которые так же благоприятно влияют на зрение. Все эти и подобные им задания являются упражнением для глазодвигательных мышц.

При построении урока не забываю и про уровни гигиенической рациональности урока:

- на уроке преобладают только положительные эмоции;
- чередование различных видов учебной деятельности ;
- продолжительность видов деятельности не более 10 мин.;
- использование эмоциональных разрядок (2-3);
- физкультминутки ( 2 за урок) Это могут быть и для формирования правильной осанки («Великан», «Военный на параде»), для мышц шеи (игра «Буратино»), для улучшения работы кишечника («Массаж живота», «Чебурашка»), для снятия напряжения с глаз. Наиболее простое и доступное всем упражнение - это прикрывание глаз ладонями. Это лучший способ добиться релаксации нервов всех органов чувств, в том числе и зрения, а также уменьшение умственного и физического напряжения.

Так же в своей работе использую психофизическую тренировку. Это метод самоводействия на организм. Освоить технику релаксации помогают такие приёмы:

- метод подражания («поза дремлющего кучера» - сидя на краю стула, ноги полусогнуты и раздвинуты в стороны на полшага, руки с переплетенными пальцами свисают между ногами, туловище и голова наклонены вперёд, следует закрыть глаза, дышать неглубоко и почувствовать расслабление мышц вдоль позвоночника. Упражнение сопровождается словесным самовнушением: «Я отдохнул, я спокоен.»)
- метод смены напряжения и расслабления мышц (тянуть канат, поза Фараона)

- дыхание «по кругу» (Закройте глаза, дышите с закрытым ртом через нос. Образно представьте, что вдох и выдох вы делаете как бы через точку между бровями. Затем на 1,2,3,4 - вдох и на 1,2,3,4 - выдох. При этом нужно представить, что вдох делаете по позвоночнику вверх, а выдох от бровей вниз до пупка. А теперь вдохните (с закрытыми глазами) медленно и бесшумно как бы от большого пальца левой ноги вверх до бровей и выдохните как бы от бровей вниз по правой стороне

тела до пальцев правой ноги. Так дышать 6-10 раз. (Происходит расслабление всего организма.)

Для снятия утомления и восстановления работоспособности учащихся в нашей школе проводятся динамические перемены. Они помогают обеспечить необходимую для растущего организма двигательную активность, позволяют ребятам активно отдохнуть после умственного труда. Для проведения динамических перемен использую подвижные детские игры, такие как «Третий лишний», «У медведя на бору», «Гуси-лебеди», «Два мороза» и другие. Доходчиво объясняю ход игры и сама принимаю участие в игре. Важно отметить, что совместные игры педагога с учениками способствуют укреплению их взаимоотношений.

Итак, здоровьесберегающая технология здорового раскрепощённого развития детей даёт положительные результаты. У детей наблюдается улучшение состояние здоровья в целом, о чём свидетельствуют результаты медицинского обследования учащихся. Практика показала, что за 4 года обучения из 17 учащихся уменьшилось число детей с незначительным нарушением осанки (у двух улучшился до нормы), у 14 - норма. Из трёх учащихся с проблемным зрением, у двух восстановлено 100% зрение. Наблюдается положительная динамика по вспышкам простудных заболеваний. Если в 1 классе сразу 47% было заболевших детей, то к 4 классу таких детей стало 12%. У всех детей рост соответствует весу. Из собственных наблюдений могу сказать, что эти дети уверены в себе, спокойны, уравновешены, собраны, детям нравится учиться. Я прилагаю все усилия для сохранения и укрепления здоровья детей, так как здоровье наших детей - в наших руках.

Проводите день в движеньях,  
На уроке - в походе днях,  
Вас здоровье не оставит,  
Ведь движенье сил прибавит!



## КИНЕЗИОЛОГИЯ В СИСТЕМЕ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

Паутова В.В., старший преподаватель кафедры психологии  
АлтГПА, г. Барнаул

«Тридцатилетние научно-фундаментальные исследования учёных доказали негативное воздействие современной системы образования на качество развития и здоровье детей, поскольку она не соответствует генетической, моторной и чувственной природе ребёнка. Необходим переход на другую систему обучения, свободную от инструктивно-программирующих подходов и формирующую человек с собственным видением мира, мыслетворчеством, с крепким духом и здоровьем...» Владимир Базарный. Именно в такую систему вписывается кинезиология - наука о развитии умственных способностей и улучшения физического здоровья посредством занятий определёнными двигательными упражнениями. Истоки кинезиологии присутствуют во всех известных философских системах древности и прогрессивных педагогических трудах современности. Так, древнекитайская философская система Конфуция демонстрировала роль определённых движений для укрепления здоровья и развития ума. Сходные элементы содержала древнеиндийская йога.

