C=RU, O="МБУ ""Гимназия № 35""", CN="Сураева Людмила Михайловна, директор", E=school35@edu.tgl.ru
008f84d34c3b5c4ddb
2024-05-02 23:05:12

Материал подготовлен
заместителем директора МБУ гимназии №35 Мухаметзяновой Ф.Г.

Уникальная здоровьесберегающая система обучения В.Базарного – отличительная особенность начальной школы МБУ гимназии №35

По уникальной здровьесберегающей системе В. Базарного сейчас работают свыше тысячи школ и детских садов в России и ближнем зарубежье.

Гимназия №35 стояла у истоков системы Базарного в далекие 90-е годы 20 столетия. Идея и научное обоснование принадлежат академику РАН, доктору медицинских наук Владимиру Базарному. О секрете этой системы сам академик Базарный говорит так**: «**Известно, что в обычной школе детей заставляют часами сидеть в одной позе, склонившись над партой. Наверное, все наши читатели помнят, как на малейшее движение тут же следовал жесткий учительский окрик типа «не вертись!»**.**

Подавление свободы движения мешает здоровому развитию детей. И что мы видим в итоге? Уже после первого года обучения у 60—70% малышей выявляются пограничные психические отклонения. К выпуску почти все школьники имеют проблемы с позвоночником. Как точно отметил президент Путин, в школу дети приходят зелеными, а уходят синими".

Еще в советское время исследования показали, что порядка 95% материала детям неинтересно по той причине, что он подается отдельно от эмоций и чувств. И мозг такие "знания" просто отторгает. Система же Базарного построена на раскрепощении. Во время уроков дети периодически меняют позы (стоя, сидя и даже лежа). Ученики стоят на массажных ковриках, за специальными конторками. Наглядные пособия развешаны по четырем стенам и даже на потолке.

« У детей страсть к постоянным движениям. К ним мы и подключили сам процесс обучения, — объясняет Базарный. — А в обычных школах ребенка заставляют сидеть на месте часами".

Отличия «системы Базарного» начальной школы гимназии №35 от обычных методик обучения:

Методика В. Базарного официально называется **«Обучение в режиме сенсорной свободы и психомоторного раскрепощения»**. Ее целью является воспитание здоровых, духовно и физически развитых детей. Эта цель достигается посредством реализации следующих задач:

1. **Увеличение двигательной активности ребенка на уроке.**
2. **Включение в учебный процесс упражнений по тренировке зрения.**
3. **Развитие творческого воображения.**

Методика Базарного предполагает определенную организацию учебного класса. В классе имеются как традиционные, так и специальные ростомерные лечебные **парты — конторки.**Учебные занятия в них проводятся 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 стоит за конторкой. Тем самым сохраняется и укрепляется его телесная вертикаль, позвоночник, осанка — основа энергетики человеческого организма.. Когда дети стоят за конторкой, они снимают обувь и стоят на **специальных массажных коври**ках, которые оказывают благотворное воздействие через активные точки стопы на весь организм.

Для разминок и упражнений на мышечно-телесную и зрительную координацию, а также на развитие внимания и быстроты реакции используются специальные **офтальмотренажеры «Бегущие огоньки», а также специальные геометрические зрительные траектории,** расположенные на стене, потолке: глаза детей отдыхают, пробегая несколько раз по разноцветным линиям. Использование таких тренажеров развивает скорость ориентации в пространстве, в том числе реакции на экстремальные ситуации (типа неожиданных дорожно-транспортных ситуаций) .

С целью развития творческого воображения и целостного (чувственно-образного и интеллектуального) восприятия и познания мира на уроках по всем предметам

применяется специально разработанный «Экологический букварь» — широкоформатная картина-панно, изображающая уходящий в бесконечность пейзаж, насыщенный природными и рукотворными зрительными стимулами, образами и символами национальной культуры. На ней с помощью специальных манекенов и карточек разворачиваются сюжеты урока.

