

Здоровьесберегающие технологии учебного процесса



В помощь
администрации школы

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ



В.И. КОВАЛЬКО

ЗДОРОВЬЕ- СБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

1-4
КЛАССЫ

Теория
Программа
Технологии
Методические игры
Учебные пособия



ЗДОРОВЬЕ ШКОЛЫ!

Е.З. Совежова
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ
ТЕХНОЛОГИИ
В ШКОЛЕ



Н.К. СМЕРНОВ

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ и ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ В ШКОЛЕ

Авторы
А.К.С.И.

Управление ГОУ

Н.К. Смирнов

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В РАБОТЕ УЧИТЕЛЯ И ШКОЛЫ

Высшее профессиональное образование

А. М. Митяева

ЗДОРОВЬЕ- СБЕРЕГАЮЩИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ

Учебное пособие



Педагогика
здоровья

ДЛЯ АДМИНИСТРАЦИИ

ИЗДАТЕЛЬСКО-ТОРГОВЫЙ ДУ
«КОРИС И»

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В НАЧАЛЬНЫХ КЛАССАХ



Все тот же кабинет



Декабрь 2006



Сентябрь
2008



Сентябрь 2009 г

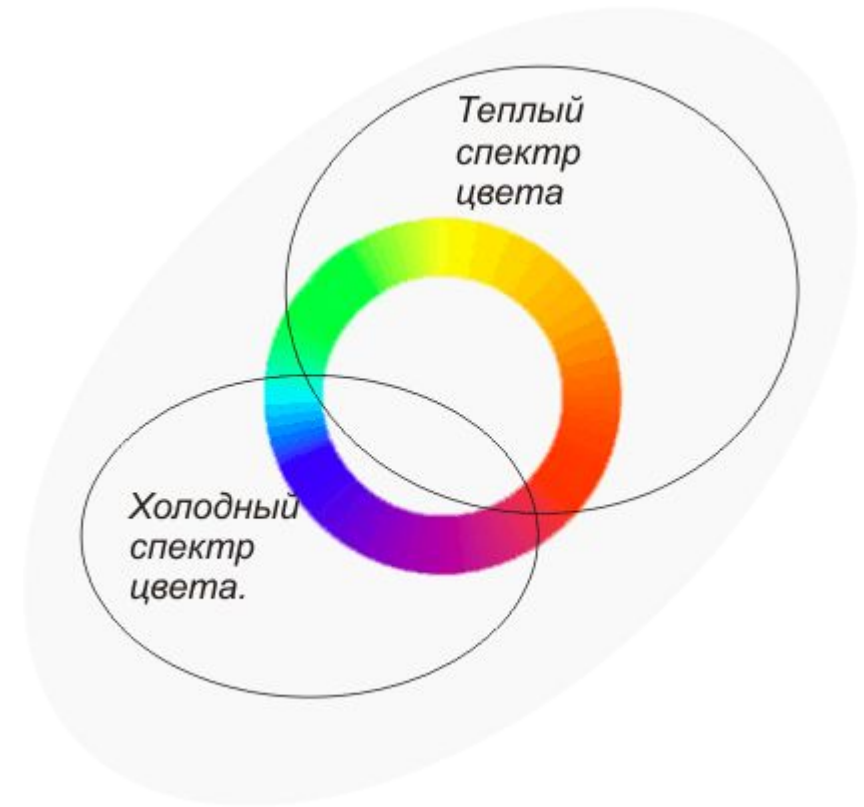
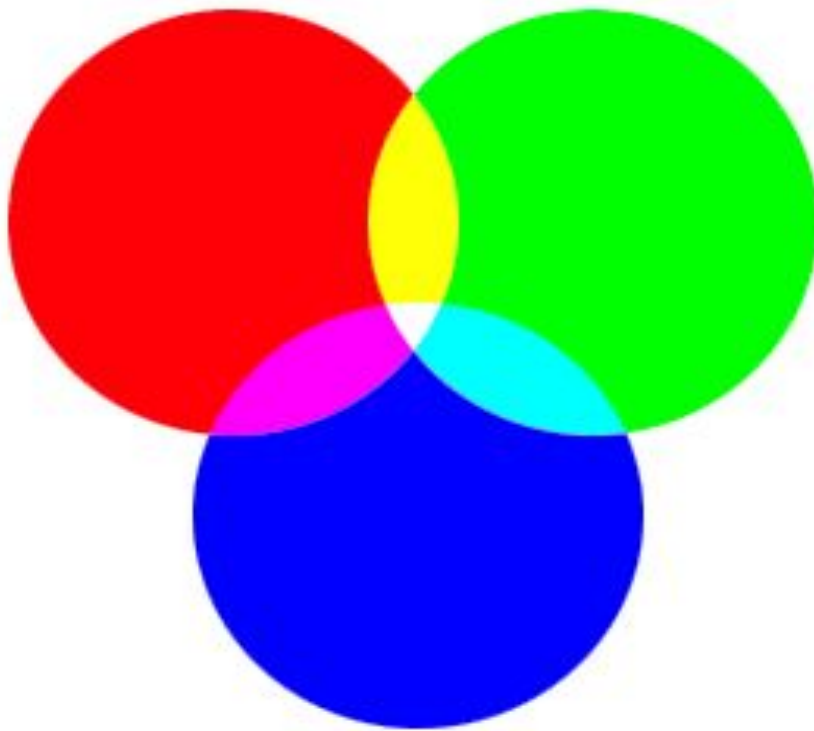
Влияние цвета на организм