Кинезиология сформировалась более 40 лет назад. В 1962 году мануальный терапевт и экс-главный врач Олимпийской сборной США Джордж Гудхарт [1] пришёл к парадоксальному выводу: информацию о состоянии здоровья можно получать из единственно полного и достоверного источника - у самого организма. После 20 лет практики и наблюдений он выяснил, что работа внутренних органов органически связана с работой определённых мышц. Когда появляется сбой, мышечный тонус ослабевает. Учёный сделал вывод о том, что используя обратную связь и воздействуя определённым образом на мышцы, можно нормализовать и работу органов в целом. Так появилась прикладная кинезиология. В США её повсеместное распространение привело к резкому сокращению (на 40%) использования лекарств. Люди перестали покупать «лишние» лекарства, поскольку мышечные тесты могли подсказать, как можно помочь организму.

Кинезиология в настоящее время представляет одно из самых быстро развивающихся и наиболее интересных направлений современного естественного оздоровления. В основном она направлена на активизацию различных отделов коры больших полушарий, что позволяет развивать способности человека. Самый благоприятный период для интеллектуального развития - это возраст до 9 лет, когда кора больших полушарий ещё окончательно не сформирована. Поэтому использование кинезиологических упражнений в период подготовки ребёнка к школе это важный и необходимый процесс. Его нельзя недооценивать, так как

кинезиологическая программа направлена на развитие моторики, создает предпосылки для становления основных познавательных процессов.

В.А. Сухомлинский утверждал, что "ум ребёнка находится на кончиках его пальцев". Сотрудники Института физиологии детей и подростков Академии психологических наук установили, что уровень развития психических процессов находится в прямой зависимости от степени сформированности тонкой моторики рук. По мнению И.М. Сеченова "Неподвижный глаз также слеп, как неподвижная рука". Работы В.М. Бехтерева, А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурия, П.Н. Анохина доказали влияние манипуляций рук на развитие функций высшей нервной деятельности: становление речи, проявление всех познавательных процессов. Следовательно, правомерно предположить о целесообразности понятий развивающей работы с детьми по восходящему вектору от движения к мышлению, а не наоборот [2].

Исследования М.М. Кольцовой показали, что существует тесная взаимосвязь между координацией тонких движений рук и речью. Речевая деятельность развивается под влиянием импульсов, поступающих от пальцев рук [3; 2]. Доказано, что дошкольный возраст является сенситивным в развитии речи, при этом требования к развитию речи, при выходе ребёнка из детского сада, предъявляются почти такие же как к речи взрослого человека, что ещё раз доказывает необходимость поиска и расширения диапазона средств речевого развития. В этой связи, мало использованными в развитии являются кинезиологические упражнения.

Под влиянием кинезиологических тренировок в организме наступают положительные структурные изменения. Совершенствуется регулирующая и координирующая роль нервной системы. Поэтому можно сказать, что кинезиологические упражнения позволяют выявить скрытые способности ребёнка и расширить границы его возможностей развития познавательной сферы.

В целом развитие кинезиологического направления опирается на процесс созревания мозга, который идёт путём надстройки новых уровней над старыми, как отмечал Л.С. Выготский. Старый уровень переходит в новый, существует в нём, создавая его базис. Формирование парной работы мозга проходит в онтогенезе ряд этапов:

На первом этапе (от внутриутробного периода до 2-3 лет), закладывается базис для межполушарного обеспечения регуляции мышечного тонуса и бодрствования.

На втором этапе (от 3 до 7 лет) закладывается второй функциональный блок мозга, который принимает зрительную, слуховую, общечувствительную и кинестетическую информацию [4]. При этом для нормального созревания функций левого полушария необходимо нормальное течение онтогенеза правого полушария. Следовательно, на этом отрезке онтогенеза, закрепляется межполушарная асимметрия, формируется преобладающая функция полушарий по речи, индивидуальному латеральному профилю (сочетание доминантного полушария и ведущей руки, ноги, глаза, уха), функциональной активности.

На третьем этапе (от 7 до 12-15 лет) происходит становление межполушарного взаимодействия, единство работы правого и левого полушария. Происходит формирование когнитивных стилей личности при систематическом обучении. Это позволяет ребёнку выстраивать собственные программы поведения, ставить перед собой цели, контролировать их выполнение, произвольно регулировать своё поведение, эмоции, речь, организовывать активную сознательную деятельность [5].

В период подготовки ребёнка к школе (6-7 лет) более развитым оказывается правое полушарие, а левое постепенно актуализируется к 9 годам, согласно таблице 1 по смене этапов развития коры больших полушарий в постнатальный период, разработанной К. Ханнафорд.

