

**«Укрепление и сохранение
здоровья школьника».**

Человек и мир

Человек и природа

Человек и общество

Человек и человек



**Психология и экология как
средство укрепления и
сохранения здоровья
ШКОЛЬНИКОВ.**

Личность школьника

Интегральная индивидуальность

Исследование энергетических затрат
организма при усвоении знаний

Исследование последствий в
дальнейшем развитии к которым
приводят эти энергетические
затраты

Интегральная индивидуальность

У
Р
О
В
Н
И

Физиологический (нейрофизиологические характеристики, морфологические и биохимические изменения, сдвиги физиологических функций)

Психофизиологический (вегетативные регуляции, изменения психомоторики, сенсорики)

Психологический (изменение психических функций и настроения человека)

Социально-психологический (характеристики поведения деятельности и отношения человека в том или ином состоянии)

**Интегральная
индивидуальность**

**Это не просто совокупность
индивидуальных свойств человека**

**Это, прежде всего, характер связи
между всеми свойствами
человека.**

**Именно в этом выражается
индивидуальное своеобразие личности.**

Примеры связей

Центральные механизмы регулирующие жизнедеятельность организма.

Биохимические индивидуальные свойства

Нейрофизиологические индивидуальные свойства

Изменения жизнедеятельности более глобальны и значительно менее дифференцированы.

Реакции различных органов, тканей и клеток, регулируемые нервной системой, бесконечно многообразны.

Экспериментально установлено, что одни и те же биохимические свойства организма могут сочетаться с различными свойствами нервной системы и наоборот.

Вывод: существуют промежуточные условия, в зависимости от которых проявляющиеся биохимические индивидуальности могут быть связаны с различными типами нервной системы.

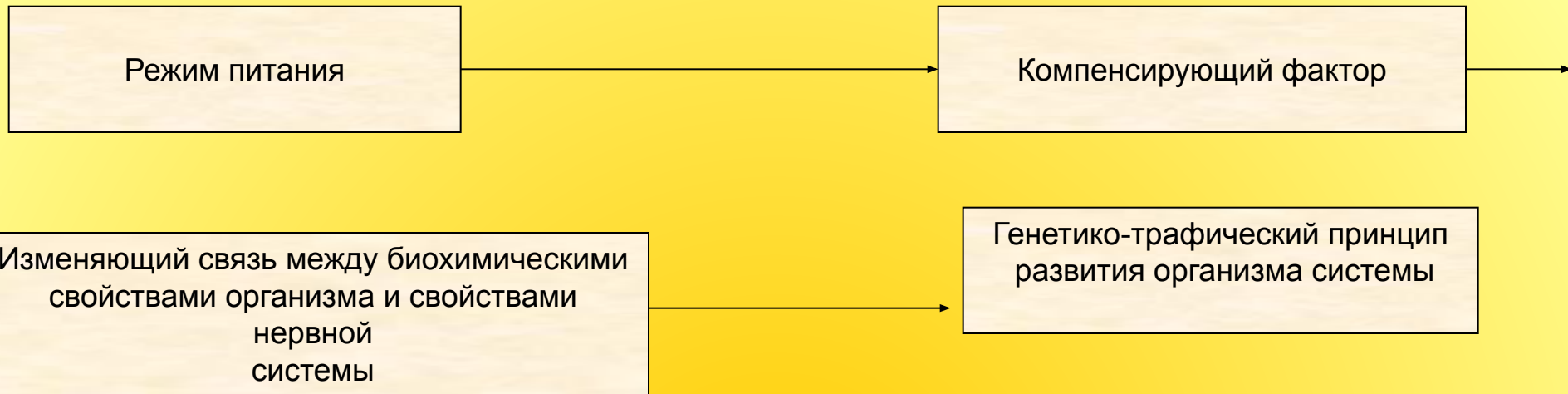
Промежуточное условие №1.

Особый режим питания

Введение в пищу химических веществ,
компенсирующих дефицит соответствующих
гормонов.

Дефицит или избыток гормонов сохраняется, т.е.
наследственно обусловленный дефект
эндокринной системы остаётся тот же.

Но развитие нервной деятельности значительно
не отклоняется от нормы.



«При выпадении образования определенного фермента... этот дефект может быть преодолен при наличии этого фермента в культуральной среде». Р.И. Уильямс

Основной фактор изменения культуральной среды- режим питания

Во многих случаях человек сам находит режим питания, оптимальный для комплекса. Для дефекта каких-либо биохимических веществ.

Промежуточное условие №2

Моторная активность

**Компенсирует как гипо так и гиперфункцию
эндокринных
желез**

**Повышенная моторная
активность**

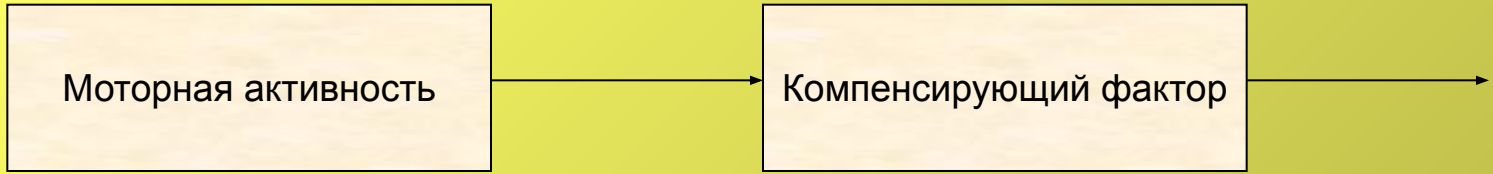
**Усиливает поглощение
мускулами глюкозидов в
крови**

