

Реализация требований
ФГОС-2 для школ и ФГТ для ДОУ

Инновационная образовательная технология «БОС-здоровье»

СОЗДАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ЗДОРОВЬЕРАЗВИВАЮЩЕЙ
ИНТЕРАКТИВНОЙ СРЕДЫ



10-ЛЕТНИЙ ОПЫТ УСПЕШНОГО ПРИМЕНЕНИЯ
В ШКОЛАХ И ДОУ



ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОБУЧЕНИЯ

математика, письмо, окружающий мир
ИЗО, английский язык и многое другое...

ИКТ «БОС-здоровье» - выполнение требований

Федерального государственного образовательного стандарта второго поколения

- Построение образовательного процесса с учетом индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся.
- Готовая модель работы по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни на основе рациональной организации учебно-воспитательного процесса и оздоровительной работы.
- Формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового образа жизни с целью сохранения и укрепления физического, психологического и социального здоровья.
- Индивидуально ориентированные коррекционные мероприятия с учётом особенностей развития детей с ограниченными возможностями здоровья.
- Выработка навыков противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ.
- Повышение квалификации педагогов и учителей школ по инновационным образовательным здоровьеразвивающим технологиям.

Повышение эффективности обучения в здоровьеразвивающей среде

Представляем вам инновационную образовательную технологию Александра Сметанкина обучения детей в школе и детском саду «БОС-здоровье». Это результат 40-летнего труда группы ученых из Санкт-Петербурга во главе с Александром Сметанкиным, сотрудников компании «БИОСВЯЗь» (год основания 1988) и «Института Биологической обратной связи».

В основе обучения лежит метод подачи материала в ритме оптимального дыхания с точки зрения работы кардиореспираторной системы и развития речи ребенка. Этот метод обучения – база для успешного развития баланса основных нервных процессов ЦНС: процессов возбуждения и торможения, активизации механизмов памяти, внимания. Это эффективный способ решения проблемы интеллектуального развития детей без ущерба для их здоровья. Поддерживая такой ритм дыхания, ребёнок самостоятельно нормализует своё психоэмоциональное состояние и приводит организм в физиологическую норму, которая является самым благоприятным фоном для усвоения учебного материала. Это самая эффективная методика обучения детей с гиперактивностью и дефицитом внимания.



Александр Афанасьевич Сметанкин

Родился 8 мая 1950 года. Ученый-физиолог из Санкт-Петербурга, кандидат биологических наук (1978г.). Президент Российской Ассоциации биологической обратной связи (1996г.). Более 40 лет исследовательской работы в области биологической обратной связи. Автор более 220 научных работ и 30 патентов России.

Возрастные нормы оптимального дыхания	
Возраст	ЧД, дых./мин.
6-8 лет (1, 2 кл.)	12
9-10 лет (3, 4 кл.)	11
11-13 лет (5-7 кл.)	10
14-19 лет (8-11 кл.)	9
20 лет и старше	8

Оптимальный ритм дыхания для различных возрастных групп был определен в ходе постановки навыка диафрагмально-релаксационного дыхания по методу биологической обратной связи (БОС), а временные взаимоотношения фаз вдоха/выдоха соответствуют нормам речевого диафрагмального дыхания.

Подробное описание метода БОС для выработки диафрагмально-релаксационного дыхания смотрите в разделе «Реализация требований ФГОС-2 и ФГТ в части сохранения и укрепления здоровья детей».

На основе технологии БОС был решен вопрос создания здоровьеразвивающей интерактивной среды – это подача мультимедийного обучающего материала в ритме оптимального дыхания. За последние 6 лет были разработаны программы и электронные пособия для школ и ДОУ по данной технологии для преподавания различных предметов, и обеспечена подготовка кадров по различным направлениям.

Сегодня здоровьеразвивающая интерактивная среда по технологии «БОС-здоровье» полностью адаптирована к программе преподавания образовательных дисциплин (русский язык, математика, окружающий мир, английский язык, рисование) в школе и детском саду.