Таблица 1

Динамика развития корковых полушарий в постнатальный период жизни  
(по К. Ханнафорд)

Возраст	Этапы развития области головного мозга	Функции
1,5 -4,5 г.	Лимбическая система	Развитие эмоциональной и речевой сферы, воображения, памяти, овладение грубыми моторными навыками
4,5 - 7 лет	Правое (образное) полушарие	Обработка в мозге целостной картины на основе образов, движения, ритма, эмоций, интуиции, внешней речи, интегрированного мышления
7 -9 лет	Левое (логическое) мышление	Детальная и линейная обработка информации, совершенствование навыков речи, чтения и письма, счёта, рисования, танцевальных движений, восприятия музыки, развитие мелкой моторики рук
8 лет	Лобная доля	Совершенствование навыков тонкой моторики, становление внутренней речи, контроль социального поведения. Развитие координации движений глаз: слежение и фокусирование
9 - 12 лет	Мозолистое тело и миелинизация	Комплексная обработка, получаемой информации, всем мозгом
12 - 16 лет	Гормональный всплеск	Формирование знаний о себе, своём теле. Уяснение значимости жизни, появление общественных интересов
16 - 21 год	Целостная система интеллекта и тела	Планирование будущего, анализ новых идей и возможностей

В связи с выше изложенным, подготовка к обучению должна проходить естественным для детей правополушарным способом - через творчество, образы,

положительные эмоции, движение, пространство, ритм, сенсорные ощущения. Также очень важной особенностью ребёнка 7-летнего возраста является пластичность работы левого и правого полушарий мозга. При этом кинезиологические упражнения составляют огромный коррекционный потенциал. К 9-летнему возрасту по всем нейробиологическим законам снижается интенсивное развитие мозга, и коррекционный процесс подчас приобретает характер муштры. При этом следует учитывать иерархию развития основных (базальных) факторов развития мозга, являющихся нормами для совершенствования познавательных процессов.

Литература:

1. Васильева Л.Ф. Теоретические основы прикладной кинезиологии. - М.: ВИС, 2003 г. - 84 е.;
2. Здоровьесберегающие подходы к обучению детей на разных этапах развития современного образования: методич. Рекомендации [Текст] Сост. Е.В. Лопуга. - Барнаул, 2008. - 88 е.;
3. Кольцова М.М. Двигательная активность и развитие функций мозга ребёнка. - М., Педагогика. 1973г.- 144с.;
4. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии. - М.: Академия, 2002 г. - 160 е.;
5. Лурия А.Р. Высшие корковые функции человека. - СПб.: Питер, 1-е издание, 2008г. - 624 с.

## ГАРМОНИЧНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ СЕЛЬСКОЙ МАЛОКОМПЛЕКТНОЙ ШКОЛЫ ЧЕРЕЗ ПРИМЕНЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В.Ф. БАЗАРНОГО



Попова Т.Г., учитель начальных классов МКОУ  
«Шипицынская ООШ» Тальменского района

Модернизация образования, обозначенная в ряде государственных документах, определила устойчивую тенденцию к позитивным изменениям здоровья учащихся.

Немаловажная роль по внедрению методик В.Ф. Базарного в образовательные учреждения Алтайского края принадлежит Алтайской краевой общественной организации «Краевой Союз за здоровое развитие детей».

Учебная мебель «конторка» и связанное с нею обучение в режиме «динамических поз», предложенные более 30 лет В.Ф. Базарным, наконец-то включены в утверждённые СанПиНы.

В школах Алтайского края появились конторки, за которыми детям комфортно учиться. Особенно это радует педагогов-новаторов. Применение здоровьесберегающих технологий В. Базарного в Шипицынской школе предусматривает реализацию следующих направлений:

- 1 этап. Создание условий (нормативно-правовых, материальных, просветительских, научно-методических), способствующих реализации методик В. Ф. Базарного.
- 2 этап. Использование здоровьесберегающего оборудования в классе.
- 3 этап. Реализация технологий В.Ф. Базарного в окружающем мире, несущем полную свободу восприятия, гармонию с природой.

Для успешного использования данных технологий, включённая программа «Массовая первичная профилактика школьных форм паталогий» (автор В.Ф. Базарный) в программу развития МКОУ «Шипицынская ООШ», в общеобразовательную программу начального образования, реализующая ФГОС НОО, определяется эффективностью позитивного воздействия на здоровье детей, грамотно встроена в общую систему, отвечает единству целей и задач, которые решает учитель в процессе своей творческой деятельности.

Родители вовлечены в процесс отслеживания показателей здоровья учащихся.