**Компенсируется
гиперфункция
коры надпочечников**

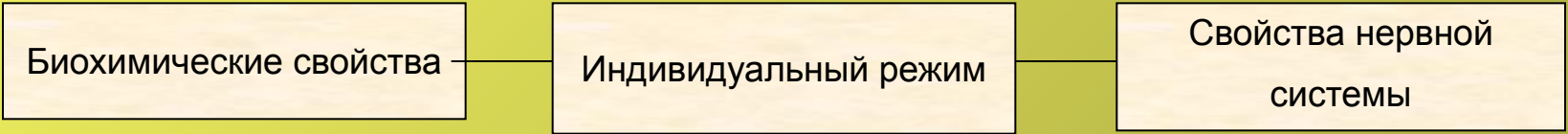
**Повышенная моторная
активность**

**Усиливает выделение
химического вещества,
которое
содержится в гормонах
гипофиза**

**Компенсируется гипофункция
гипофиза**



Изменяющий характер связи между биохимическими свойствами (гипо или гиперфункции какой-либо эндокринной железы) и соответствующими нервными проявлениями



Связи

А Л И М Е Н Т А Р Н Ы Е	Р Е А К Ц И И	П И Т А Н И Е	М О Т О Р Н О Й	А К Т И В Н О С Т И	Д В И Г А Т Е Л Ь Н Ы Е	Р Е А К Ц И И
--	---------------------------------	---------------------------------	--------------------------------------	--	--	---------------------------------

Индивидуальный стиль жизнедеятельности организма

Формирование индивидуального стиля жизнедеятельности

Определяется
объективными социальными
причинами

Индивидуальный режим
питания в зависимости от
материального уровня и
национальных традиций

Индивидуальный характер
моторной активности в
зависимости от профессии

Зона неопределённой
жизнедеятельности

Выбор индивидуального стиля
жизни

Мудрость тела, благодаря которой компенсируется дефицит каких-либо химических веществ. А также компенсирующие движения и их качественные особенности присущие далеко не всем людям. Большинству людей приходится учиться этой мудрости самостоятельно.

Проблема: исследование собственного организма, установление причинно-следственных связей, осознание ребёнком того, что с ним происходит в разных ситуациях.

Осознание и будет началом изменения ситуации, формирования индивидуальности организма.

Формирование собственного здоровья.



Интегральная индивидуальность

Индивидуальный стиль
жизнедеятельности

Индивидуальный
стиль
деятельности

Индивидуальный
стиль общения

Связи между свойствами
физиологического
уровня

Опосредует связи
между разными
иерархическими
уровнями

Гарантирует
уровневенность
личности, её
позитивное
настроение.

Единое содержание деятельности

Но человек проявляет разные свойства

В разных коллективах с разным стилем межличностных
взаимоотношений

При изменении объекта деятельности

Градиента цели

Достижения успеха или неуспеха

Деятельность

Это большая иерархическая саморегулируемая система

Элементы: движения;
операции;
промежуточные цели

Каждый уровень регулируется сочетанием объективных и субъективных условий

Вся система регулирует деятельность в одном направлении – к наибольшему согласованию объективных условий и свойств субъекта.

Общее направление может осуществляться при помощи нескольких **различных** промежуточных целей, операций и движений

Вариативность частных и промежуточных целей, операций и движений.

Зона неопределённости деятельности как и общее направление деятельности

Предпосылка индивидуального стиля деятельности и его систематизирующей функции

Одни и те же объективные требования могут осуществляться при помощи различных промежуточных целей, операций и движений.

Субъект выбирает более эффективные, соответствующие его индивидуальным особенностям.

Выбор целей, действий наиболее эффективных при данных индивидуальных свойствах.

Характеризует индивидуальный стиль деятельности

Индивидуальный стиль деятельности

Целесообразная система взаимосвязанных действий, при помощи которых достигается определённый результат.

Усиливается положительная мотивация.

Изменяется личностный статус.

Системообразующий принцип индивидуального стиля деятельности

Изменение разноуровневых связей индивидуальных свойств

Создание новой системы свойств

Становление новообразований личности

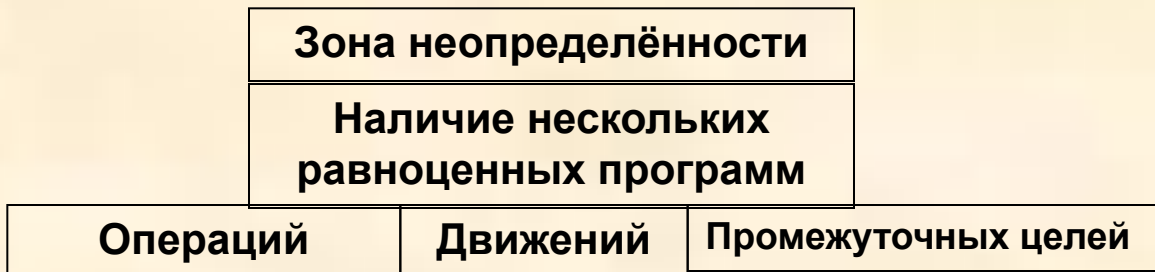
Саморазвитие личности

**Психологические
предпосылки
развития
коллектива.**

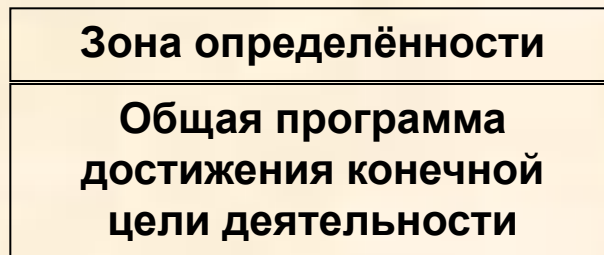
**Психологические
предпосылки
развития
индивидуальности**

Условия, необходимые для формирования индивидуального стиля деятельности.