Последовательно, в ритме вдоха и выдоха открывается обучающий материал

Учебные электронные пособия по технологии «БОС-здоровье» серии «Учимся и Оздоровливаемся»

В комплект к каждому пособию входит книга для индивидуальной работы с ребёнком.

РУССКИЙ ЯЗЫК

Учебное электронное пособие «Здоровая Азбука»

Дети совершат виртуальное путешествие в мир букв, звуков и слов, научатся отличать букву от звука, находить место звука в слове, познакомятся с делением слов на слоги. Повторение слов, специально подобранных на каждую букву, улучшит и обогатит речь ребенка.

Пособие содержит 17 уроков:

- 1 урок – формирование речевого диафрагмально - релаксационного дыхания.
- 16 уроков – изучение попарно сгруппированных букв по анатомо-физиологическим признакам. Разбивка на пары в АЗБУКЕ дана с учетом различия звуков, близких по способу и месту образования и акустическим признакам.
- 33 буквы с выделением цветом:
 - – гласные
 - – твердые согласные
 - – мягкие согласные
 - – мягкий и твердый знаки
- 241 слово с разделением на слоги и выделением цветом изучаемой буквы, ее места в слове. На каждую букву от 3 до 8 красочно проиллюстрированных слов.
- Эталонное произношение звуков и слов на выдохе.

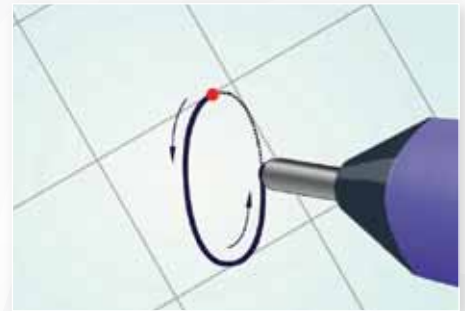


Учебные электронные пособия «Пропись. Буквы», «Пропись. Цифры»

обучат детей не только красивому письму, но и тому, как правильно сесть, взять ручку, расположить тетрадь. Пособия методически правильно помогут детям сформировать правильный образ написания каждой буквы и цифры, и освоить навык письма в практических занятиях.

«Пропись. Буквы» - 11 уроков, 1 урок — урок дыхания, 10 уроков — изучение нового материала. 40 озвученных видеофайлов.

«Пропись. Цифры» - 33 урока, 1 урок — урок дыхания, 32 урока — изучение нового материала. 165 озвученных видеофайлов, 33 звуковых файлов (двусторонняя для представления букв),



ОКРУЖАЮЩИЙ МИР

Учебные электронные пособия «Здоровый Окружающий Мир»

позволят детям детского сада и начальной школы изучать темы по этому предмету в увлекательной форме мультимедийных слайд-шоу. Пособия состоят из курсов уроков, содержащих информационно наполненные слайды и музыку, адаптированную для детского восприятия.

ДОУ - 13 уроков, 750 слайдов, 86 музыкальных файлов.

1 класс – 15 уроков, 970 слайдов, 86 музыкальных файлов.

2 класс – 15 уроков, 1439 слайдов, 94 музыкальных файлов.

3 класс – 15 уроков, 1539 слайдов, 94 музыкальных файлов.

4 класс – 15 уроков, 1686 слайдов, 95 музыкальных файлов.



ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОЕ ИСКУССТВО

Учебное электронное пособие «Здоровое Рисование. Цвета»

поможет детям изучить основные цвета, познакомиться с вариантами их смешения, самостоятельно раскрасить различные объекты, сделать первый шаг в мир художественно-эстетического воспитания.

Пособие содержит 10 уроков: 1 урок — урок дыхания, 6 уроков — изучение нового материала, 3 урока — проверка знаний. 74 слайдов, 3 анимационных сюжета.



АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК

Учебные электронные пособия «Английский Алфавит» и «Цифры на английском языке»

введут детей в увлекательный мир иностранного языка, обогатят словарный запас на начальном этапе усвоения языка и помогут усвоить эталонное произнесение букв, цифр и фраз на английском языке вместе с профессиональным диктором, носителем языка.

