

Шашиашвили Алла Викторовна,

учитель начальных классов

ГБОУ ЛНР «ЛСШ №17 ИМЕНИ В.БРУМЕЛЯ

Shashiashvili Alla Viktorovna

**ВНЕДРЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ
В.Ф. БАЗАРНОГО В ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС
IMPLEMENTATION OF V.F. BAZARNY'S HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES
INTO THE PEDAGOGICAL PROCESS**

Аннотация. В статье рассматриваются теоретические и практические аспекты внедрения здоровьесберегающих технологий доктора медицинских наук, профессора В.Ф. Базарного в современный педагогический процесс.

Abstract. The article examines the theoretical and practical aspects of the implementation of health-saving technologies of Doctor of Medical Sciences, Professor V.F. Bazarny in the modern pedagogical process.

Ключевые слова: Здоровьесберегающие технологии, В.Ф. Базарный, педагогический процесс, режим динамической смены поз, начальная школа, сенсорная свобода.

Keywords: Health-preserving technologies, V.F. Bazarny, pedagogical process, dynamic change of poses mode, primary school, sensory freedom.

Проблема сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения является одной из наиболее актуальных задач современной образовательной политики. Многочисленные исследования свидетельствуют о неуклонном росте числа детей с различными функциональными нарушениями и хроническими заболеваниями за период школьного обучения. Согласно данным специальных исследований, наряду с экологическими, социальными и наследственными факторами формированию этих заболеваний способствует значительное психоэмоциональное напряжение, связанное с условиями жизни и обучения. Как отмечал известный педагог В.А. Сухомлинский, «забота о здоровье ребенка – это прежде всего забота о гармоничной полноте всех физических и духовных сил» [7].

В этом контексте особую значимость приобретают здоровьесберегающие технологии, способные не только минимизировать негативное воздействие образовательной среды на здоровье обучающихся, но и активно формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Среди множества существующих подходов к здоровьесбережению особое место занимает система, разработанная доктором медицинских наук, профессором Владимиром Филипповичем Базарным – «здоровьеразвивающая педагогика».

Цель настоящей статьи – проанализировать теоретические основы здоровьесберегающих технологий В.Ф. Базарного, выявить особенности их внедрения в педагогический процесс образовательных организаций различного уровня, обобщить современный опыт практического применения, а также сформулировать рекомендации по системной реализации данной методики в условиях реализации Федеральных государственных образовательных стандартов.

Система В.Ф. Базарного представляет собой комплексную здоровьесберегающую технологию, направленную на сохранение здоровья детей в области зрения, опорно-двигательного аппарата и профилактику более 100 хронических заболеваний. Это единственная технология, которая признана научным открытием Академией медицинских наук, защищена патентами и авторскими правами, одобрена институтами Минздрава РФ, РАМН, РАН, утверждена Правительством как общая федеральная программа. В течение 28 лет она проходила практическую апробацию на базе более тысячи детских садов и школ, имеет санитарно-эпидемиологическое заключение Минздрава РФ.



Теоретической основой системы Базарного является принцип сенсорно-моторной активности человека. Ведущая идея методики – «сенсорная свобода и психомоторное раскрепощение». В основе данного подхода лежит фундаментальная закономерность: чем активнее вовлечена сенсорно-моторная система ребёнка в процесс познания, тем эффективнее происходит его развитие и тем меньше нагрузка на организм.

Базарный справедливо указывал, что традиционная школьная система обучения, построенная на длительном статическом положении ребёнка (преимущественно в позе «сидя»), противоречит природным физиологическим потребностям растущего организма [1]. Нарушение естественного баланса между статикой и динамикой приводит к целому комплексу негативных последствий: нарушениям осанки, ухудшению зрения, снижению общего тонуса организма, быстрому утомлению и, как следствие, к снижению эффективности обучения. Именно поэтому главный акцент в системе Базарного делается на преодолении обездвиженного образа жизни ребёнка во время обучения.

Центральным элементом технологии здоровьесберегающей системы В.Ф. Базарного является режим динамической смены поз, который предполагает чередование работы в положении «сидя» и «стоя» в течение учебного занятия. Для этого используется специальная ростомерная мебель с наклонной поверхностью – парты и конторки. Максимально допустимая продолжительность времени нахождения в одной позе для дошкольника составляет до 10 минут [5].

Режим динамической смены поз повышает общую сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям, обеспечивает профилактику близорукости, способствует оптимальному функциональному состоянию сердечно-сосудистой системы, стабилизирует процессы возбуждения и торможения в центральной нервной системе.

Для профилактики нарушений зрения в системе Базарного широко используются офтальмологические тренажёры – схемы зрительных траекторий, расположенные на стене или потолке. Специальной указкой (обычно длиной до двух метров с ярким предметом на конце) дети следят за движением, что способствует тренировке глазных мышц, профилактике близорукости и снятию зрительного утомления.

Для повышения работоспособности учащихся и снижения утомляемости В.Ф. Базарный предлагает строить занятия в режиме подвижных объектов и зрительных горизонтов. Экологические панно представляют собой особый способ организации наглядного материала, который задействует периферическое зрение ребёнка.

Немаловажным принципом здоровьесберегающей системы В.Ф. Базарного является сенсорная свобода и психомоторное раскрепощение. Данный принцип реализуется через обеспечение подвижности детей во время занятий. В отличие от традиционной системы, где ребёнок должен сохранять статичную позу в течение всего урока, технология Базарного допускает и поощряет двигательную активность в процессе обучения, что не только полезно для здоровья, но и способствует лучшему усвоению материала.