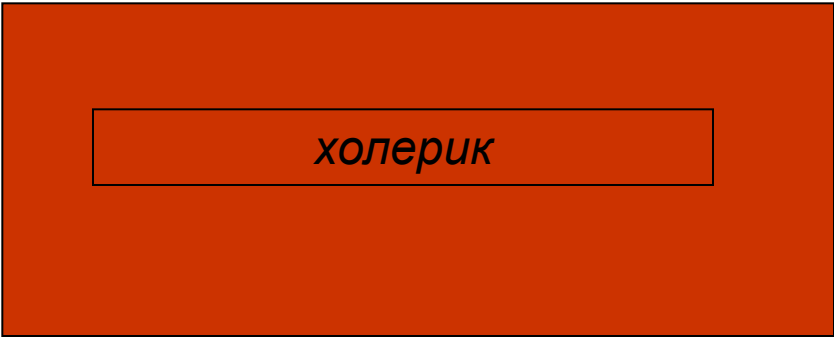
*"Только тому, кто любит цвет,
открывается его красота и
внутренняя сущность. Цветом
может пользоваться каждый,
но только беззаветно
преданный ему он позволяет
постичь свои тайны»*

(И. Иттен)

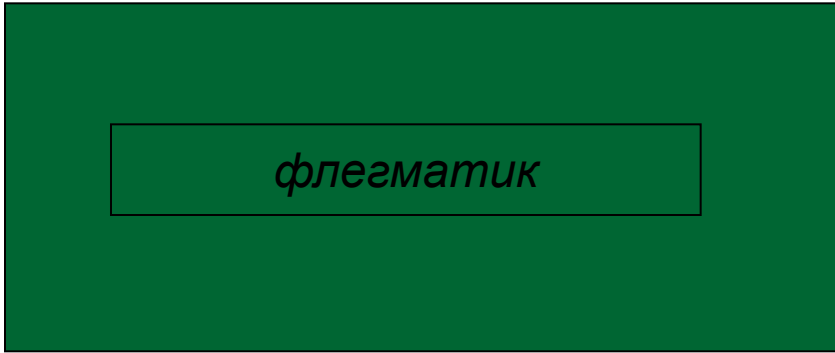
Цветовая гамма



*Четыре темперамента имеют цветовые
соответствия:*



холерик



флегматик



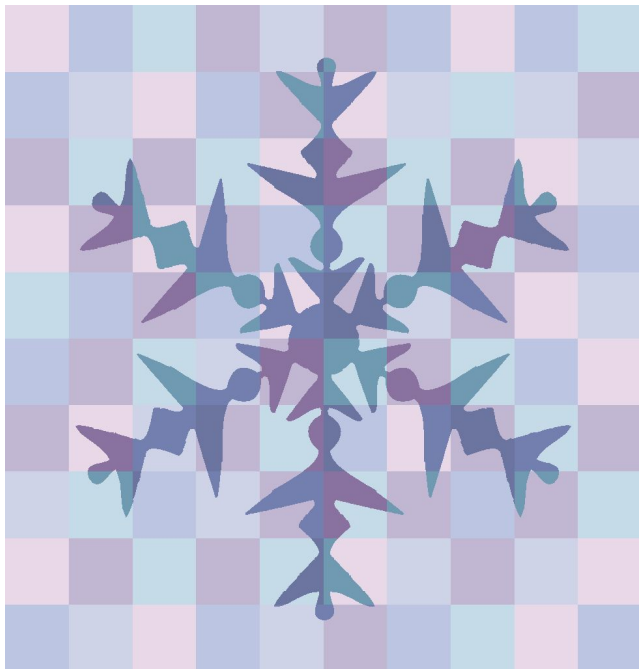
сангвиник



меланхолик

Теории сезонов (теории времен года)