«Английский Алфавит» - **27 уроков**, 1 урок — урок дыхания, 26 уроков — изучение нового материала. 210 слайдов, 261 звуковых файлов, 26 звуковых анимационных сюжетов.

«Цифры на английском языке» - **7 уроков**: 1 урок — урок дыхания, 6 уроков — изучение нового материала. 100 слайдов, 13 анимационных сюжетов.



МАТЕМАТИКА

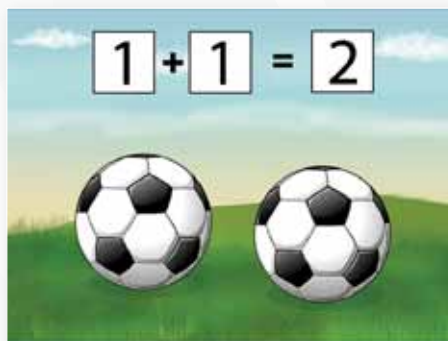
Учебные электронные пособия «Здоровая Математика»

помогут детям выучить цифры, научиться считать, освоить начальные математические представления и математические действия (сложение, вычитание, сравнение).

Темы электронных пособий:

- «Высокий-Низкий. Тонкий-Толстый. Узкий-Широкий»
- «Длинный-Короткий. Большой- Маленький»
- «Круг. Квадрат. Треугольник»
- «Один. Много. Мало. Ни одного»
- «Слева-Справа. Вверху-Внизу»
- «Цифры»
- «Счет. Сравнение. Сложение. Вычитание»

Пособия содержат **54 урока**: 7 уроков дыхания, 27 уроков — изучение нового материала, 20 уроков — проверка знаний. 844 слайда, 25 анимационных сюжетов.



Занятия с учебными электронными пособиями серии «Учимся и Оздоровливаемся» помогут детям развить необходимые для дальнейшего обучения функции, такие, как организация деятельности, общее интеллектуальное развитие, зрительно-пространственное восприятие, зрительно-моторная координация, фонематический слух, речь, внимание, память.

Учебные электронные пособия серии «Учимся и Оздоровливаемся» применяют специалисты школ и дошкольных образовательных учреждений на групповых и индивидуальных занятиях, в группах подготовки к школе, а также гувернерами и родителями для индивидуальной работы с детьми.

Реализация требований ФГОС-2 и ФГТ в части сохранения и укрепления здоровья детей на основе организации здоровьеразвивающей интерактивной среды

Здоровьеразвивающий комплекс «БОС-здоровье»

Здоровье человека во многом зависит от правильной взаимосвязанной работы дыхательной и сердечно-сосудистой систем. По существу, работа дыхания и сердца - это единый физиологический процесс, являющийся самым главным в организме человека.

Именно гармоничное взаимодействие дыхания и сердца, по сути своей, является Паспортом здоровья каждого человека. Значит, чтобы ребенок был здоровым он должен обладать нормальным физиологически оптимальным дыханием, обеспечивающим эту гармонию.

Современная инновационная технология «БОС-здоровье»:

- позволяет продиагностировать состояние здоровья человека по количественным показателям уровня гармонии работы дыхания и сердца
- выдать Паспорт здоровья с оценкой по пятибалльной шкале
- всего лишь за 10-15 интерактивных занятий улучшить гармонию дыхания и сердца и повысить качество здоровья человека



По одной оценке мы получаем достоверную информацию о взаимодействии сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Это оценка состояния здоровья ученика. А дальше технология «БОС-здоровье» позволяет эффективно корректировать нарушения функционального состояния.