Особенность уроков по методике Базарного состоит в **режиме движения наглядного материала, в режиме постоянного поиска.** Карточки с заданиями или ответами на задания по воле учителя могут оказаться в любом уголке класса: на вертушке («сенсорном кресте»), на стене, на шкафу, на окне, за выключателем. Поэтому дети не только не прикованы к партам или конторкам, но и находятся в постоянном движении, поиске, а поиск — это фундаментальное начало, важнейший принцип творческой деятельности.

Таким образом, **обучаясь по системе Базарного, младшие школьники гимназии №35 находятся в постоянном режиме сенсорной свободы и психомоторного раскрепощения, они несколько раз за урок меняют позу, двигаются во всех направлениях, выполняют упражнения на тренировку глаз, все это, в свою очередь, активизирует умственную деятельность.**

Образцы валеопауз *по здоровьесберегающей технологии В.Ф.Базарного. Материалы учителя начальных классов высшей категории Цветковой Ирины Юрьевны. 1 класс.*

Валеопауза №1 по здоровьесберегающей технологии В.Ф.Базарного. Дыхательная гимнастика.

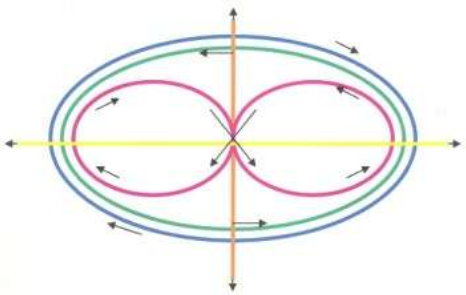
Долгожданный дан звонок.
Начинается урок.
Ум и сердце в работу вложи!
Каждой минутой в труде дорожи!

- Давайте настроимся на хорошую работу. Сделаем глубокий вдох.

Дыхательная гимнастика.

- Ребята, закройте глазки… Представьте, что у вас в руках зажженная свеча. Сделайте глубокий вдох и тихо-тихо выдохните так, чтобы не загасить пламя тоненькой струйкой воздуха. Еще раз вдохните и резко одним выходом погасите свечу. А теперь наберите побольше воздуха в лёгкие и сдуйте все преграды и сложности на своём пути! Молодцы! Откройте глазки и тихо займите свои места.

Валеопауза №2 по здоровьесберегающей технологии В.Ф.Базарного. Упражнения для глаз с использованием офтальмотренажёра. Смена динамических поз.



Валеопауза №3 по здоровьесберегающей технологии Базарного. Пальчиковая гимнастика.

«Угощение гномов» (Сжать кулачки на обеих руках)
Стали гномы гостей приглашать. (Отогнуть по очереди пальчики)
Стали гномы гостей угощать. (Надавить последовательно на подушечку каждого пальца указательным пальцем другой руки)
Каждому гостю досталось варенье. (Так же последовательно провести указательным пальцем по каждому пальчику от основания до самого кончика)
Пальчики склеило то угощенье. (Тесно прижать попарно друг к другу подушечки пальцев)
Плотно прижалась ладошка к ладошке. (Прижать ладонь к ладони)
Гости не могут взять даже ложки!

Валеопауза №4 по здоровьесберегающей технологии В.Ф. Базарного. Динамические упражнения с использованием загадок и детских стишков.

Я буду загадывать вам загадки, а вы изобразите отгадку движениями, не называя её.

1) Зимой беленький,
Летом серенький.
Никого не обижает,
А всех сам боится. (Заяц) Прыгаем, как зайки.

2) Летом по лесу гуляет,
Зимой в берлоге отдыхает. (Медведь) Ходим, как мишки косолапые.

3) Я весь день ловлю жуков,
Ем букашек, червяков.
Очень быстро я летаю,
Под карнизом обитаю. (Птица) Машем руками, как птицы крыльями.