



НАУЧНО-ПРОИЗВОДСТВЕННОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ «ЭЛИС»

Методические рекомендации

**КОМПЛЕКС
«Помощь в учебе»**

(«DETA-Ritm»)

Содержание

| | |
|---------------------------|----|
| Введение | 2 |
| 1. Стимуляция иммунитета | 4 |
| 2. Энерготоник | 5 |
| 3. Зрение-регуляция | 6 |
| 4. Сосредоточенность | 8 |
| 5. Способность вспомнить | 9 |
| 6. Трудности при счете | 10 |
| 7. Трудности при чтении | 11 |
| 8. Коррекция осанки | 12 |
| 9. Регуляция сна | 13 |
| 10. Детоксикация | 14 |
| Использованная литература | 16 |

С.П. Коноплёв

© НПП «ЭЛИС»

Все права защищены. Запрещается производить частичное
или полное фотомеханическое воспроизведение и запись на
электронные носители информации.

Введение

Проблема неуспеваемости детей и способы ее предупреждения издавна волнует педагогов. Неслучайно Я.А.Коменский (чешский педагог-гуманист XVII в., основоположник научной педагогики), посвятил ей ряд разделов своей «Великой дидактики». Прежде всего, он вслед за Аристотелем настаивал на том, что все дети от природы имеют предрасположение, стремление к знанию, что всех их можно учить. Решающее значение в предупреждении неуспеваемости Коменский придавал правильной постановке процесса обучения и воспитания.

В последнее время резко возросло число детей, сталкивающихся с трудностями в обучении. Большинство неуспевающих школьников имеют неврологические симптомы, свидетельствующие о неблагополучии в нервной системе. К таким симптомам могут быть отнесены расторможенность, частые головные боли, недостаточность внимания, неумение контролировать свое поведение, непослушание, несобранность. Сразу отметим, что эти проявления не свидетельствуют о наличии отклонений от нормы в психическом развитии ребенка. Такие симптомы известны как минимальные мозговые дисфункции. Они проявляются лишь при увеличении нагрузок на нервную систему, когда ребенок начинает учиться. Происходит разбалансировка психических процессов, негативно отражающаяся на процессе обучения.

Какие бывают проблемы с обучением? Школьник может жаловаться:

- не умею считать;
- с трудом читаю;
- засыпаю за книгой;
- не понимаю прочитанного;
- не могу запомнить прочитанное.

Для решения этих проблем предназначен комплекс программ «Помощь в учебе»

Пути преодоления неуспеваемости

Вопреки распространенному мнению, неуспеваемость школьников далеко не всегда объясняется низкими умственными способностями или нежеланием учиться. Нередко в педагогической практике к отстающим ученикам применяется скучный и несовершенный набор средств: это либо дополнительные занятия с использованием традиционных методов обучения, либо различные формы дисциплинарного давления на ученика. Эти средства, как правило, оказываются, не только малоэффективны, но и вредны, поскольку не устраниют реальных причин неуспеваемости. А эти причины могут быть различны; в основе неуспеваемости могут лежать несколько взаимосвязанных причин, порождающих, в свою очередь, вторичные нарушения в учебной деятельности.

Каждый учитель в процессе своей педагогической деятельности встречает немало учащихся, которые испытывают трудности при усвоении учебного материала. Без выявления причин этих трудностей, носящих в значительном числе случаев психологический характер, невозможна эффективная работа по их преодолению и, в конечном итоге, повышение школьной успеваемости.

Одна из наиболее распространенных внутренних причин неуспеваемости – недостаточное развитие у школьников мышления и других познавательных процессов, неготовность детей к напряженному интеллектуальному труду в процессе обучения. Чаще всего школьники быстро утомляются и для усвоения материала не хватает энергии.

Предлагаемый комплекс программ предназначен для регулирования энергетики в организме, укрепления иммунитета, повышении умственных и интеллектуальных

способностей учащегося. Данный комплекс программ будет очень полезен и школьникам, и учащимся высших учебных заведений.