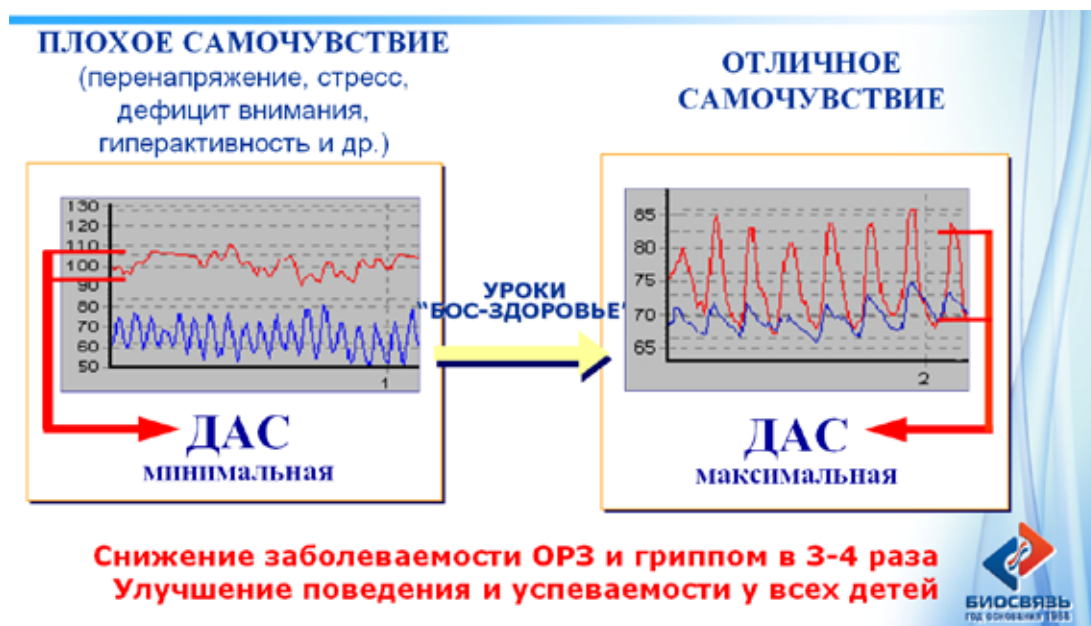
Прежде всего включаем естественное, природное диафрагмальное дыхание, которым каждый ребёнок владеет с рождения. Но испытываемые им стрессы, перенапряжения, плохая экология и другие факторы негативно влияют на согласованность работы сердца и лёгких, и навык правильного дыхания нарушается.

Количественными показателями гармонии работы кардиореспираторной системы является разница пульса на вдохе и на выдохе. Чем больше эта разница, тем лучше здоровье человека. У детей эта разница достигает 40-50 ударов в минуту. На вдохе 120, а на выдохе 80 при каждом дыхании. Эта величина получила название дыхательной аритмии сердца (ДАС). Именно она определяет взаимосвязь работы сердца и лёгких, и является Паспортом здоровья каждого человека. В системе образования эта величина ДАС преобразуется в отметку за здоровье по общепринятой 5-балльной шкале.

Здоровьеразвивающая технология «БОС-здоровье» в школе и детском саду позволяет каждому ребёнку и педагогу выработать навык правильного диафрагмально-релаксационного дыхания с максимальной величиной ДАС. Для реализации технологии используются современные возможности мультимедийной компьютерной техники, оборудование БОС и программное обеспечение.



Занятия по технологии «БОС-здоровье» проходят в компьютерном классе - 12-15 посадочных мест в школе, 4 посадочных места в ДОУ. В состав комплексов «БОС-здоровье» входят электронные приборы для регистрации частоты сердечных сокращений (ЧСС). Приборы соединены с компьютерами, на которых установлено программное обеспечение биологической обратной связи. Комплекс обеспечивает непрерывное мультимедийное информирование ученика о изменениях текущей величины ДАС (увеличение ЧСС на вдохе и уменьшение ЧСС на выдохе).



Длительность одного занятия на компьютере: 7 мин. в детском саду, 9-12 мин. в школе.

Цель занятий: развитие, сохранение и укрепление здоровья путём выработки навыка гармоничной работы сердечно-сосудистой системы через постановку диафрагмально-релаксационного дыхания с максимальной ДАС, а так же мониторинг и контроль состояния здоровья и функциональных резервов организма каждого ребёнка. Оценка здоровья производится по 5-балльной системе.

В ходе занятия учащиеся проходят индивидуальный тренинг постановки диафрагмально-релаксационного дыхания с максимальной ДАС по методу биологической обратной связи. Курс занятий проводится два раза в год. Рекомендуется проводить занятия, как с детьми, так и с педагогами образовательного учреждения.