Опыт практического внедрения, накопленный в различных регионах России, показывает высокую эффективность использования элементов системы Базарного в образовательных учреждениях. Практика использования здоровьесберегающих технологий В.Ф. Базарного в начальной школе показывает их высокую эффективность. В основе организации уроков с использованием технологии Базарного лежат следующие аспекты: использование специальной ростомерной мебели, системы коллективных и индивидуальных тренажёров в режиме движения наглядного учебного материала, а также смена динамических поз [5].

Важным аспектом внедрения здоровьесберегающих технологий является научно-методическое сопровождение этого процесса. В работе В.Д. Желудова и Т.А. Спицыной «Опыт применения здоровьесберегающих технологий профессора В.Ф. Базарного» представлен анализ научных изысканий педагога и коллектива учёных, которые являются соавторами здоровьесберегающей методики, разработанной в Институте медицинских



проблем Севера Академии медицинских наук СССР и используемой в образовательных организациях России и за рубежом. Авторы обобщают опыт применения методики в Ленинградской области, что имеет важное значение для тиражирования успешных практик [4].

Эффективность применения здоровьесберегающих технологий В.Ф. Базарного подтверждается результатами многочисленных исследований. Особого внимания заслуживает работа О.А. Бурачевской «Изучение динамики умственной работоспособности учащихся при использовании элементов здоровьесберегающей методики В.Ф. Базарного». В данном исследовании представлены результаты сравнения динамики умственной работоспособности учащихся в течение учебного дня и недели в первых классах при применении элементов здоровьесберегающей методики В.Ф. Базарного на учебных занятиях и при проведении занятий без применения данных элементов [2]. Исследование показало, что применение элементов методики Базарного способствует более стабильной умственной работоспособности детей в течение учебного дня, снижению утомляемости и сохранению познавательной активности на протяжении всей недели.

Опыт внедрения здоровьесберегающих технологий В.Ф. Базарного позволяет выделить несколько ключевых условий успешной реализации данной системы. Во-первых, необходима специальная подготовка педагогических кадров. Во-вторых, важную роль играет выстраивание системы взаимодействия «школа – семья» [3].

В контексте реализации Федеральных государственных образовательных стандартов здоровьесберегающие технологии профессора В.Ф. Базарного приобретают особую актуальность. Применение данных технологий на уроках в начальной школе позволяет увеличить плотность двигательной активности, улучшить физическое, психическое и нравственное здоровье детей, что полностью соответствует требованиям ФГОС к организации образовательного процесса [6].

Таким образом, здоровьесберегающие технологии В.Ф. Базарного представляют собой комплексную, научно обоснованную систему, эффективность которой подтверждена многолетней практикой апробации в тысячах образовательных учреждений России и зарубежья. Основные компоненты системы – режим динамической смены поз, офтальмотренажеры, экологические панно, принцип сенсорной свободы и психомоторного раскрепощения – могут успешно интегрироваться в педагогический процесс образовательных организаций различного уровня.

Практика внедрения технологий Базарного в дошкольных учреждениях и начальной школе показывает их положительное влияние на физическое и психическое здоровье детей, умственную работоспособность, снижение утомляемости и повышение эффективности обучения

Список литературы:

1. Базарный В. Ф. Здоровье и развитие ребенка: Экспресс-контроль в школе и дома / В. Ф. Базарный. – М., 2005. – 176 с.
2. Бурачевская, О. А. Изучение динамики умственной работоспособности учащихся при использовании элементов здоровьесберегающей методики В. Ф. Базарного / О. А. Бурачевская // Современные аспекты здоровьесбережения: сборник материалов юбилейной научно-практической конференции с международным участием, посвящённой 60-летию медико-профилактического факультета УО «БГМУ», Минск, 24-25 октября 2024 г. / под ред. С. П. Рубниковича, А. В. Гиндюка, Т. С. Борисовой. – Минск, 2024. – С. 90-94.
3. Бесчетнова, О. В. Использование здоровьесберегающих технологий / О. В. Бесчетнова // Воспитатель ДОУ. – 2024. – № 7. – С. 21-24.
4. Желудов, В. Д., Спицына, Т.А. Опыт применения здоровьесберегающих технологий профессора В. Ф. Базарного / В. Д. Желудов, Т. А. Спицына. – Санкт-Петербург, 2024.



5. Зианурова, Н. И., Брагина, Е. Ю. Применение здоровьесберегающих технологий в начальной школе: эффективность применения здоровьесберегающей технологии В.Ф. Базарного в начальной школе / Н. И. Зианурова, Е. Ю. Брагина // Инфоурок. – 2024 [Электронный ресурс]. –Режим доступа: <https://infourok.ru/statya-primenenie-zdorovesberegayushih-tehnologij-v-nachalnoj-shkole>.

6. Использование здоровьесберегающих технологий в начальной школе в условиях реализации ФГОС НОО (обобщение опыта) / Министерство образования и науки Республики Адыгея, АРИПК; – Майкоп: АРИПК, 2022. – 41 с.

7. Сухомлинский В. А. о воспитании: золотой фонд педагогики / сост. Д. И. Латышина. – М.: Школьная Пресса, 2003. – 192с