Специфика работы в малокомплектной школе обусловлена малой наполняемостью учащихся в классе. Это отличное условие для детей обучаться за конторкой. Каждый ученик ни с кем не делит своё рабочее пространство, так как занимается один за конторкой и за партой, тем самым слышит потребности своего тела и регулирует их по своему желанию.

Главным моментом в режиме «динамических поз» является не только сам факт стояния, сколько периодическая смена поз.

Имея большой опыт организации работы учащихся за конторками и отслеживая эту работу в течении девяти лет можно сделать вывод: у детей нет проблем со

здоровьем, они свободно двигаются на уроках, не существует проблем переутомления, режим «динамических поз» дети принимают как реальную необходимость в учебном процессе и занимаются в этом режиме с желанием и интересом.

Схема-тренажёр на потолке активизирует чувственную и зрительную координацию учащихся. Слежение глазами по красочным, цветным траекториям проявляет себя в улучшении зрения, снимает физическое напряжение на уроках.

Красочные сенсорно-моторные тренажи в четырёх верхних углах класса вносят разнообразие в уроки, снимает усталость, тем самым повышает активность детей на занятиях.

Экологическое панно на одной из стен - в режиме зрительных горизонтов эффективно для гармоничного развития учащихся. У экологической стенки ребятам увлекательно заниматься. Учитывая, что ведущая деятельность младших школьников - игра, работа детей в режиме зрительных горизонтов идеальный вариант.

На сенсорной крестовине располагается дидактический материал урока, что способствует активизации учащихся на постоянный поиск, движение.

Карточки с заданиями и ответами находятся в любой точке класса.

Для преодоления комплекса статической позы, развития речедвигательного компонента используются специальные держалки. Данное здоровьесберегающее оборудование помогает детям переключить зрение с ближнего на дальнее, повышает эффективность запоминания материала, тренирует внимание, зрительную фиксацию в пространстве, увеличивает зрительную дистанцию при чтении - письме.

Реализация здоровьесберегающего оборудования в классе способствует не только сохранению и развитию здоровья детей, но и развивает их личностные качества, творческие способности, умственные способности - всё это способствует гармоничному развитию учащихся.

Для гармоничного развития детей в сельской малокомплектной школе не достаточно ограничиваться внедрением методик В.Ф. Базарного только на уроках.

Созданы условия, которые несут полную свободу восприятия окружающей действительности-гармоничная связь с природой: пришкольный участок, игровая и спортивная площадки, лес, речка.

Проводятся занятия в условиях естественной экологической среды: экскурсии в природу, на Чумыш, подвижные народные игры на площадке, упражнения с держалками, проведение уроков по предмету «Окружающий мир» на природе.

Важным моментом таких занятий является чувство единения детей и педагога, который становится центральной фигурой не только обучения, но и гармоничного развития воспитанников.

Вывод: внедрение методик В.Ф. Базарного помогло создать охранительный, комфортный, педагогический режим общения педагога с детьми.

Отслеживая показатели здоровья младших школьников получены следующие результаты: нет учащихся с нарушением осанки, произошли положительные сдвиги в эмоциональной сфере, психомоторных функций детей.

Дети успешны в учёбе, активны, коммуникабельны, раскрываются их личностные качества, творческие способности.



Гармоничное развитие детей проявляется в использовании деятельностно-трудовых и конструктивно-рукотворных принципов обучения во внеурочной деятельности «Умелые ручки», художественно-эстетическом творчестве в кукольном кружке «Чебурашка», в котором проявляется артистизм ребят. Творческие работы - рисунки детей - занимают призовые места на всероссийских конкурсах.

Вырос профессиональный уровень педагога по данной проблеме через участие в конкурсах различного уровня по применению технологий В.Ф. Базарного. Этому способствует так же:

1. Ежегодное участие в краевых конференциях «Здоровое развитие детей»
2. Выступление на 2 краевой конференции «Здоровое развитие детей» 2008г. по теме «Применение здоровьесберегающих технологий В.Ф. Базарного в условиях сельской малокомплектной школы»
3. Видеофильм «Использование здоровьесберегающих технологий В.Ф. Базарного в образовательных учреждениях Алтайского края» (участие как школа-новатор, внедряющая методику В.Ф. Базарного) Выпуск 2. 2011г.
4. Краевой конкурс видеофрагментов урока с применением технологий В.Ф. Базарного (2 место) 2012г.
5. Представление опыта работы в методическом сборнике: «Использование здоровьесберегающих технологий В.Ф. Базарного в образовательных учреждениях Алтайского края». Выпуск 1. -Сборник. -Барнаул. 2009г. Статья «Применение здоровьесберегающих технологий В.Ф. Базарного в условиях сельской малокомплектной школы».
6. Актуальные вопросы долголетия. Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Красноярск. 17-18 мая 2012г. 1) Опубликование статьи «Использование здоровьесберегающих технологий В.Ф. Базарного в обучении и воспитании детей в условиях сельской малокомплектной школы». 2) В сборнике материалов Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные вопросы долголетия» (Красноярск. Май 2012г.).