1. «Программа стимуляции иммунитета»



Здоровье неразрывно связано с иммунной системой. Состояние иммунной системы зависит от многих факторов: питание, состояние воды, чистота воздуха, генетические причины и ряд других.

По каким основным признакам можно определить, что у ребенка ослабленный иммунитет?

В первую очередь нужно обратить внимание на частоту заболевания ОРЗ и ОРВИ. Если ребенок болеет больше 4 раз в год, значит, иммунитет ослаблен.

После перенесенной болезни ребенок очень долго восстанавливает свои силы и, не вылечившись до конца, может снова заболеть.

Ребенок постоянно капризничает, быстро устает и засыпает, но сон очень беспокойный и ребенок часто просыпается.

Диатез и различные аллергические реакции у ребенка на пыль, лекарственные препараты, еду, также говорят о проблемах с иммунной системой.

Для нормального функционирования иммунной системы нужно соблюдать ряд условий:

- правильное, сбалансированное питание, с достаточным количеством белков, витаминов и микроэлементов;

- нормализация режима сна и бодрствования;
- своевременное лечение инфекции и хронических заболеваний.

Программа «Стимуляция иммунитета» применяется для лечения и профилактики инфекционных заболеваний, при переутомлении, повышенных физических нагрузках. Обладает стимулирующим влиянием на организм, повышает сопротивляемость к различным инфекциям, увеличивает физическую активность. Идеально подходит для профилактики простудных заболеваний, гриппа, стрессов, перенапряжения, усталости. Кроме того, при работе с большим количеством людей помогает защититься от их воздействия.

Применение

Применять программу необходимо ежедневно утром, сразу после пробуждения.

При первых признаках инфекционных заболеваний – слабость, недомогание, повышение температуры и пр., рекомендуется применять ее несколько раз в день вместе с «Программой для лечения ОРЗ, ОРВИ и гриппа» в приборе «Deta-AP» с набором «Часто болеющие дети».

Не рекомендуется применять программу на ночь, поскольку она может вызвать бессонницу.

2. Энерготоник

Энергетические напитки – это модно. Сегодня увлекаться энергетиками начинают с раннего возраста. Но сам по себе напиток не содержит ни капли «супер-энергии», а лишь использует резервную энергию нашего организма. По сути, энергетик всего лишь пробуждает наш организм к запуску собственных энергетических ресурсов. Однако в природе, как известно, ничто не исчезает и не возникает из ниоткуда – рано или поздно ресурсы придется восстанавливать,

получая взамен усталость, бессонницу, раздражительность и депрессию. Стоит ли рисковать, употребляя энергетические напитки?

«Энерготоник» – это программа, дающая энергию всему организму. Чрезвычайно полезна при большой умственной или физической нагрузке. Программа будет настоящим спасением для студентов во время сессии, офисных работников, страдающих от бесконечных «авралов», уставших водителей и диспетчеров.

Воздействие на организм:

- повышает защитные силы организма, укрепляет иммунную систему;
- улучшает общее состояние и самочувствие, повышает жизненный тонус;
- оказывает общеукрепляющее и омолаживающее действие;
- помогает нормализовать обмен веществ;
- повышает физическую и умственную работоспособность;
- укрепляет нервную систему;
- нормализует работу нервной и эндокринной системы.

Применение

Программу «Энерготоник» рекомендуется применять в утреннее и дневное время. Не рекомендуем применять вечером, поскольку избыток энергии может вызвать бессонницу.

3. Зрение – регуляция

Программа «Зрение – регуляция» предназначена для снятия усталости глаз и нормализации зрения. Эта программа хорошо зарекомендовала себя для нормализации зрения у тех, кто длительное время работает с компьютерами, много читает и пишет. Применяется для лечения близорукости и

дальнозоркости.

