Статья учителя начальных классов Калугиной Т.Г. Охранительный педагогический режим учебного процесса в начальной школе.

В основе планирования каждого урока лежат принципы коррекционно-развивающего обучения, разработанные ОНМЦ "Развитие и коррекция" г. Москвы:

1. Принцип усиления мотивационной направленности учебного поведения.
2. Принцип мобилизации механизма компенсации каждого конкретного ученика.
3. Принцип формирования продуктивных способов обработки и отработки учебной информации.

4.Принцип развития динамичности восприятия.

Руководствуясь этими положениями, следует учитывать, что каждое зада­ние должно быть полезно и интересно всем ученикам. Предлагаемые учащимся задания должны предполагать не просто обработку учебной информации, но и обязательное развитие высших психических функций; акцент в работе учителя делается не на "сколько прочитал, написал...", а на то, как работал ученик, ка­кие умственные операции были задействованы, опора сразу на несколько ана­лизаторов. В урок включаются идентичные задания, но разные для каждого ученика.

Необходимо осуществлять систематический контроль и учёт состояния уровня поведения каждого ученика, делать акцент только на хорошие моменты, побуждающие ученика учиться.

При изучении учебного материала учитель руководствуется методикой по­этапного формирования учебной деятельности (Гальперин, Талызина):

а) постановка доступной цели;

б) совместное планирование деятельности;

в) выполнение задания по частям или по алгоритму.

Учебная инструкция предъявляется целостной, доступной по объёму, или расчленённой с обратной связью. По необходимости она должна повторяться. Исключается лишняя наглядность, не относящая к теме урока. В работу "включается" каждый ученик.

Учитель обучает навыкам самоконтроля в процессе выполнения задания, формирует общеучебные навыки самостоятельной работы с опорой на зритель­ный контроль, сигналы. Во время урока широко используются зрительные опо­ры, манипуляции с ними и речевое сопровождение действий.

Дидактические игры необходимы в обучении и воспитании. В них удаётся сконцентрировать внимание даже самых инертных детей. В начале дети прояв­ляют интерес только к игре, затем и к тому учебному материалу, без которого игра невозможна. При подборе игр и заданий учитывается наглядно-действенный характер мышления младших школьников.

Одним из требований при организации учебного процесса является строгое соблюдение охранительного педагогического режима:

• спокойный, ровный тон учителя;

* правильное дозирование учебной нагрузки для предупреждения исто­щения, нервных срывов;
* проведение физкультминуток, количество которых не ограничено и за­висит от степени утомления учащихся;
* использование во время уроков зрительных тренажёров по системе В.Ф.Базарного;
* использование специальных упражнений для профилактики нарушения зрения, предложенных С.В.Коноваленко;
* квазиоптические очки;
* методика смены динамических поз (парты оборудованы конторками и ученики могут по своему желанию и по указанию учителя заниматься сидя и стоя);

• обучение в режиме "зрительных горизонтов" (удаление дидактического материала соразмерно острое зрения).

Физкультминутки, которые включаются в урок, могут быть очень разны­ми и зависят от целей данного урока. Например, это могут быть физкультми­нутки на развитие внимания "Весёлые человечки": учитель показывает карточ­ки с изображениями человечков, а дети должны повторить те движения, кото­рые изображены.

 Если требуется отработка пространственных представлений, то это могут быть физкультминутки в стихах. Дети заучивают стихи и одновременно вы­полняют упражнения.

"Мы в строю шагаем браво,

1-2-3 (маршируют)

Все науки познаём

И налево, и направо (движения руками)

И конечно же кругом

Это правая рука,

(поворачиваются через левое плечо)

(показывают соответствующие руки)

(топают поочерёдно ногами)

(ходьба на месте)

(наклоны)

Это левая рука,

Это правая нога,

Это левая нога.

Все выходят по порядку,

Дружно делают зарядку,

Влево - вправо, влево - вправо

Получается на славу!