Активное использование методик В.Ф. Базарного - одно из важных, необходимых, доступных условий для гармоничного развития детей в сельской малокомплектной школе, несущих интерес, желание, творчество как детей так и педагога.



## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В.Ф. БАЗАРНОГО НА ЗАНЯТИЯХ УЧИТЕЛЯ - ДЕФЕКТОЛОГА В РАБОТЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ**

Сохарева О.В., учитель-дефектолог МБДОУ ЦРР - детский сад  
№21 «Малышок» г. Новоалтайска

В настоящее время проблема здоровья и его сохранения является одной из самых актуальных. Понятие «здоровьесберегающие технологии» прочно вошло во все элементы образовательной системы, начиная с дошкольных образовательных учреждений. В нашем МБДОУ ЦРР - детском саду №21 «Малышок» также на первый план выходит проблема восстановления здоровья ребёнка, т.к. в детском саду функционируют специализированные группы для детей с нарушениями зрения. Воспитанники имеют не только зрительный дефект, но и другие отклонения в состоянии здоровья (в том числе нарушения деятельности нервной и сердечнососудистой систем, отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата).

Целью моей работы как тифлопедагога является компенсация нарушений сенсорно-специфического и опознавательного процессов зрительного восприятия в единстве с развитием несенсорных психических функций (внимания, памяти, мышления, эмоций); стимуляция зрительной, познавательной, творческой активности воспитанников.

Я провожу специальные коррекционные занятия (подгрупповые и индивидуальные) по развитию зрительного восприятия по следующим видам: формирование предметных представлений, формирование восприятия сенсорных эталонов, формирование восприятия сюжетных изображений, развитие ориентировки в пространстве, развитие мелкой моторики рук.

Ребёнок, имеющий нарушения зрения, изначально ограничен в свободе своих движений. Снижение остроты зрения и недостаточность состояния здоровья ведёт к возникновению трудностей накопления чувственно- практического опыта и сложностей ориентировки в окружающем мире. Поэтому свободное развитие личности малыша без специально создаваемого «свободного пространства» невозможно вследствие ограниченных чувственных впечатлений. На своих коррекционно-развивающих занятиях я попыталась создать «свободное пространство», используя элементы здоровьесберегающих технологий доктора медицинских наук В.Ф. Базарного, в основе которых лежит комплексное воздействие на детей через повышение их телесно-моторной активности.

Я считаю, что эффективность позитивного воздействия на здоровье детей различных оздоровительных мероприятий определяется не столько качеством каждого из них, сколько их грамотной «встроенностью» в общую систему занятий. Поэтому в работе использую те элементы здоровьесберегающих технологий В.Ф.

Базарного, которые позволяет реализовать предметно - развивающая среда моего кабинета.

Например, «технология раскрепощенного развития». Отличительной особенностью этой технологии является то, что занятия проводятся в режиме смены динамических поз. Часть занятия (проверка выполнения домашнего задания, зрительная гимнастика, физкультминутки) дети проводят стоя: они могут слушать, рассматривать удаленные предметы, выполнять различные упражнения. Часть занятия дети проводят сидя (как правило, это изучение нового материала), а часть - лежа (релаксация). Тем самым сохраняется «вертикализация позы» и укрепляется позвоночник, формируется правильная осанка. Данный режим оказывает благотворное влияние на следующие факторы:

- поддержание физической, психической активности;
- имеет высокие показатели физического развития здоровья;
- укрепляется иммунная система;
- улучшаются ростовые процессы детей;
- развивается координация всех органов (зрительно-ручной, телесно-координаторной, психо-эмоциональной);
- снижается степень склоняемости головы.

Схемы зрительных траекторий в верхней части стены, сигнальные метки на потолке использую для разминок и упражнений на зрительную координацию. Упражнения проводятся в сочетании с движениями глазами, головой и туловищем в позе свободного стояния и базируются на зрительно-поисковых стимулах. На потолке или стене располагаются различные зрительные ориентиры и детям предлагается найти глазами какой - либо предмет или фигуру. Самое ценное здесь то, что в ответ на каждый вопрос дети совершают десятки поисковых движений глазами, головой, туловищем. Это повышает их работоспособность, снижает утомляемость, а так же способствует гармоничному формированию зрительного восприятия и развитию сенсорно-моторных функций.

