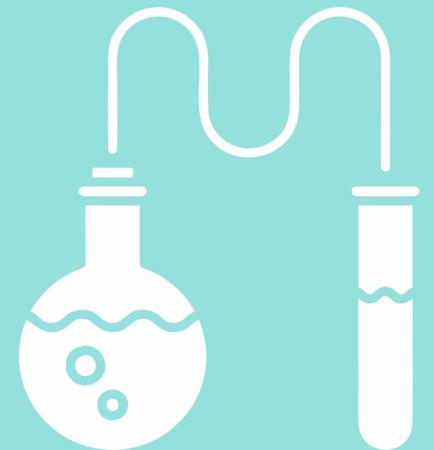




Формирование здоровьесберегающего типа мышления у школьников при организации научно-исследовательской и практической деятельности

**Лектор: Панкратова Светлана Владимировна,
учитель биологии МБОУ «СОШ №55»**



Лабораторные и практические работы при изучении раздела «Человек» могут иметь различный характер и занимать различное место в учебном процессе, но все они формируют здоровьесберегающее мышление детей



Лабораторные и практические работы, опыты и наблюдения:

- знакомят учащихся с некоторыми реально существующими в теле человека физиологическими процессами,
- помогают вскрывать наиболее важные связи,
- дают возможность убедить учащихся в том, что эти процессы действительно существуют,
- помогают ориентироваться в состоянии своего организма и учат сохранять свое здоровье.

Лабораторные работы в разделе «Человек», формирующие здоровьесберегающий тип мышления

- «Микроскопическое строение кости»;
- «Мышцы человеческого тела» (практическая работа);
- «Утомление при статической работе»;
- «Осанка и плоскостопие» и ряд опытов, наблюдений и самонаблюдений.

Изучая кровеносную систему, дети должны научиться с помощью функциональных проб определять степень тренированности сердечно-сосудистой системы, подсчитывать число пульсовых ударов, оказывать первую помощь при кровотечениях, обрабатывать рану и применять препараты, угнетающие микробов.

Выработке таких практических умений и навыков способствуют лабораторные работы:

- «Изменения в тканях при перетяжках, затрудняющих кровообращение»;
- «Изменение скорости кровотока в сосудах ногтевого ложа»;
- «Опыт, доказывающий, что пульс связан с колебаниями стенок артерий, а не с толчками, возникающими при движении крови»;
- «Функциональная проба. Реакция сердечно-сосудистой системы на дозированную нагрузку», а также ряд опытов, наблюдений и самонаблюдений.

Лабораторные работы в разделе «Человек», формирующие здоровьесберегающий тип мышления

«Установление зависимости между нагрузкой и уровнем энергетического обмена по результатам функциональной пробы с задержкой дыхания до и после нагрузки».

Знания материала по темам выделения и терморегуляции пригодятся при уходе за кожей, волосами, ногтями, за одеждой и обувью, предупреждая заболевания кожи, оказывая помощь при ожогах и обморожениях, при тепловом и солнечном ударе, закаливая организм, предупреждая заболевание почек.

Один из разделов посвящен изучению высшей нервной деятельности, дети должны научиться разбираться в схемах безусловных и условных рефлексов, оценивать свою наблюдательность, память, внимание и путем тренировок улучшать их.

Умения и навыки, формируемые в рамках занятий, направленных на формирование здоровьесберегающего типа мышления

- **соблюдение правил личной и общественной гигиены;**
- **соблюдение режима труда и отдыха;**
- **выбор рациональных для работы поз;**
- **составление меню-раскладки;**
- **оказание первой доврачебной помощи;**
- **выполнение физических упражнений в режиме дня;**
- **контроль за соблюдением норм тренированности своего организма;**
- **пользование факторами закаливания;**
- **пропаганда здорового образа жизни.**



В целях преодоления разрыва между личной практикой учащихся и их теоретическими познаниями необходимо все выводы делать убедительно и конкретизировать их, чтобы учащимся было совершенно ясно, почему необходимо проветривать комнату, почему вредно читать лежа, почему надо следить за чистотой своих рук.

Условием этой убедительности будут твердые конкретные знания главных анатомо-физиологических закономерностей!!!

Совершенно очевидно, что нельзя только словесным путем научить учащихся приемам первой помощи при переломе костей, перевязкам при ранениях, приемам искусственного дыхания. По этим темам необходимы практические занятия.

Значение практического метода велико для формирования здоровьесберегающего мышления школьников.