 Встали, выдохнуть, вдохнуть! (выдох, вдох)

Теперь можно отдохнуть. (потрясти кистями)

Аист, аист длинноногий,

Покажи домой дорогу. (шагают)

Махни правою рукой, (выполняют движения руками)

Махни левою рукой,

Топни правою ногой, (выполняют движения ногами)

Топни левою ногой,

Вот тогда придёшь домой".

Одним из вариантов физкультминуток могут быть упражнения для разви­тия мелкой моторики рук.

Учёные, которые изучают деятельность детского мозга, психику детей, от­мечают большое стимулирующее значение функции руки. Установлено, что уровень развития детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук.

Выполняя пальчиками различные упражнения, ребёнок достигает хорошего развития мелкой моторики рук, которая не только оказывает благоприятное воздействие на развитие речи, но и подготавливает учащегося к письму. Кисти рук приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность дви­жений, что облегчает приобретение навыков письма.

Упражнения, способствующие развитию мелкой моторики рук, рекомендо­ванные В.В.Цвынтарным.

Игры - потешки

Предлагается детям загибать и разгибать в кулачок пальчики как левой, так и правой руки.

Этот пальчик - дедушка,

Этот пальчик - бабушка,

Этот пальчик - папочка,

Этот пальчик - мамочка,

Этот пальчик - я.

Вот и вся моя семья!

Этот пальчик хочет спать.

 Этот пальчик - прыг в кровать!

Этот пальчик прикорнул,

Этот пальчик уж заснул.

 Встали пальчики. Ура!

 В школу нам идти пора.

 Пальцы можно сгибать, начиная то с большого пальца, то с мизинца, то на правой, то на левой руке.

Для тренировки пальцев могут быть использованы и упражнения без рече­вого сопровождения.

"Пальчики здороваются" - кончик большого пальца правой руки пооче­рёдно касается кончиков указательного, среднего, безымянного и мизинца, тс же левой рукой.

"Человечек" - указательный и средний пальцы "бегают" по столу. "Слонёнок" - средний палец выставлен вперёд (хобот), а указательный и безымянный - это ноги. Слонёнок "идёт" по столу.

 "Домик" - Дом стоит с трубой и крышей.

На балкон гулять я вышел. (Ладони направлены под углом, кончики паль­цев соприкасаются; средний палец правой руки поднят вверх, кончики мизин­цев касаются друг друга, выполняя прямую линию - труба, балкон).

"Лодка" - Лодочка плывёт по речке,

Оставляя на воде колечки. (Обе ладони поставлены на ребро, большие пальцы прижаты к ладоням) и т.д.

Выполнение фигурок из палочек

При составлении фигурок из палочек можно использовать следующие уп­ражнения:

1. Сосчитать палочки, из которых выполнена фигура.

 2. Если фигура выполнена из разноцветных палочек, то сосчитать палочки разного цвета.

1. Сосчитать геометрические фигуры, изображающие предмет.
2. Сосчитать уголки (острые и тупые), входящие в фигуру.
3. Самому придумать и сложить фигурку.

Квадрат.

Четыре палочки сложил

И вот квадратик получил.

Треугольник.

У треугольника три стороны,

И они могут быть разной длины.

Кубик.

У кубика много равных сторон.

Можно построить из кубиков дом.

Трапеция.

Трапеция больше на крышу похожа,

Юбку рисуют трапецией тоже.

 Взять треугольник и верх удалить –

 Трапецию можно и так получить.

 Учитель должен вести специальную работу над произносительной стороной речи: исправление неправильного произношения и развитие артикуляционного аппарата, так как правильный уклад речевых органов, кинестетический кон­троль способствует формированию грамотного письма, предупреждению оши­бок при чтении. В добукварный период необходимо проводить артикуляцион­ную и дыхательную гимнастику, которая не связана с произнесением опреде­лённого звука, как в букварный период, а включает упражнения, направлен­ные на совершенствование артикуляционного аппарата, развитие речедвигательного механизма - языка и губ.

Упражнения желательно проводить в форме игр, которые подбираются из пособий по логопедии.