С целью смягчения неблагоприятных последствий воздействия фактора закрытых помещений и ограниченных пространств также я использую схему «Зрительного стадиона». На стене нарисована диаграмма, при этом цвета соответствуют следующим требованиям: наружный овал - красный, внутренний - зеленый, крест коричнево-золотистый, восьмерка - ярко-голубым цветом. После активной зрительной работы предлагаю детям вытянутыми вперед руками поочередно обводить указательным пальцем траектории с одновременным слежением за ним глазами, туловищем: «пробежать» глазами по кругу, в обратную сторону...

Данный тренаж прекрасно снимает зрительное напряжение, расслабляет, снимает нервную возбудимость.

Успешно использую прием зрительно-пространственной активности. Детям предлагаю найти зрительный материал в пространстве кабинета или за окном группы. Например, упражнение «Метка на стекле», и другие.

Творческое использование здоровьесберегающих технологий В. Базарного позволило мне улучшить физическое, психическое здоровье воспитанников, повысить их работоспособность, внимательность, активность. У детей отмечается устойчивый интерес к знаниям и самоконтроль.



## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИННОВАЦИОННОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ОБОРУДОВАНИЯ ПРИ РАБОТЕ ПО ТЕХНОЛОГИИ В.Ф. БАЗАРНОГО**

Тарасова А.Ю., преподаватель кафедры  
здоровьесберегающих технологий НМЦ  
психолого-валеологического образования АК ИПКРО, г.  
Барнаул

В настоящее время активно осуществляется внедрение и реализация Федерального Государственного Образовательного Стандарта в образовательных учреждениях, который обращает внимание работников педагогического образования на здоровье школьников. На совещании по вопросам детского здравоохранения, от 16 мая 2011 года, Д.А. Медведев отметил, что «данные по здоровью детей, в общем, всё время разнятся, и некоторые из них выглядят очень тревожно. В любом случае абсолютно здоровыми, по данным Министерства здравоохранения, в настоящий момент можно назвать только 10 процентов выпускников школ. Более половины детей считаются имеющими ослабленное здоровье, и значительная часть детей в возрасте до 14 лет уже приобретают хронические болезни».

В связи с создавшейся на сегодняшний день ситуацией, необходимо принимать эффективные меры по сохранению здоровья детей в школах и активному внедрению здоровьесберегающих технологий.

Технология В.Ф. Базарного является системным подходом к воспитанию ребенка, который направлен на комплексное, гармоничное формирование и развитие личности. Основными принципами конструирования учебной деятельности на основе сохранения здоровья являются: методика динамических поз, экологический «Букварь» и др. Методика В.Ф. Базарного не затрагивает материалы учебного процесса, а меняет подход к обучению. Дети так же получают глубокие знания по всем предметам, содержащимся в обычной общеобразовательной программе, но при этом процесс обучения, направленный на сохранение здоровья школьника, становится более эффективным.

Для реализации здоровьесберегающей технологии В.Ф. Базарного можно использовать инновационное оборудование, которое применяется в коррекционно-развивающей деятельности педагога-психолога. «Кочки на болоте», представляют собой 12 деревянных полушарий (кочек), которые можно выкладывать на иолу плоской стороной либо вниз, либо вверх. Задача школьника - балансировать, стоя на плоской (или округлой) стороне полушарий. Оборудование «кочки на

болоте» можно использовать в групповой и индивидуальной форме и позволяют осознать схему собственного тела, научиться сохранять равновесие с помощью балансировки, развить координацию движений, а так же помогает снять нервное напряжение у школьников. Комплект эффективен также для профилактики плоскостопия и укрепления позвоночника детей.

Следующее оборудование, которое можно использовать при работе по технологии В.Ф. Базарного - «Тактильная дорожка», которая представляет собой покрытие из искусственной травы, наждачной бумаги, металла, плюша, гальки, ворсистой ткани, оргстекла. С её помощью можно снять напряжение, тревожные состояния и осуществить профилактику плоскостопия.

«Pertra. Набор психолога», представляет собой семь наборов (чемоданов), размещенных на передвижном стеллаже. Для начальной школы такой набор является колоссальным ресурсом реализации здоровьесберегающей технологии, так как данный дидактический материал можно использовать для тренировки графомоторных навыков, формирования и развития математических знаний, классифицированию геометрических форм, умению выявлять признаки предметов, а кроме этого данный набор способствует развитию коммуникативных навыков, сотрудничеству. Например, игровой набор №5 « От каракуль к каллиграфии» помогает ребенку проходить все этапы формирования графомоторного навыка, развить грубую и тонкую координацию движений (моторику), а так же выработать автоматические навыки письма.