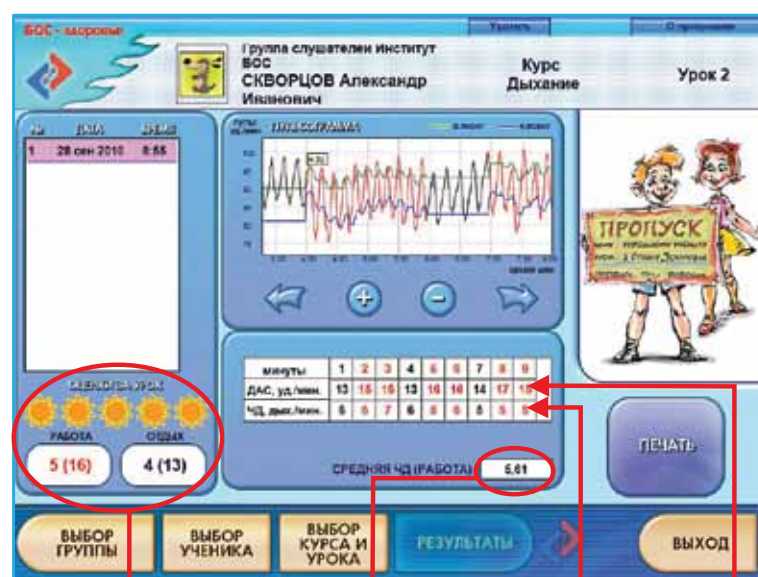
Здоровьеразвивающая технология «БОС-здоровье» свободно вписывается в схему организации учебно-воспитательного процесса и оздоровительной работы образовательного учреждения:

1. Занятия на комплексе «БОС-здоровье» проводятся в рамках стандартного урока в школе или занятия в детском саду.

2. Отметка за здоровье по итогам каждого занятия автоматически сохраняется в электронной карточке ученика и «Журнале здоровья» и доступна учителю для анализа динамики оздоровительных занятий, а так же для работы с учеником и родителями.

3. Программа по требованию выводит отчёт (индивидуальный/по группе/по школе) о динамике оздоровительной работы для администрации школы или для оценки работы школы на уровне управлений и департаментов образования.

4. Уникальность применяемой технологии оздоровления позволяет организовывать внеклассные занятия с отдельными группами детей, нуждающимися в индивидуальной коррекции здоровья или поведения: группы часто и длительно болеющих детей; гиперактивные дети; дети с дефицитом внимания и т.п.