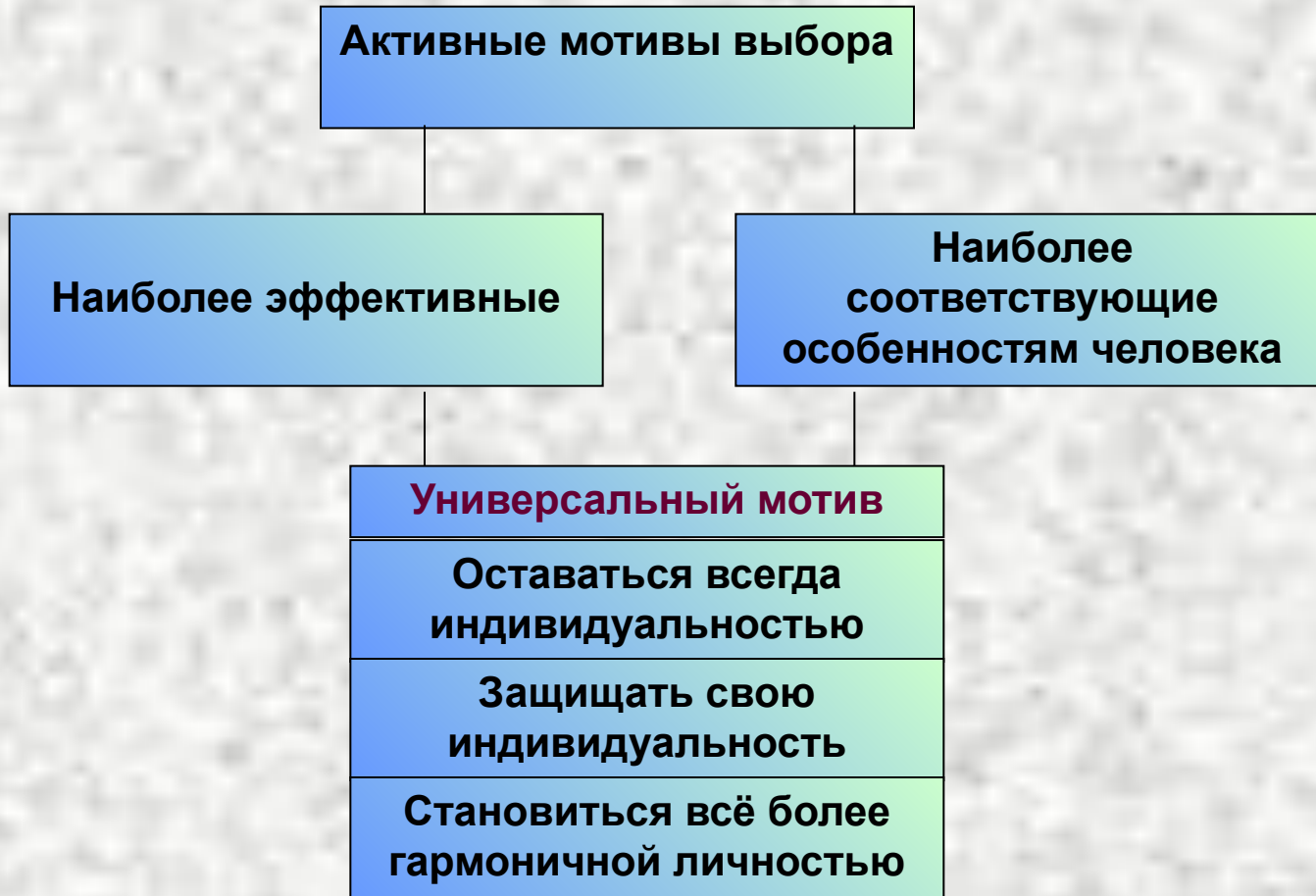
Условие №1

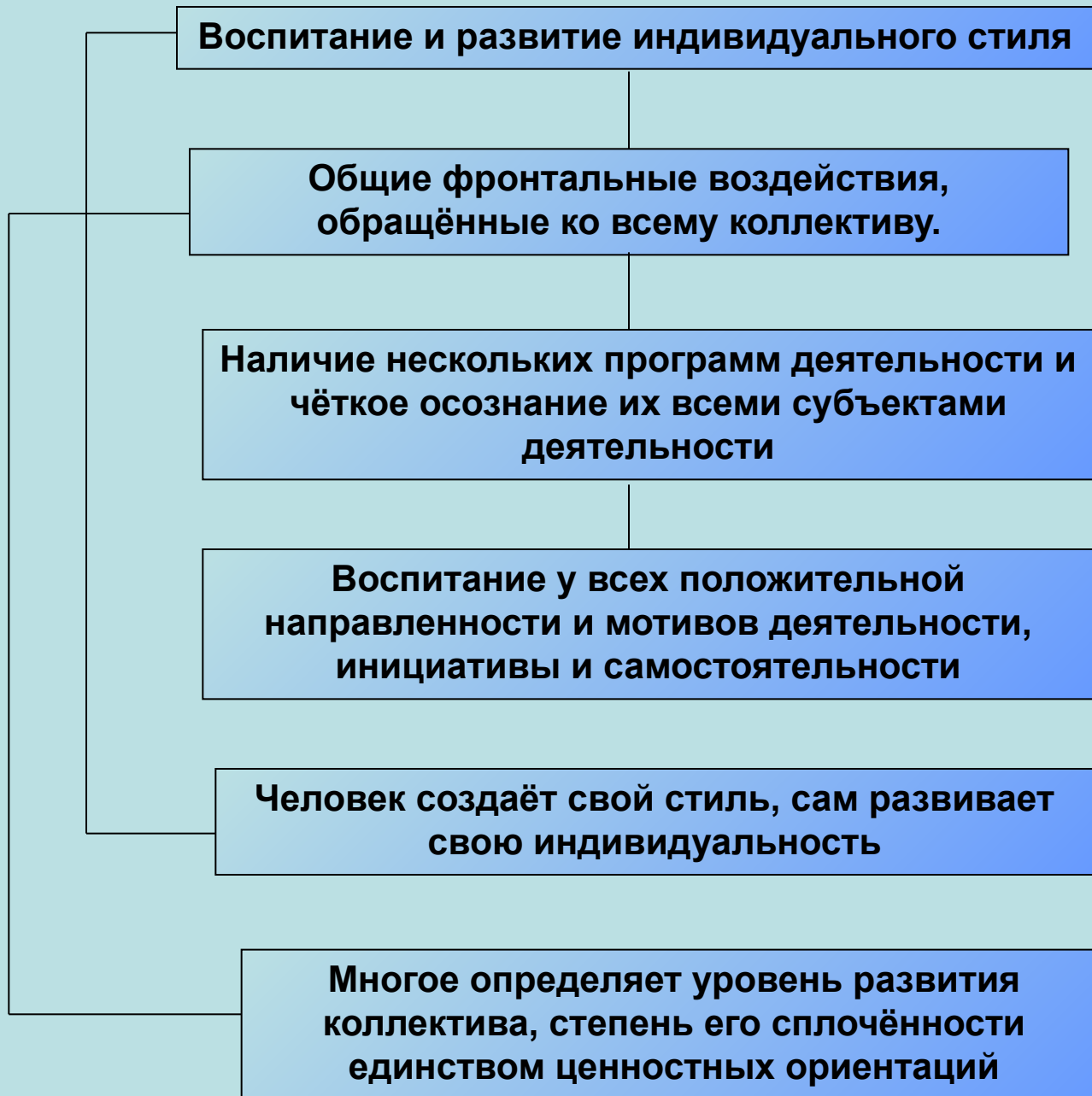


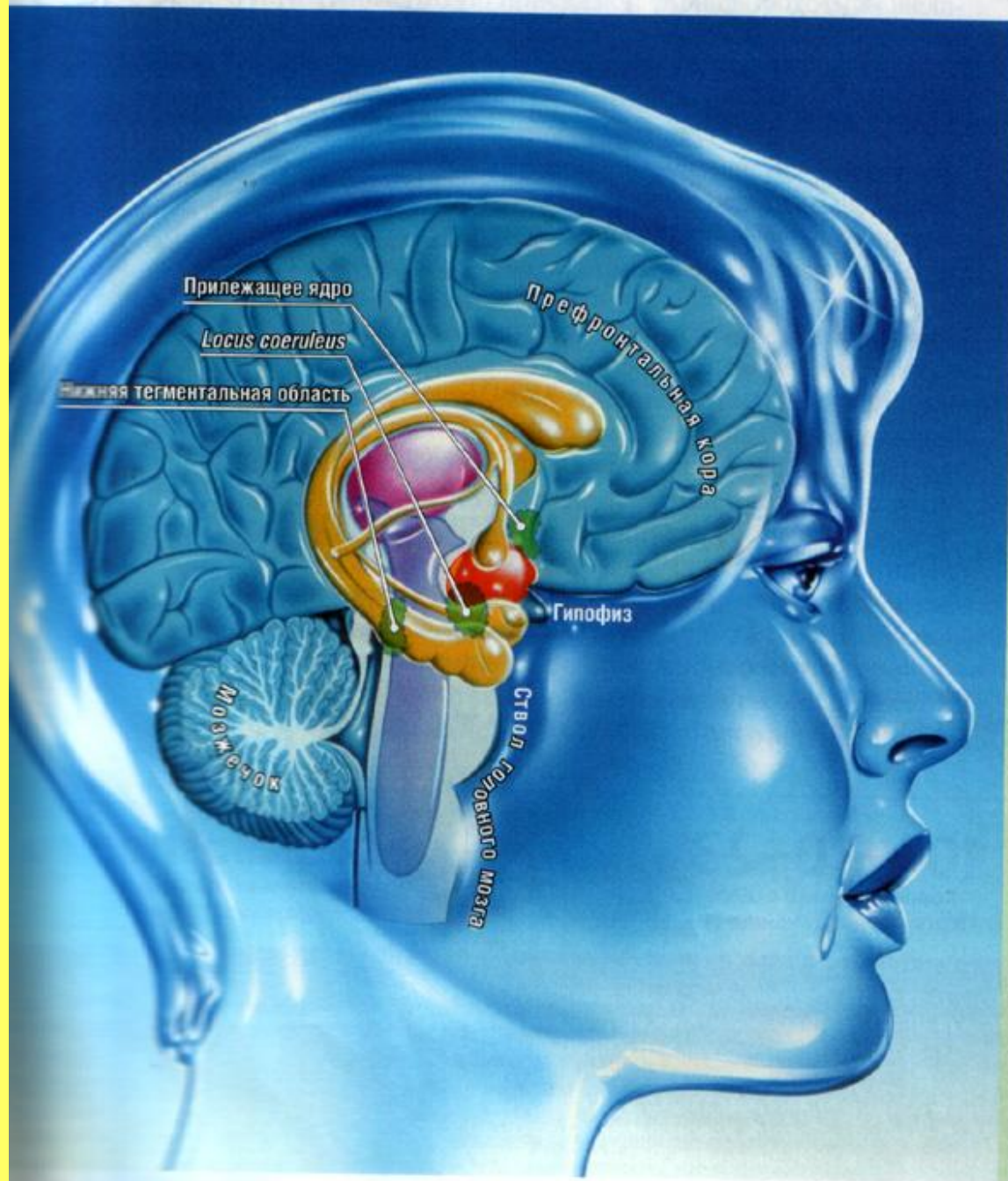
Условие №2



Условие 3







Прилежащее ядро

Locus coeruleus

Нижняя тегментальная область

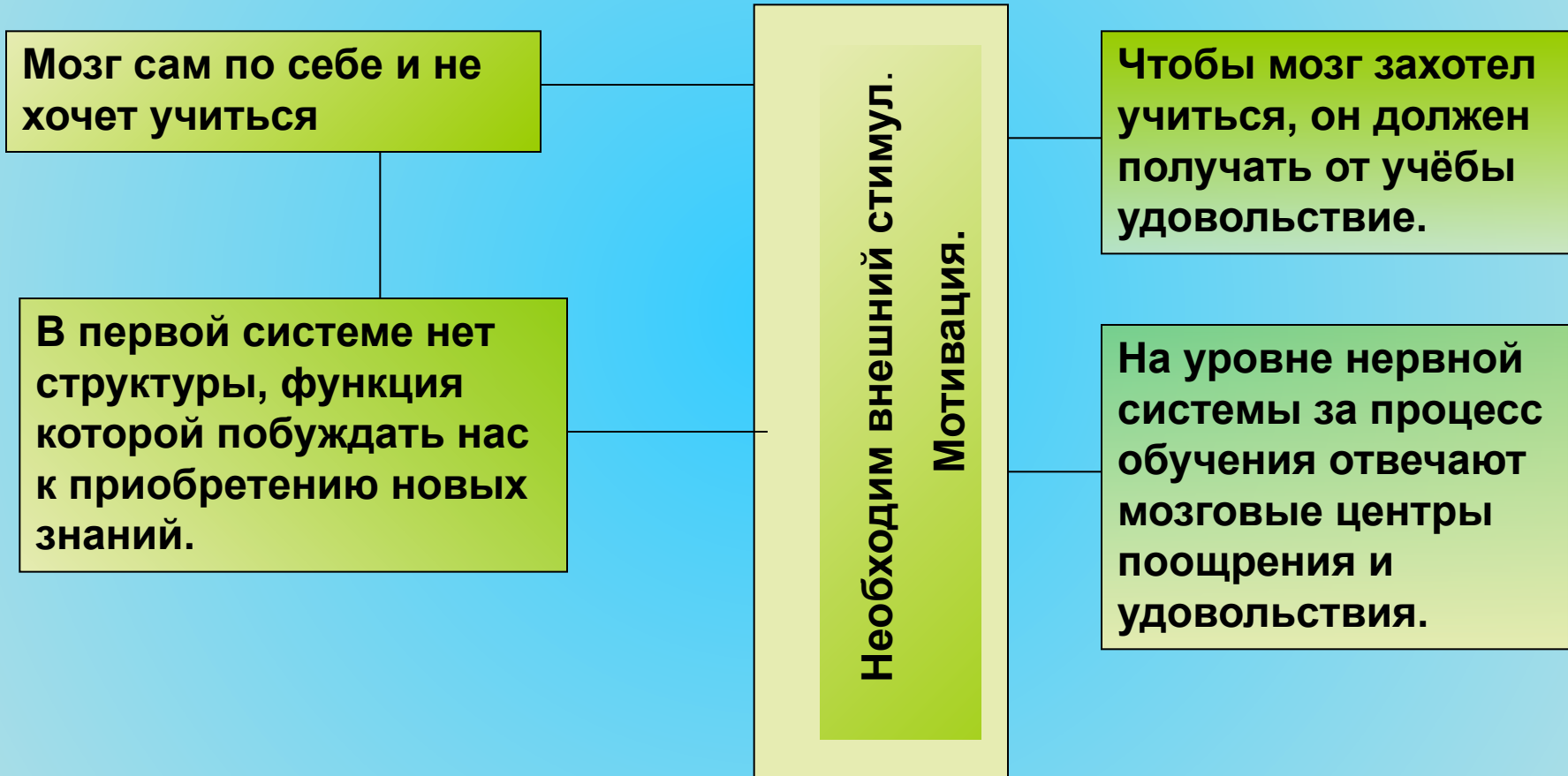
Префронтальная кора

Гипофиз

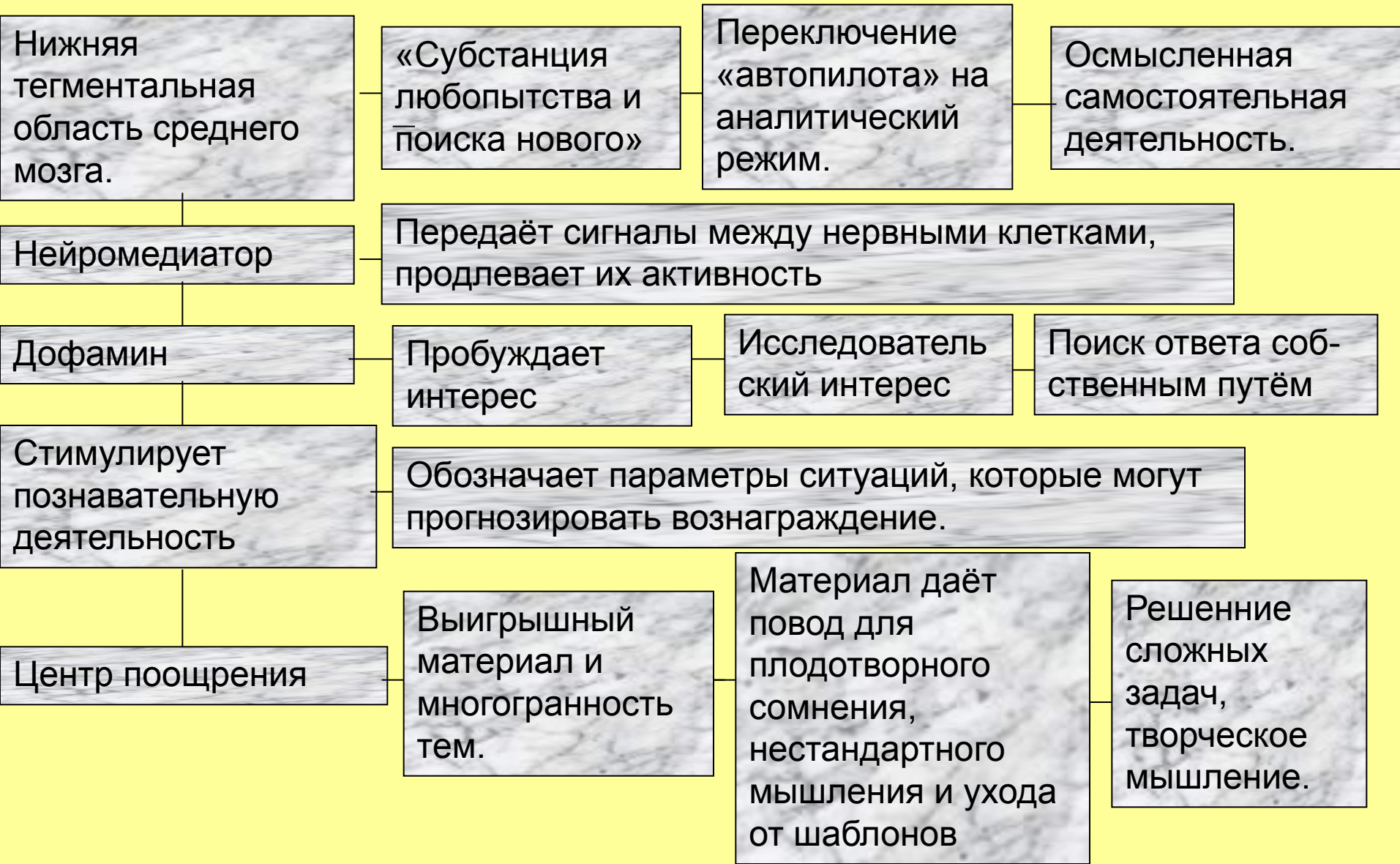
Столб головного мозга

Мозжечок

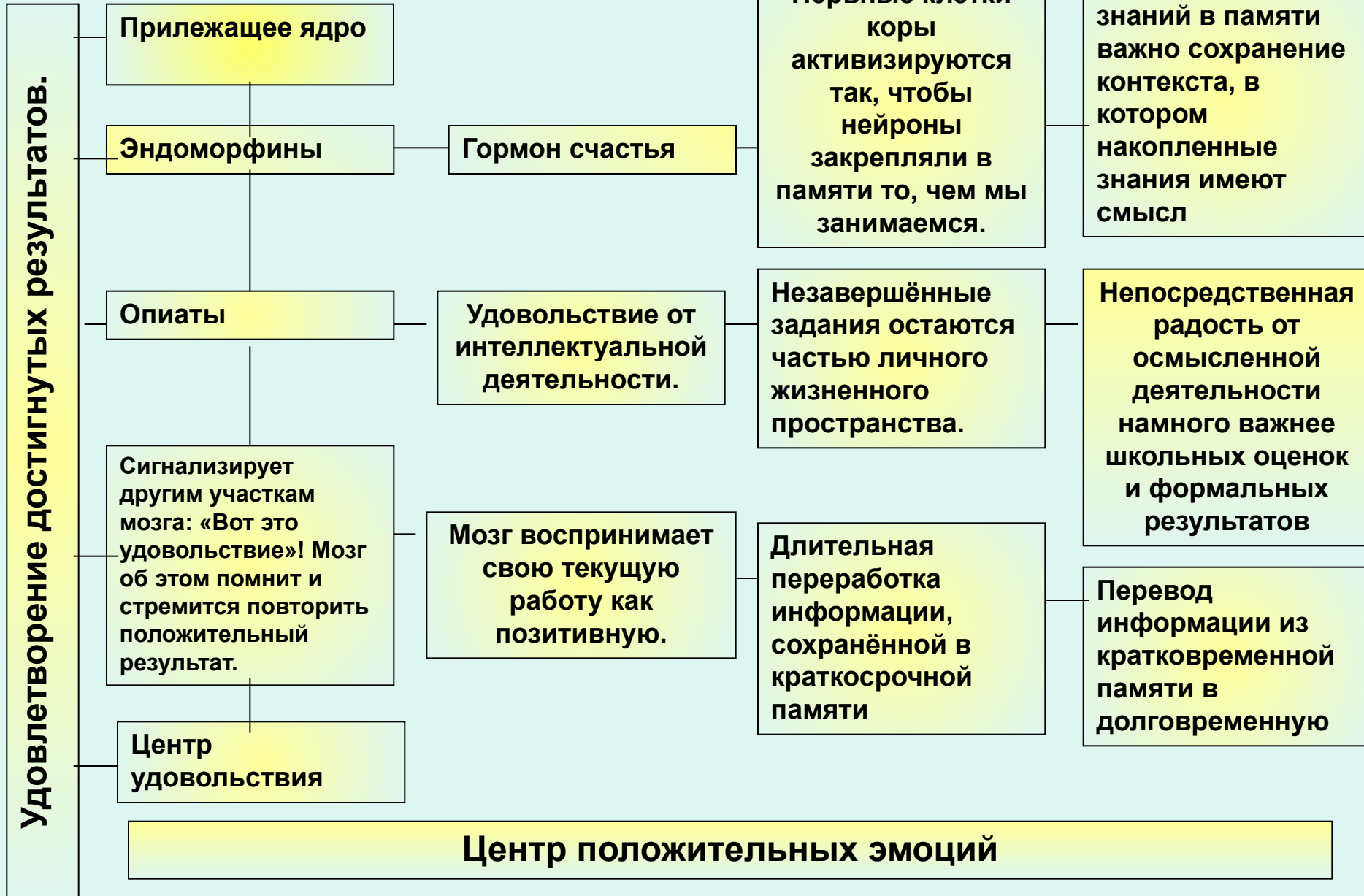
Почему последовательное обучение не увлекает любопытных детей



Система поощрений находится в самом мозге.



Чтобы позитивно воспринимать свою работу, мозг подпитывает себя опиатами.



Работа мозга с информацией



Как мозг обрабатывает и хранит информацию

Информация воспринимается, фиксируется и хранится с помощью всех органов чувств

Новые знания

Встраиваются в уже сложившуюся сетевую структуру, информация включается в уже известный или воображаемый контекст.

Формируют новую паутину. Нервные клетки ответственные за различные типы внутреннего представления информации более активно контактируют друг с другом и благодаря этому складываются в так называемый клеточный ансамбль.

При активации хотя бы одного из блоков возбуждается весь ансамбль, вызывая в памяти единое понятие.

Правила

- Качество запоминания определяется глубиной обработки информации, способом её структурирования при объединении в сеть. Должны быть задействованы разные уровни отражения информации.
- Структура, созданная на основе собственного исследования, намного действеннее сети, сформированной по шаблону. Она глубже коренится в знаниях ученика, возникла индивидуально в подходящем темпе обучения.
- Формирование прочных долговременных сетей знаний поддерживается также многообразием взглядов и подходов к конкретной теме. Хороший рецепт междисциплинарные занятия. Дети должны учиться распознавать сложные взаимосвязи.