Для развития графомоторных навыков, формирования понятия «право», «лево», развития чувства симметрии, снижения переутомления, чувства усталости, развитию эмоционально-волевой сферы можно использовать набор «Пишем и рисуем на песке». Для организации нескольких зон в классе, с целью сохранения осанки школьника, зрения, уменьшения количества соматических заболеваний, можно использовать сенсорное оборудование: бескаркасную мебель (кресло-мешок), сухой бассейн, пузырьковые колонны, тактильные панели и т.д.

Таким образом, использование инновационного психологического оборудования помогает педагогу реализовать системный подход В.Ф. Базарного к развитию личности ребенка и осуществлять деятельность по сохранению здоровья и созданию благоприятной психологической обстановки.



## УРОК ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА В 1 КЛАССЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТЕХНОЛОГИЙ БАЗАРНОГО

Чупцова И.В., учитель начальных классов КГБС(К)ОУ  
«Славгородская специальная (коррекционная) общеобразовательная  
школа-интернат VIII вида»

Тема: Рисование с натуры игрушки - кораблика.

Цель: формирование перцептивных действий.

Задачи: корригировать мелкую моторику через упражнения «Дорожка», «Вид на море»; корригировать зрительное восприятие через упражнения, направленные на различение основных цветов, узнавание и называние геометрических фигур, анализ объекта изображения; воспитывать положительные качества личности (самостоятельность, умение доводить начатое дело до конца), эстетические чувства.

Оборудование: мультимедийный проектор, презентация, «Дорожка» (прошита ткань с фасолью внутри), геометрические фигуры, экологический букварь, предметные картинки, игрушка-кораблик из плотного картона, сенсорный крест, подвесная рейка, образцы рисунков с ошибками, «Журнал корабля», тренажёр «бегущие огоньки», массажные ленты, массажные дорожки, предметные картинки из картона с нашитыми кнопками. I. Подготовительная часть.

### 1. Организация начала урока.

Задача: создание положительного эмоционального настроения на урок, проверка готовности к уроку.

Деятельность учащихся	Деятельность учителя	Примечания
Дети проходят в класс по массажным дорожкам, становятся в круг.	Учитель сообщает о начале урока. Долгожданный дан звонок, Начинается урок. На уроке вы будите не просто ученики, а команда моряков. Мы отправимся в морское путешествие. Пройти в класс, встать в	Звучит тихая, спокойная музыка. Массажные дорожки используются

<p>Дети поворачиваются к соседу справа, улыбаются ему. Учащиеся проходят к своим рабочим местам, проверяют наличие необходимых предметов.</p>	<p>круг. Психологический настрой «Приветствие». - Команда, передаём друг другу улыбку и хорошее настроение. Учитель проверяет готовность учащихся к уроку.</p>	<p>с целью профилактики плоскостопия, воздействия на биологически активные точки подошвы ступней.</p>
---	--	---

## 2. Вводная беседа.

Задачи: мобилизовать внимание; корригировать мелкую моторику, восприятие Деятельность через упражнение на различение цветов. Примечания  
учащихся

	Деятельность учителя	
<p>Учащиеся большими, указательными, средними пальцами рук продвигают фасоль по узкой «Дорожке».</p> <p>Учащиеся Выбегают к букварю, на ощупь с закрытыми глазами определяют фигуру.</p>	<p>коррекцию мелкой моторики.</p> <p>- Мы отправимся в дальнее плаванье. Ребята хотят вам подарить что-то на память. Идём к ним по «дорожке».</p> <p>- Времени до начала путешествия остаётся всё меньше. Поэтому теперь нужно будет добежать. Дидактическая игра «Определи фигуру на ощупь».</p> <p>Дидактическая игра «Цветные карандаши».</p> <p>- Необходимо пройти тренировку, чтобы не попасть в беду на море. Учитель раздаёт цветные карандаши, зачитывает стихотворение:</p> <p>Как-то раз мне подарили коробок карандашей. Можно всё раскрасить ими, всех, от пяток до ушей.</p> <p>- Когда услышите цвет карандаша, который лежит у вас на парте - хлопнуть 1 раз в ладоши. Фиолетовый, оранжевый, зелёный, жёлтый, белый, красный, синий, чёрный.</p>	<p>У «человечков» на экологическом букваре квадрат, круг, прямоугольник, треугольник.</p>
<p>Учащиеся слушают стихотворение, хлопают 1 раз в ладоши, услышав цвет карандаша, лежащего на Упражнение, направленное на</p>	<p>-Какого цвета я не называла</p> <p>Обращение к экологическому букварю. «Дорожка» прошитая ткань с фасолью внутри.</p>	