* "Вкусное варенье" - движения широким языком по верхней губе вверх и вниз, губы и нижняя челюсть неподвижны.
* "Почистим зубы" - движения языком вправо и влево по внутренней сто­роне верхних резцов, губы в улыбке, зубы видны.

• "Лошадки" - щёлкать кончиком языка за верхними зубами.

• "Маятник" - медленное с постепенным убыстрением движение языка вправо и влево и др.

Уточнению произношения будет способствовать разучивание четверости­ший, скороговорок, загадок, в которых наиболее часто встречается тот или иной звук.

Са-са-са, са-са-са Ши - ши - ши, ши - ши - ши

Ой - ой - ой! Летит оса! Что-то шепчут камыши.

Сы - сы - сы, сы - сы — сы Ше - ше - ше, ше - ше - ше

Не боимся мы осы! Это утка в камыше.

 Ша - ша - ша, ша - ша - ша

 Выходи из камыша!

За - за за, за - за - за Ща - ща - ща, ща - ща - ща

Здесь привязана коза. Дождь идёт - я без плаща.

Зы - зы - зы, зы — зы - зы Ще **-** ще **-** ще, ще - ще - ще

Мало травки у козы. Нет дождя, а я в плаще.

Зу - зу - зу, зу - зу – зу

Отвязали мы козу.

Проведение таких "логопедических зарядок" помогает не только учащимся с ярко выраженными нарушениями произношения, но и тем, у кого нечёткое воспроизведение отдельных звуков зависит от малозаметных дефектов артику­ляции.

В школе должны быть созданы оптимальные условия для охраны и раз­вития зрения. Современные достижения офтальмологии, физиологии и психо­логии коренным образом изменили понимание охраны нарушенного зрения. В настоящее время охрана трактуется не как пассивное неупотребление зрения, а как широкий комплекс лечебно-гигиенических и психолого-педагогических мероприятий, направленных на предупреждение дальнейшего снижения зрения и его развитие.

Чрезмерное напряжение зрения, если оно часто повторяется, способствует развитию близорукости, а нередко и косоглазия. Поэтому необходимо созда­вать такую обстановку на занятиях, которая бы облегчала функцию органов зрения.

Глаза напрягаются при недостаточном освещении, а также при сильной ак­комодации. Быстро возникающее утомление приводит к резкому снижению ра­ботоспособности детей. Существующие технологии передачи зрительной ин­формации вступают в противоречие с возрастными возможностями органов зрения ребёнка 7-9 лет. В этом возрасте преобладает, как правило, дальнозор­кая рефракция. Наиболее оптимальной нагрузкой для аккомодационного аппа­рата детского глаза является рассматривание удалённых в пространстве объек­тов. В это же время большая часть занятий в младших классах проводится на близких от глаз дистанциях. Поэтому необходимо дидактический материал размещать на максимально возможном удалении от детей. При этом каждый ученик находится строго на своей зрительной дистанции. На уроках, связанных с напряжением глазных мышц, время от времени надо отвлекать детей от рабо­ты рассказом или показом наглядных пособий, чтобы переключить зрение с близкого расстояния на далёкое и дать отдых глазам.

Занятия строятся таким образом, что один вид деятельности сменяется дру­гим. Это позволяет сделать работу детей динамичной, насыщенной и менее утомительной благодаря частым переключениям с одного вида деятельности на другой.

Исследования, проведённые под руководством В.Ф. Базарного, установили, что дополнительными факторами, способствующими утомлению детей на уро­ках, является серый книжный фон и продолжительное удержание головы в обездвиженном состоянии. Профилактикой нарастания зрительного напряже­ния является использование зрительных тренажёров: схемы универсальных символов "СУС"; упражнения с циферблатом; упражнения для развития акко­модации.

"Схемы универсальных символов" (СУС), другими словами, глазной тренажёр.

Дети, фиксируя взором траектории, выполненные яркими цветными линия­ми, вначале учатся "обходить" схемы-траектории, а затем "оббегать". Необхо­димо выполнить каждое упражнение 10-15 раз по порядку номеров. Движения глаз можно сочетать с движениями головы и туловища.