Заповеди успешного обучения.

- **Главное – научить учиться.**
Дети должны научиться самостоятельно знакомиться с материалом, анализировать, выделять главное и конспектировать. На следующем этапе они могут выступить с докладом и подготовиться к аргументированным ответам на вопросы, возникшие у учителя и одноклассников. Важно развивать способность воспринимать информацию на слух и записывать услышанное, а также умение подготовить и провести интересную дискуссию.
- **Правильно оценивать детей.**
Оценивание знаний осуществлять в форме конструктивного двустороннего или группового обсуждения. Такая практика даёт возможность педагогу дифференцированно подходить к каждому ученику и подсказать, как ликвидировать возникшие проблемы в знаниях. Формы конструктивного диалога могут быть разными, важно то, что они помогают школьнику преодолеть страх перед оценкой.
- **Ребёнок имеет право на ошибку. Они полезны.**
Не надо сразу выставлять ошибку напоказ, сделайте так, чтобы ребёнок сам её понял. Для него это будет открытием, которое вызовет радость и гордость. За большинством ошибок скрывается плодотворная умственная работа. Она важная ступень на пути к правильному и, возможно, оригинальному решению.
- **Ребёнок имеет право учиться в собственном темпе и ритме.**
Тугодумые не менее способны к учёбе, чем те, кто схватывает на лету. Нельзя медлительных детей автоматически записывать в разряд отстающих. Надо дать возможность каждому ребёнку обучаться в индивидуальном темпе и ритме. Задания на уроке должны предполагать несколько вариантов выполнения. У детей должен быть выбор.
- **В основе успешной учёбы – самостоятельные достижения.**
При таком подходе дети приучаются нестандартно мыслить, формировать вопросы, рассчитывать на собственные силы и воспринимать себя как успешных, творчески одарённых исследователей.

Баланс между аналитическим и автоматическим режимами работы мозга.



Бессознательное – незаменимый и эффективный помощник. Оно никогда не отключается. Мозг постоянно активен и настроен на получении информации. По большей части она усваивается и сохраняется неосознанно, но потом в определённой ситуации активизируется и влияет на поведение человека. Интуиция – это мгновенно принятое решение на бессознательном уровне.

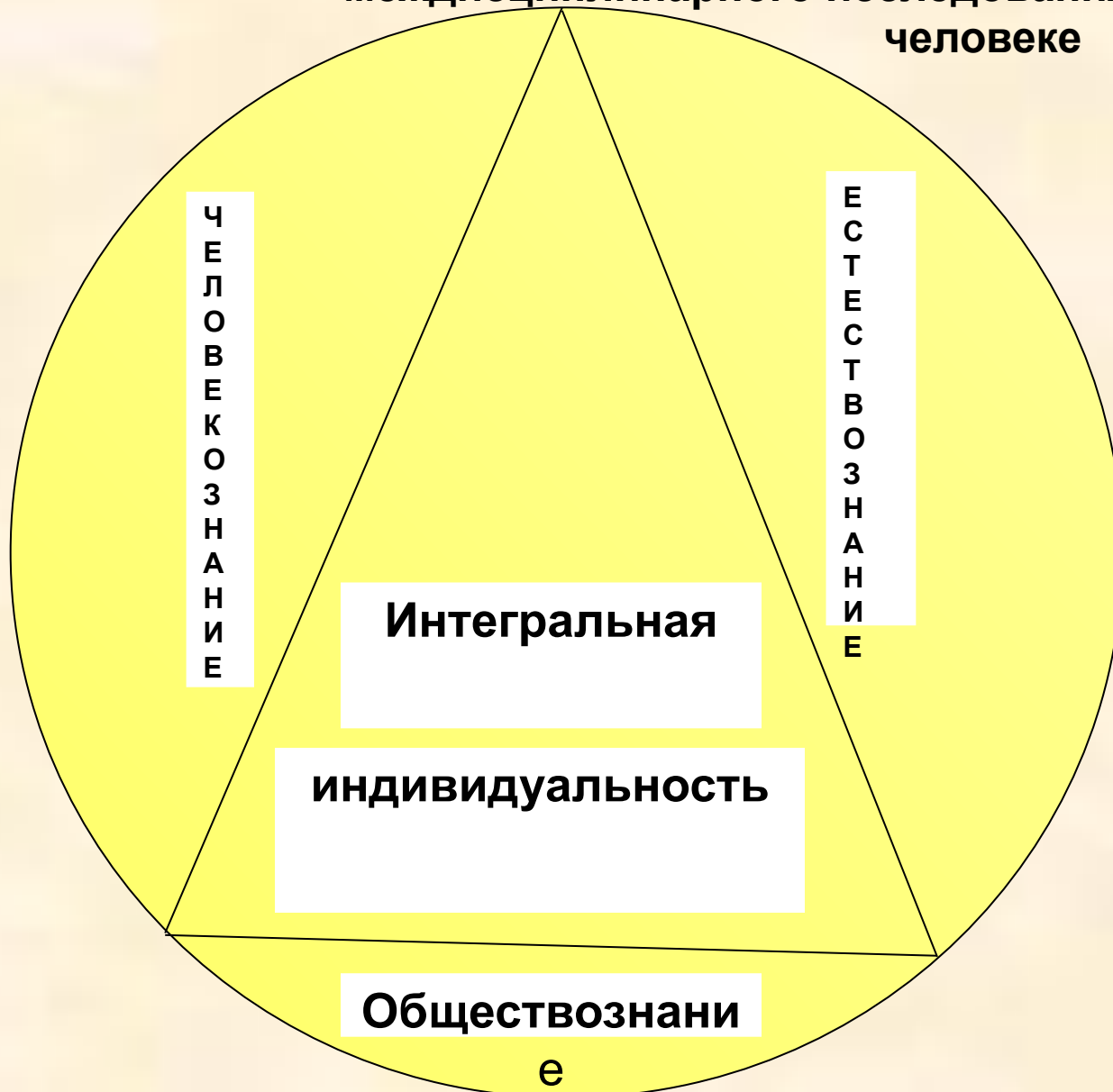
Сознание работает до тех пор, пока полученные знания не войдут в нашу плоть и кровь. После этого неповоротливое сознание будет только мешать. Отключение сознания – это показатель того, что мы уже закрепили свои умения и навыки. Работа сознания поглощает 80% энергетических ресурсов мозга. Сознательная деятельность – роскошь, которую организм может себе позволить лишь изредка.