<p>парте. Предполагаемый ответ учащегося: коричневый.</p> <p>Учащиеся дают инструкцию в стихотворной форме. Дети работают парам, прикрепляют соответствующие изображения предметов по инструкции учащихся. Учащиеся перемещаются по классу, отыскивая</p>	<p>предмет нужного цвета. карандаш? Пусть ученик ответит сей же час. -Путешествовать будем на корабле. Какие же бывают корабли? Найти общие признаки, отличие. Дидактическая игра для развития мелкой моторики «Вид на море». Над волнами чайки кружат, полетим за ними дружно. Вот киты плывут по морю и резвятся на просторе. Веселее загребай и кораблик подгоняй. Физминутка «Дотронься до...» - Весь мир вокруг нас окрашен в разноцветные цвета. Дотронуться до красного, ... . Работа с массажными лентами с целью снятия статического напряжения, увеличения кровотока к отделам головного мозга. Смена поз. Презентация «Виды кораблей»</p>	<p>У учащихся - листы картона с изображением моря, картинки с изображением чаек, корабликов, китов.</p> <p>Н а картинки и листы картона нашиты кнопки. Поиск информации в окружающей действительности. Массаж от поясничной области до шейного отдела.</p>
---	--	--

### 3. Сообщение темы.

Задачи: формировать мотивацию к изучению нового материала, активизировать познавательную деятельность учащихся.

Деятельность учащихся	Деятельность учителя	Примечания
	- А вот и наш корабль. Чтобы вы надолго запомнили наше путешествие, предлагаю нарисовать корабль.	Натура-плоский кораблик из плотного картона.



#### 4. Целеполагание учителя, учащихся.

Задачи: дать учащимся представление о том, какие умения будут формироваться на уроке.

Деятельность учащихся	Деятельность учителя	Примечания
	- Я научу вас правильно располагать рисунок на листе бумаги, передавать форму и величину кораблика.	

#### II. Основная часть.

Задачи: формировать умение обследовать объект изображения по вопросам учителя, находить существенные признаки; корректировать зрительное восприятие через упражнения, направленные на анализ объекта изображения; воспитывать положительные качества личности (самостоятельность, умение доводить начатое дело до конца).

Деятельность учащихся	Деятельность учителя	Примечания
<p>Ученики рассматривают кораблик; анализируют объект по вопросам учителя. Предполагаемый ответ: в центре.</p>	<p>1. Анализ объекта изображения. Выделение частей кораблика, их формы и цвета. Учитель моделирует кораблик из отдельных элементов.</p> <p>Дидактическая игра «Собери кораблик». Проверка качества выполнения задания. Смена поз.</p> <p>2. Определение последовательности построения рисунка. Учитель выполняет показ с объяснением. Повтор правил раскрашивания.</p> <p>3. Указания к началу работы. - Как расположить альбомный лист? В какой части листа расположен кораблик? Повторение порядка выполнения рисунка по плану. «Найди ошибку» дидактическая игра. - Пираты, проплывающие мимо нашего корабля, нарисовали его. Какие ошибки они допускали? Правильная посадка во время рисования.</p> <p>3. Работа учащихся над рисунком и руководство процессом из деятельности. Учитель оказывает индивидуальную помощь по мере необходимости. После выполнения рисунка учащимися простым карандашом учитель подаёт сигнал о начале физминутки. «Весёлые человечки» «Бегущие огоньки» Смена поз.</p>	<p>К альбомному листу прикрепляются части кораблика. Работа в парах.</p> <p>Образцы рисунков, выполненных с ошибками - на сенсорном кресте. Восприятие информации в движении.</p> <p>Дифференциация (для учащихся 1 и 2 групп выполнена частичная разметка). При выполнении работ звучит музыка.</p> <p>Тренажёр используется с целью снижения зрительного утомления.</p>

III. Заключительная часть. Итог, рефлексия, оценивание.

Задачи: подвести итоги урока; формировать способность к анализу и оценке своей деятельности.

Деятельность учащихся	Деятельность учителя	Примечания
Анализ работы по плану (назвать изображённый предмет, его части, цвет частей, величину, расположение на листе бумаги, качество раскрашивания).	Выставка работ. Анализ работ учащимися. Развёрнутый анализ работ учителем. Учитель предлагает в корабельный журнал вставить карточки с «?», если что-то за урок осталось непонятным и «!», если всё на уроке было понятно, ученик остался доволен своей работой.	Схематичный план - на подвесной рейке (рейка используется с целью поиска информации в окружающей действительности, профилактики близорукости).

## ПРИЛОЖЕНИЕ



@ center@bazarny.ru

 vk.com/zstcenter

 t.me/kultobraz

 [zdorovoe-obrazovanie.ru](http://zdorovoe-obrazovanie.ru)