

Конкурс педагогических достижений Петроградского района Санкт-Петербурга

«Два крыла» 2023-2024 учебного года

в номинации «Педагог здоровья Петроградской стороны»

## **Карта здоровьесберегающей технологии**

«Технологии стимулирования и сохранения здоровья»

Жолобова Елена Николаевна

Учитель начальных классов ГБОУ СОШ №77

Санкт-Петербург

2023 год

### Карта здоровьесберегающей технологии

№ п.п.	Раздел описания технологии	Описание
1.	Название технологии	«Технологии стимулирования и сохранения здоровья»
2.	Вид здоровьесберегающей технологии	Здоровьесберегающая (профилактическая)
3.	Получатели технологии	Обучающиеся начальной школы (1-4 класс)
4.	Научные основы технологии	Теория В.Ф.Базарного «Сенсорной свободы и психомоторного раскрепощения», на базе которой разработана и широко апробирована целостная система здравоохранительных педагогических технологий.
5	<b>Формально-описательная часть технологии</b>	
5.1	Цель	<b>Целью модели подвижного урока</b> (по Базарному) является создание здоровьесберегающих условий обучения через увеличение двигательной активности.
5.2	Задачи	<p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● осуществлять оптимальную двигательную активность учащихся на уроке;</li> <li>● учебные занятия проводить в режиме смены динамических поз;</li> <li>● использовать в процессе урока для разминок схемы зрительных траекторий и упражнения на мышечно-телесную и зрительную координацию, а также на развитие внимания и быстроты реакции;</li> <li>● организация здоровьесберегающей функции урока через проведение физкультминуток и оздоровительных пауз</li> <li>● Проводить уроки в режиме движения наглядного учебного материала, постоянного поиска и выполнения заданий, активизирующих детей.</li> </ul>
5.3	Результаты реализации технологии	<p>Основные результаты использования технологий здоровьесбережения В.Ф. Базарного в учебно-воспитательном процессе в начальной школе оцениваются в рамках мониторинговых процедур и контроле физиологических параметров учащихся медицинскими работниками.</p> <p>Благодаря данной технологии достигается <i>на уровне ОУ</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Гарантированный, фиксируемый результат улучшения здоровья учащихся.</li> <li>● Повышение уровня успеваемости и эффективности учебного процесса.</li> <li>● Психологический комфорт в ОУ.</li> </ul>

№ п.п.	Раздел описания технологии	Описание
		<ul style="list-style-type: none"> <li>● Является самым эффективным способом профилактики нарушений в развитии позвоночника, близорукости, нервно-психических и сердечно-сосудистых стрессов, раннего остеохондроза и атеросклероза и другой сугубо школьной патологии;</li> <li>● Повышает рейтинг и конкурентоспособность образовательного учреждения. <i>На уровне класса</i></li> <li>● Приобщение школьников к здоровьесохранным национальным традициям;</li> <li>● снижение числа случаев нарушения осанки, улучшения показателей по зрению;</li> <li>● разрешение проблемы перегрузки и переутомления детей на уроках;</li> <li>● укрепление и развитие у школьников внимания, памяти, воли, творческого воображения;</li> <li>● формирование умения детей к овладению самостоятельности мышления, свободой суждений.</li> </ul>
6.	<b>Процессуально-действенная часть технологии</b>	
6.1	Описание процесса реализации технологии	<p><i>Подготовительный этап:</i> 1) Создание особого режима обучения, направленного на предупреждение негативных сдвигов состояния здоровья;</p> <p>2) Организация учебного пространства и дидактических материалов с учётом особенностей теории и системы технологий В.Ф. Базарного.</p> <p>3) <i>Структура подвижного урока</i> включает четыре основные педагогические здоровьесберегающие технологии:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Режим динамических поз;</li> <li>2. Физкультминутки;</li> <li>3. Оздоровительные паузы;</li> <li>4. Передвижение по классу.</li> </ol> <p><i>Организационно - деятельностный этап:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) учебные занятия должны проводиться в режиме смены динамических поз;</li> <li>2) в процессе урока для разминок и упражнений на мышечно-телесную и зрительную координацию, а также на развитие внимания и быстроты реакции необходимо использовать схемы зрительных траекторий. Занимают все эти упражнения не более 3-4-х минут урока и проводятся на материале учебного предмета;</li> <li>3) с целью расширения зрительных горизонтов, развития творческого воображения и целостного (чувственно-образного и интеллектуального) восприятия и познания мира на уроках по всем предметам должен применяться специально разработанный</li> </ol>

№ п.п.	Раздел описания технологии	Описание
		<p>"Экологический букварь" (картина-панно), расположенный на одной из стен класса и изображающий уходящую в бесконечность и насыщенную природными и рукотворными зрительными стимулами местность, на которой с помощью специальных манекенов и карточек разворачиваются сюжеты урока;</p> <p>4) важнейшая особенность всех уроков состоит в том, что они должны проводиться в режиме движения наглядного учебного материала, постоянного поиска и выполнения заданий, активизирующих детей. Для этого учитель использует подвижные "сенсорные кресты", карточки с заданиями и возможными вариантами ответов, которые могут по воле учителя оказаться в любой точке класса и которые дети должны найти и использовать в своей работе. А также специальные держалки (коромысла), позволяющие переключать зрение детей с ближнего на дальнее;</p> <p>5) дети совместно с педагогами и родителями сами создают по законам искусства и трудового творчества окружающую их жизненную среду. Именно такой труд создаёт и возвышает человека, делает его Личностью в полном смысле этого слова.</p> <p><i>3. Результативно-оценочный этап.</i>  Экспресс-диагностика детей о состоянии здоровья детей и функциональных системах организма: творческое воображение, осанка, острота зрения, нервно-психическая сфера, которые позволяют оценить динамику состояния и развития в целом. Количественные экспресс-тесты по всем этим показателям разработаны лабораторией Базарного.</p>
6.2	Методы и формы, применяемые при реализации технологии	<p>К основным методам и приёмам, используемым в здоровьесберегающей технологии В. Ф. Базарного относят:</p> <p>А) Режим динамической смены поз (контурки, коврики для ног).  Б) Упражнения для расширения зрительных горизонтов (настенные картины)  В) Упражнения на зрительную координацию («сенсорные кресты»).</p> <p>Г) Зрительно-координаторные тренажи, с помощью опорных зрительно-двигательных траекторий (офтальмотренажеры).  Д) Упражнения на мышечно-телесную координацию.</p> <p>Формы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Коллективные</li> <li>2. Игровые, познавательные, спортивные</li> <li>3. Традиционные</li> </ol>
6.3	Диагностика результатов	Экспресс-диагностика, наблюдение, анализ результатов медосмотров, беседа с родителями.
7.	Воспроизводимость технологии	ГБОУ СОШ №77
8.	Сроки реализации	1.09.2021-25.05.25
9.	Контактная информация	<p>Жолобова Елена Николаевна  ГБОУ СОШ №77  Учитель начальных классов  8-921-551-36-70  jo.elen@yandex.ru</p>