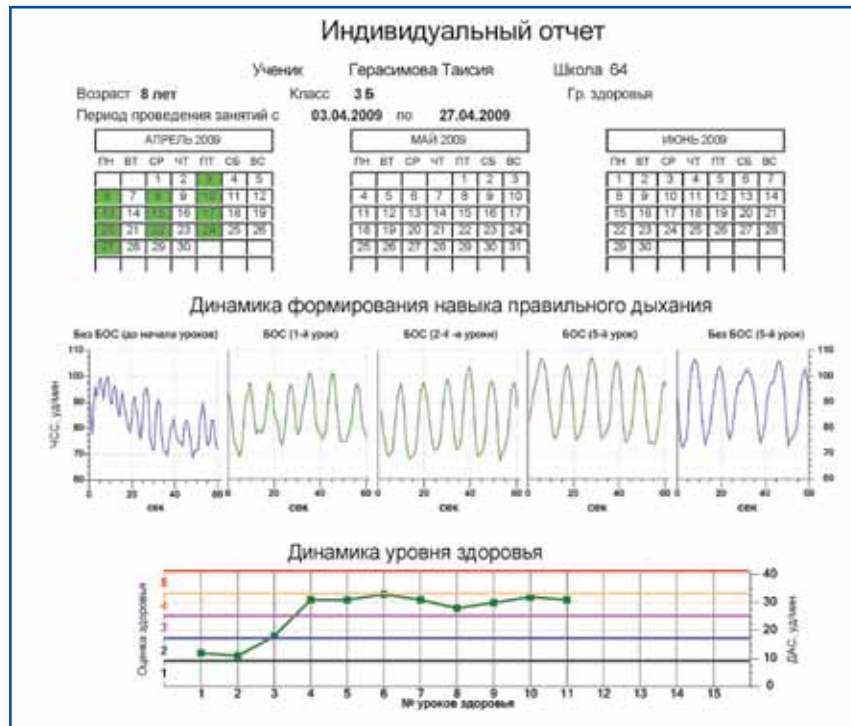
Оценка за здоровье

Средняя частота оптимального дыхания

Частота дыхания

ДАС

По результатам работы с детьми формируется Паспорт Здоровья каждого ученика и Интернет-карта здоровья группы, класса или образовательного учреждения в целом.



Системность применения технологии «БОС-здоровье» и объективные количественные показатели здоровья позволяют данной технологии стать ядром любой создаваемой или уже работающей программы оздоровления и здоровьесбережения в школе и ДОУ.

Что дает технология «БОС-здоровье» для формирования конкурентоспособной личности?

- Повышает успеваемость детей и эффективность образовательного процесса
- Улучшает поведение
- Делает внимательными
- Учит правильно и красиво говорить
- Нормализует функциональное состояние
- Корректирует психоэмоциональное состояние
- Оценивает уровень здоровья и выдает паспорт здоровья
- Снижает уровень заболеваемости ОРЗ и гриппом в три раза и более



Компания «БИОСВЯЗЬ» и Институт БОС являются крупнейшими в России разработчиками технологии Биологической обратной связи. Разработки защищены 30 патентами и авторскими свидетельствами на изобретения. Специалистами компании опубликовано свыше 250 научных работ.

Повышение квалификации специалистов школ и ДОО по инновационной образовательной технологии «БООС-здоровье» для ФГОС-2 в НОО «Институт БОС»

НОО «Институт БОС» - единственное в России образовательное учреждение, в котором проходят квалифицированную подготовку и переподготовку специалисты в области технологии биологической обратной связи из учреждений образования, здравоохранения, социальной защиты и спорта

Курсы повышения квалификации работников системы образования проводятся на основании лицензии Комитета по науке и высшей школе Правительства Санкт-Петербурга (Серия Б, № 209060, регистрационный № К939 от 04 сентября 2009 года).



В ходе обучения слушатели изучают все этапы внедрения ИКТ «БООС-Здоровье» в образовательный процесс школы и ДОО

- Проведение семинара с педагогическим коллективом.



- Установка ПО и оборудования БОС.

- Проведение родительских собраний.

- Комплектование групп и составление расписания занятий (в компьютерном классе и на уроках по различным предметам в рамках утверждённой программы МО РФ).



- Проведение теоретических уроков с детьми (1-2 занятия).

- Применение учебных электронных пособий на основе технологии «БООС-здоровье» серии «Учимся и Оздоровливаемся» на уроках и занятиях с детьми в школе и детском саду.



- Организация проведения дыхательных занятий с детьми средней и старшей школы для нормализации функционального состояния учеников перед уроком и снятия утомляемости во время урока.
- Проведение практических занятий с учениками и педагогами.
- Анализ результатов. Формирование Паспортов Здоровья.



Практические занятия



Для эффективного обучения со слушателями проводятся сеансы нормализации функционального состояния и снятия напряжения.

Продолжительность обучения – 5 дней.
 Форма обучения очно-заочная – 72 часа.
 Возможно проведение выездного обучения в регионах, проведение семинаров и конференций.



Учебный класс НОУ «Институт БОС»

Особое внимание уделено комфорту и безопасности иногородних специалистов. Всех приезжающих в Санкт-Петербург на вокзалах и в аэропорте Пулково встречает бесплатно такси и отвозит в гостиницу «Охтинская» или по указанному слушателем адресу.



Вид с гостиницы один из самых красивых в Санкт-Петербурге – с берега Невы на Смольный монастырь и Большеохтинский мост.