Автоматизм освобождает голову для решения нестандартных творческих задач. Когда ситуация перестаёт быть стереотипной и сам мозг не может подобрать нужную программу, тогда включается сознание.

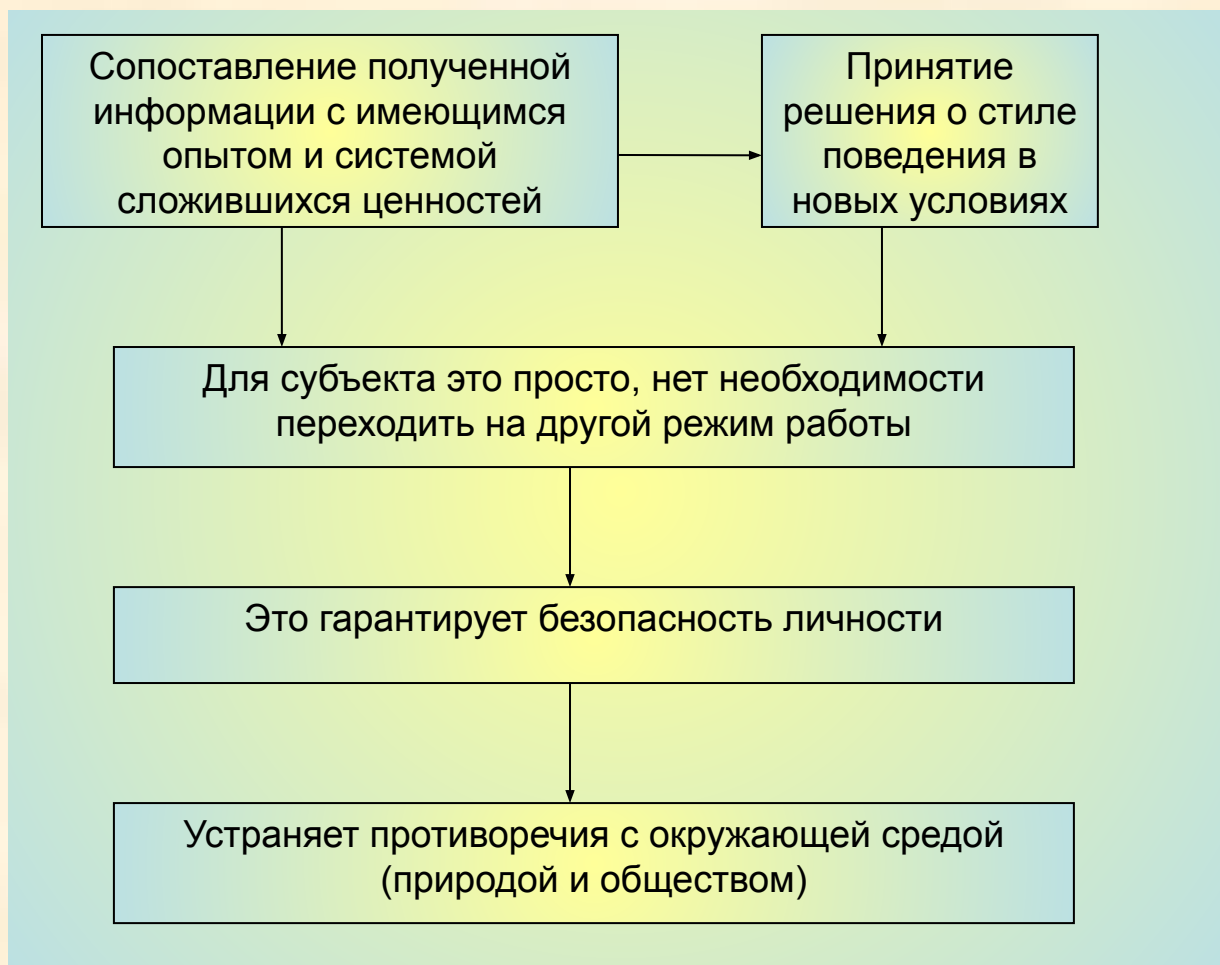
При малейшей возможности мозг переключается на «автомат» бессознательного. Он работает быстро, точно и дешёво.

Учитель должен чаще демонстрировать ученикам, что есть такая тенденция – думать автоматически и действовать согласно усвоенным представлениям. Для этого учеников надо намеренно ставить в такие ситуации, когда они смогут осознать что мыслят шаблонами.

Основоположник учения об интегральной индивидуальности – выдающийся отечественный психолог В.С.Мерлин - считал, что интегральная индивидуальность должна быть объектом междисциплинарного исследования всех наук о природе и человеке



Ориентированность личности – когда внутренний информационный запас соответствует информационному содержанию ситуации, когда окружающие обстоятельства не выходят за рамки индивидуального информационного диапазона.



Валеологизация	Интегрированные курсы	Искусство и валеология	
		Технология и валеология	5-9 кл.
		Физическая культура и валеология	5-9 кл.
		Основы безопасности жизнедеятельности и валеология	10-11 классы

Экологизация	Интегрированные курсы	География и экология окружающей среды	6-10 классы
		Физика и экология окружающей среды	7-11 классы
		Химия и экология окружающей среды	8-11 классы
		Биология и экология человека	5-9 классы
		Обществознание и социальная экология	5-11 классы

Психологизация	Профессиональная деятельность учителя на основе теории об интегральной индивидуальности	Ориентация обучения на достижение эмоционального удовлетворения индивидуальной деятельностью
		Ориентация воспитания на формирование умения управлять своими состояниями и поведением