

Яшкун Алина Ивановна  
с. Закладное Романовский район, Алтайский край  
[ja.lina@mail.ru](mailto:ja.lina@mail.ru)

## ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ ПРИ РАБОТЕ С ИНТЕРАКТИВНОЙ ДОСКОЙ

В первую очередь хочется вспомнить слова великого педагога Василия Александровича Сухомлинского: "Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависят их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. Если измерить все мои заботы и тревоги о детях в течение первых четырех лет обучения, то добрая половина их – о здоровье" [1, с. 70].

Безусловно, в большой степени успешность обучения в школе определяется уровнем здоровья, с которым ребенок пришел в 1 класс. Это так называемый исходный фон. Но состояние здоровья ребенка в дальнейшем во многом зависит именно от образовательной среды. Так по данным специалистов Института возрастной физиологии РАО именно со школой связано от 20 до 40% негативных факторов, ухудшающих здоровье детей. Ученые даже придумали особый термин – школьные факторы риска. А состояние здоровья школьников и вовсе оставляет желать лучшего. «По данным Минздрава, только 10% школьников относятся к числу здоровых, 50% имеют патологию, 40% находятся в группе риска» [2]. Поэтому на современном этапе развития образования особенно остро встает проблема сохранения здоровья участников образовательного процесса.

Особенное внимание в этом направлении следует уделить новейшим достижениям техники, которые с неумолимой скоростью прочно внедряются в жизнь каждого школьника. Сегодня все большее количество школ оснащается интерактивными досками. Отношение к ним у учителей складывается достаточно противоречивое: кто-то считает использование последних достижений образовательных технологий единственно верным решением, кто-то предпочитает оставаться верным традиционным методикам преподавания. Но нужно признать, что интерактивные доски оказываются на практике значительно эффективнее традиционных школьных досок или проекторов. Безусловно, они наиболее соответствуют тому способу передачи информации, к которому привыкло новое поколение школьников, выросшее на ТВ, компьютерах и мобильных телефонах. Благодаря наглядности, класс вовлекается в активную работу, обостряется восприятие, повышается концентрация внимания, улучшается понимание и запоминание материала. Ведь лучше всего человек запомнит материал, когда и увидит, и услышит, и потрогает, и сам что-то воспроизведет, применит на практике.

Однако следует учитывать, что ТСО способны оптимизировать учебный процесс только при условии их гигиенически рационального, безопасного для здоровья школьников и педагогов использования. Так, в результате

проведенного анкетирования было отмечено, что среди факторов, связанных с использованием интерактивной доски и способных оказать негативное влияние на самочувствие и состояние здоровья учащихся, 58,3 % респондентов называют яркий светового поток от видеопроектора, 14,0 % указывают на возможное влияние электромагнитных излучений, 12,3 % отмечают повышение температуры воздуха, субъективно ощущаемое у проекционного экрана, 4,3 % – неприятный химический запах, 0,6 % – шум от работы видеопроектора [3].

Поэтому при работе с интерактивной доской необходимо соблюдать важные правила.

Во-первых, следует со всей ответственностью подойти к выбору интерактивной доски, обязательно учитывая следующие параметры:

- диагональ - не менее 1900 мм;
- размер активной поверхности - не менее 1560 \* 1100;
- аппаратное разрешение - не менее 4000 \* 4000 точек;
- активная поверхность - износостойкая, твердая, матовая;
- проектор с высокой четкостью изображения и низким уровнем шума [3].

Во-вторых, необходимо правильно установить интерактивную доску в учебном кабинете [3]:

- желательно установить доску и проектор стационарно, это решит проблему настройки и калибровки доски во время урока;

- доску следует устанавливать с учетом роста, чтобы каждый участник образовательного процесса не испытывал затруднений при работе с доской;

- расположение проектора должно быть на максимально коротком расстоянии от доски, чтобы луч проектора не попадал в глаза учителю и ученикам;

- размещение доски должно учитывать возможное попадание солнечных бликов, поэтому доску лучше расположить посередине или справа (подальше от окна), либо использовать плотные шторы.

Еще более важную роль играет рациональная организация урока с использованием интерактивной доски. Если считать, что интерактивная доска относится к экраным ТСО, тогда можно использовать рекомендации, утвержденные Санитарно-Эпидемиологическими требованиями к условиям и организации обучения в образовательных учреждениях [4].

Разработка собственных материалов для работы с интерактивной доской также требует соблюдения ряда правил [3]:

- фон не должен быть слишком ярким, неоновым;
- шрифт должен максимально контрастировать с фоном;
- недопустимо использовать слишком мелкий шрифт;
- не нужно перегружать страницу текстом, лучше представить информацию в виде схем и изображений, сопровождая устными комментариями;

- необходимо использовать только качественные изображения;

- хорошо представить материал оригинально, но анимации не должны отвлекать от сути излагаемого.

Правила СанПиНа [4] о временных ограничениях работы с экранными ТСО требуют периодически переключать внимание учеников, используя традиционные формы урока. В этот момент лампу проектора необходимо отключать, чтобы доска не привлекала внимания. Однако выключить – не значит отключить проектор совсем, но значит перевести лампу в режим экономичной работы. Самыми главными оздоровительными моментами на уроке при использовании интерактивной доски являются гимнастика для глаз, физминутки и минутки релаксации для снятия напряжения. При первых симптомах усталости глаз учащимся, не дожидаясь указания учителя, рекомендуется отвести взгляд вдаль на несколько секунд, затем посмотреть на кончик носа, с силой несколько раз зажмурить глаза. Нестандартной зарядкой для глаз является использование стереограмм и иллюзий.

Одним из показателей эффективности проведенного занятия можно считать состояние и вид учеников на уроке и после урока: на одном полюсе утомленное, растерянное, взвинченное, на другом полюсе спокойно-деловое, умеренно-возбужденное.

Так давайте растить детей здоровыми!

Литература:

1. Сухомлинский В. А. «О воспитании» / В. А. Сухомлинский. – М.: Политиздат, 1988. – 270 с.
2. Законов о защите детства все больше, а детей все меньше // Режим доступа: <http://ps.1september.ru/article.php?ID=200503701> (дата обращения: 30.03.2014 г.).
3. Интерактивная доска в школе // Режим доступа [http://www.profiz.ru/sec/2\\_2013/doska](http://www.profiz.ru/sec/2_2013/doska) (дата обращения: 30.03.2014 г.).
4. СанПиН 2.4.2.2821-10.