Комплексы БОС для коррекционных образовательных учреждений

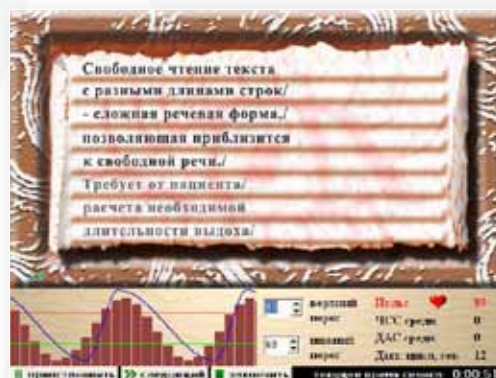
КАБИНЕТ БОС ЛОГОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ

Кабинет БОС для работы с коррекцией и совершенствованием функции речи позволяет лечить заболевания, связанные с высокими речевыми нагрузками, формирует правильную «безусильную» речь, дает инструментарий для подготовки детей к школе.

Основа лечебно-коррекционной методики – обучение навыку диафрагмально-релаксационного дыхания с максимальной ДАС с поэтапным формированием речевых навыков по методу БОС (правильное дыхание, удлиненный речевой выдох, отработка речевых компонентов, формирование свободной речи).

При лечении речевых заболеваний стойкий положительный эффект достигается в 95% случаев. При совершенствовании качества речи у здоровых людей достигается стопроцентный результат.

Показания: заикание, логоневрозы, алалия, афазия, дисграфия, дислексия, дизартрия, дислалия, ринолалия, ринофония, функциональная дисфония, нарушение темпа речи, речевая тревога.



Обучение безусловной речи на длинном плавном выдохе

КАБИНЕТ БОС ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНЫЙ

Традиционный комплекс лечебной физкультуры в сочетании с методом БОС по электромиограмме (ЭМГ) позволяет получить положительный эффект в лечении и реабилитации в 86-98% случаев. ЭМГ-БОС тренинг – это совершенствование двигательных функций, лечение плоскостопия, прекрасная осанка и многое другое.

Показания: нарушение осанки, сколиоз, остеохондропатии, остеохондроз, плоскостопие. Деформации при системных заболеваниях: ревматоидный артрит, подагра, гемофилия, несовершенный остеогенез.

Врожденные заболевания опорно-двигательного аппарата: кривошея, косолапость, вывих бедра, аномалии позвоночника.

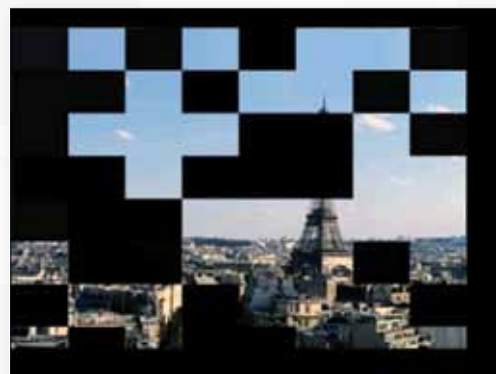


ЭМГ-БОС тренинг. Игра «Лисёнок»

КАБИНЕТ БОС КОРРЕКЦИИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ

Кабинет БОС коррекции психоэмоционального состояния позволяет проводить профилактику, коррекцию и лечение расстройств психоэмоциональной сферы, последствий стрессовых реакций, высоких стрессовых нагрузок, а также аддиктивных состояний.

Показания: синдром дефицита внимания и гиперактивности. Пограничные психические расстройства в т.ч.: тревожно-фобический, депрессивный, ипохондрический синдромы, неврастения. Психосоматические заболевания. Болезни зависимости: алкогольная, наркотическая, игровая, компьютерная. Нарушение пищевого поведения. Психогенные нарушения сердечного ритма, артериальная гипертензия, головные боли, напряжения, тики, нейродермит, псориаз и т.д.



ЭЭГ-БОС тренинг. Игра «Мозаика»

КАБИНЕТ БОС КОРРЕКЦИИ ЗРЕНИЯ

Здоровые глаза играют важную роль в процессе обучения. Дополнительное психическое напряжение, вызываемое дискомфортом от дефектов зрения, может серьезно снизить работоспособность ребенка.