Тип зима



*это бледная кожа,
темные волосы и глаза,
выиграет от холодного
цвета – серого или черного.
От светлых ярких тонов этот
тип может проиграть.*



Тип весна

*обладающая золотистым оттенком кожи
и светлыми волосами,
будет прекрасно выглядеть
в теплых тонах, ей следует избегать
черно-белых контрастов.*

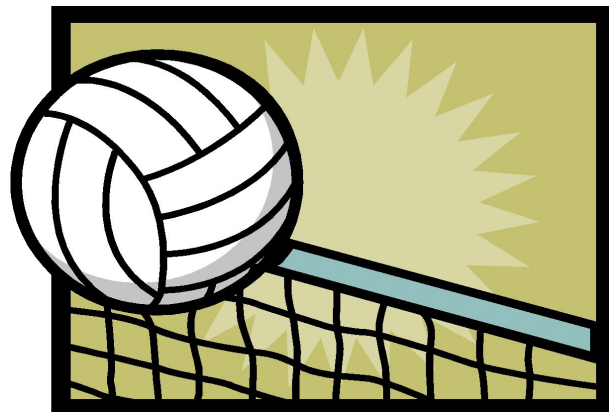


Тип Лета

*обладающему светлой кожей
и волосами с холодным пепельным
оттенком,
подойдет смешение теплых
и холодных оттенков.*

*Молочно-сливочные, серовато-голубоватые,
серовато-сиреневые, серебристо-золотистые тона в
сочетании с серо-коричневым,*

*индиго, серо-лиловым, темно-серым
цветом – вот к чему надо стремиться.*



Тип осень

*имеющие кожу золотистого цвета
и русые или рыжие волосы,
должны выбирать золотисто-медовый,
бежево-золотистый, бежево-терракотовый
и персиковый цвета.*



Цвета группы крови

I группа крови

благоприятное воздействие
оказывает красный, оранжевый
и пурпурный цвет.



II группа крови

рекомендуется голубой и
зеленые цвета. Именно эти
цвета стимулируют
умственную деятельность,
улучшают настроение. Этот
цвет хорошо использовать и в
одежде, и в интерьере,
квартиры.

Красный оранжевый тона - Они стимулируют жизнедеятельность, повышают умственный потенциал. А для нормализации нервной деятельности им показан голубой и зеленый. Фиолетовый – для состояния релаксации и философских размышлений.

III группа крови

Красный оранжевый тона - Они стимулируют жизнедеятельность, повышают умственный потенциал. А для нормализации нервной деятельности им показан голубой и зеленый. Фиолетовый – для состояния релаксации и философских размышлений.



IV группа крови

Люди с четвертой группой крови имеют много общего с обладателями второй группы крови. В их энергетической характеристике рекомендуется голубой и зеленые цвета.

Лечение цветом

- **Грипп** - оранжевый- к селезенке и зеленый к горлу.
- **Фурункулы** - оранжевый и зеленый цвет.
- **Нервные расстройства** - золотой цвет к голове, синий к горлу и солнечному сплетению.
- **Астма** – сапфирно – синий- к солнечному сплетению.
- **Желудочные заболевания** – сапфирно – синий ко лбу, горлу и солнечному сплетению.
- **Рак** – нежно – зеленый к горлу, фиолетовый к сердцу, синий к месту проявления боли.
- **Диабет** – золотистый к солнечному сплетению, зеленый к поджелудочной железе, синий к солнечному сплетению.
- **Паралич всех видов** – золотой – ко лбу, к основанию черепа и по всей длине позвоночника.



Если Вы поссорились...



Снимает остроту конфликта



Если нужно успокоиться...



При работе на компьютере



Чрезмерный аппетит — цвет индиго



Если переутомились



Хорошего Вам настроения!!!





Всё будет здорово!