1.Схема зрительно-двигательных траекторий в методике офтальмотренажей.



«восьмерка» - изображается ярко-голубым цветом;

«прямые линии» - изображаются коричнево-

золотистым цветом;

«наружный овал» - красным цветом;

«внутренний овал» - зеленым цветом.

2. Упражнения с циферблатом направлены на развитие аккомодации глаза.

Нарисуйте на бумаге круг диаметром 30 см и разрисуйте его как часы. Прикрепите круг на сте­ну на уровне глаз. 

Упираясь кончиком носа в центр круга, посмотрите двумя глазами на отмет­ку 12 часов 2-3 секунды, в центр круга 2-3 секун­ды тоже двумя глазами. Затем перевести взгляд на отметку 1 час 2-3 сек., затем опять в центр и т.д.
по всему кругу. Упражнения выполняйте 3=4 раза по часовой стрелке и 3-4 раза против часовой стрелки. Выполняйте упражнения не менее 4 раз в день.

 Упражнения с циферблатом можно чередовать с упражнением "метка на стекле".

Детям даётся задание фиксировать взгляд на "метке" (это может быть кру­жок из красной бумаги около 5 мм в диаметре на оконном стекле) в течение 5 сек., а затем на отдалённых предметах (дом, дерево и т.д.). Длительность тре­нировки для каждого глаза от 1 до 3 мин. По окончании нужно сделать не­сколько движений глазами в стороны, вверх, вниз.

Вышеназванные упражнения нужно рекомендовать проводить и в домашних условиях.

Во время урока широко используются упражнения для профилактики нарушений зрения, предложенные С. В. Коноваленко:

1.Глазами нарисовать 6 кругов по часовой стрелке и 6 кругов против часо-
вой стрелки. Как вариант: вместо кругов - ромбы, треугольники, любые гео-
метрические фигуры, с опорой на рисунок или по представлению.

2.Написать числа от 0 до 9.
Числа 10,12,1, 14, 2,3.

Зажмурив левый глаз, правым написать нечётные числа от 1 до 9, затем правый закрыть, а левым написать чётные числа от 2 до 10.

3.Написать глазами имя, фамилию, день недели, месяц, дату и т.п.

4.Нарисовать глазами пружинку из 12 витков слева - направо и наоборот.

5. Глазами нарисовать зигзаги слева направо (10-15 сек.) и справа налево (10-15 сек.)



6. Нарисовать изображённые на карточках значки.

Квазиоптические очки (КОО) рекомендуются детям с близорукостью, дальнозоркостью, астигматизмом, анизомстропией, дистрофией сетчатки, час­тичной атрофией зрительного нерва.

Ношение КОО значительно повышает остроту зрения и контрастность зри­тельного восприятия. Также КОО обладают защитными свойствами от компь­ютерных излучений.

Подбор КОО осуществляется медицинским работником школы индивиду­ально каждому ребёнку после исследования основных зрительных функций: остроты зрения, бинокулярного зрения, определения рефракции.

Предварительно предлагается последовательно несколько вариантов КОО. Оптимальным является тип КОО, острота зрения в которых превышает остроту зрения без коррекции. Ношение очков следует начинать от 15-20 минут до 1-2 часов в день ежедневно с постепенным увеличением длительности ношения. При этом условием тренировки в КОО является осознанное рассматривание де­талей окружающих предметов, рисунков и любых изображений.

Особую актуальность приобретает расширение на уроке двигательной ак­тивности учащихся с помощью настольных конторок. Высота конторки регу­лируется в соответствии с ростом ребёнка посредством выдвижных ножек -стоек. Учащиеся, меняясь местами, работают то стоя, то сидя. Смену рабочей позы рекомендуется осуществлять 2-3 раза за урок.

Своевременная смена видов деятельности и позы, чередование деятельно­сти и отдыха увеличивают продуктивность урока, положительно влияют на эмоциональный фон учащихся, повышают их активность. Урок проходит в бы­стром темпе, вопросы о дисциплине практически не возникают, т.к. смена поз снимает статическое напряжение организма.