Кабинет БОС коррекции зрения позволяет значительно улучшить остроту зрения, снять зрительное утомление, научиться контролировать зрительное внимание. В основе коррекционной работы лежит обучение ребенка навыку безусловного зрения.

Показания: Аномалии рефракции: гиперметропия, приобретенная миопия, астигматизм. Амблиопия любой степени различного генеза: рефракционная, дисбинокулярная, обскуационная. Астенопия: мышечная, аккомодационная зависимость. Аккомодационное косоглазие, пресбиопия, врожденный нистагм.



ЭЭГ-БОС тренинг выработки навыка для безусловного эффективного зрения

КАБИНЕТЫ И АППАРАТНО-ПРОГРАММНЫЕ КОМПЛЕКСЫ БОС

- КАБИНЕТ «БОС-ЗДОРОВЬЕ» (КЛАСС-КОМПЛЕКТ ДЛЯ ШКОЛ)
- ИГРОВОЙ КОМПЛЕКС «БОС-ЗДОРОВЬЕ» (ДЛЯ ДОУ)
- ИННОВАЦИОННЫЙ КОМПЛЕКТ «БОС-ЗДОРОВЬЕ» (ДЛЯ ДОУ)
- КАБИНЕТ БОС ЛОГОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ
- КАБИНЕТ БОС ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНЫЙ
- КАБИНЕТ БОС КОРРЕКЦИИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ
- КАБИНЕТ БОС КОРРЕКЦИИ ЗРЕНИЯ



УЧЕБНЫЕ ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОСОБИЯ (CD И КНИГА)

Здоровьеразвивающая интерактивная среда:

- Дыхание, БОС-здоровье
- Здоровое Дыхание

Русский язык:

- Здоровая Азбука
- Пропись. Буквы
- Пропись. Цифры

Математика:

- «Длинный и короткий. Большой и маленький»
- «Высокий и низкий. Тонкий и толстый. Узкий и широкий»
- «Один. Много. Мало. Ни одного»
- «Круг. Квадрат. Треугольник»
- «Цифры»
- «Счёт. Сравнение. Сложение. Вычитание»
- «Слева - справа. Вверху - внизу»

Окружающий мир:

- Программное обеспечение «Окружающий мир, ДОУ, БОС-здоровье»
- Программное обеспечение «Окружающий мир, 1 класс, БОС-здоровье»
- Программное обеспечение «Окружающий мир, 2 класс, БОС-здоровье»
- Программное обеспечение «Окружающий мир, 3 класс, БОС-здоровье»
- Программное обеспечение «Окружающий мир, 4 класс, БОС-здоровье»

Изобразительное искусство:

- Цвет

Английский язык:

- Английский алфавит
- Цифры на английском языке

Учебники и методические материалы:

- «Здоровье на 5+»
- «Дыхание по Сметанкину»
- Учебник здоровья для старшего школьного возраста
- Учебник здоровья для среднего школьного возраста
- Учебник здоровья для детей «Будь здоров, малыш!»
- Учебное пособие «Учись здоровью»



КУРСЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

- Системы здоровьесберегающих технологий на основе метода биологической обратной связи в образовательных учреждениях
- Биотехнические и медицинские аппараты и системы с использованием биологической обратной связи

Экономьте Ваши время и деньги!

**Пользуйтесь бесплатными услугами регионального директора!
Для Вас региональный директор:**

- подберет оборудование с учетом Вашего бюджета;
- ознакомит со специальными предложениями, скидками, акциями;
- организует обучение специалистов БОС;
- проведет мониторинг цен оборудования БОС отечественного и западного производства;
- поможет в реализации госзакупок оборудования БОС (аукционы, котировки);
- свяжет со специалистом БОС по Вашему профилю;
- проинформирует о гарантийных обязательствах и сервисных услугах;
- расскажет о конгрессах и выставках БОС.

**Свяжитесь с Вашим региональным директором!
8-800-700-08-19 (звонок для регионов бесплатный)**