Симптомы зрительного утомления проявляются в субъективных ощущениях: при чтении или рассматривании предметов на близком расстоянии мелкие детали начинают «расплываться», буквы и строчки по временам затуманиваются, в глазах ощущается резь и ломота, в висках и между надбровными дугами – боль, появляется светобоязнь и т.д.

Применение

Режим «Зрение – регуляция» применяется в любое время суток без ограничения. Программу включать 1 раз в неделю.

Рекомендуется сочетать с профилактическими мероприятиями: общее укрепление организма; ограничение зрительной работы на близком расстоянии; соблюдение всех требований гигиены зрения; тренировка цилиарной мышцы при ослабленной аккомодации.

При лечении близорукости в домашних условиях программу включать ежедневно перед сном. После окончания работы программы глаза не напрягать и дать им возможность отдохнуть и адаптироваться к новым условиям. Во время сеанса делать упражнения для цилиарной мышцы с целью улучшения аккомодационной способности. При серьезных проблемах со зрением рекомендуется применять комплекс программ для восстановления зрения.





4. Сосредоточенность

Программа «Сосредоточенность» предназначена для повышения внимания при учебе.

Часто предполагается, что лень и повышенная отвлекаемость целиком подчинены самоконтролю, а потому ученика необходимо наказывать для того, чтобы заставить его бороться с этими недостатками.

Однако дефицит воли, который лежит в основе лени и неумения сосредоточиться на материале, может восприниматься как постоянно действующий, неустранимый фактор, и каждый новый неуспех только укрепляет эту установку. Этот фактор, зависящий не от объективных условий, а от самого человека, существенно увеличивает трудности, приводя к снижению самооценки и не оставляя надежд на улучшение ситуации. У ученика снижается интерес к учебе, не замечаются собственные успехи, даже если они иногда имеют место, нарастает эмоциональное напряжение.

Режим «Сосредоточенность» позволяет снять эмоциональное напряжение и нормализовать психологический статус школьника. Он начинает спокойней относиться к учебной нагрузке, а это в свою очередь дает возможность более длительно сосредотачиваться на учебе.

Применение

Прибор необходимо расположить на рабочем столе, на расстоянии не более 1 метра от головы, включить и начать занятия. Прибор сам отработает заданное время и выключится. Программу рекомендуется применять каждый учебный день до достижения желаемого результата.

5. Способность вспомнить

Процесс обучения неразрывно связан с памятью. Под памятью понимают свойство живых систем, в частности, ЦНС, воспринимать, фиксировать, хранить и воспроизводить следы ранее действующих раздражителей. Хранение информации о прошедших событиях используется организмом для построения модели текущего или будущего поведения.



Мозг человека отбирает, сортирует и хранит лишь наиболее важную, общую информацию, т.е. память человека селективна.

Образование любого вида памяти характеризуется следующей последовательностью событий:

- 1 - сортировка и выделение новой информации;
- 2 - формирование энграмм;
- 3 - долговременное хранение значимой для организма информации;
- 4 - извлечение и воспроизведение хранимой информации.

Воспроизведение информации – активный процесс, затрагивающий те же структуры мозга, что и реакция внимания, и его осуществление иногда сопряжено со значительными умственными усилиями. Программа «Способность вспомнить» служит для того, чтобы сократить умственные усилия для воспоминания. При ее работе прибора структуры мозга, отвечающие за хранение информации, получают дополнительную энергию для своей работы.

Применение

Прибор необходимо расположить на рабочем столе, на расстоянии не более 1 метра от головы, включить и начать занятия. Прибор сам отработает заданное время и выключится. Программу рекомендуется применять каждый учебный день до достижения желаемого результата.



6. Трудности при счете

До сих пор не только в нашей стране, но и в зарубежных странах книги по нарушению счета (акалькулии) и особенно по методам его преодоления, исчисляются единицами. Дело в том, что это расстройство входит в синдром практических всех форм афазии – нарушения речи, и первоочередной всегда считалась задача восстановления речи, которой занимались логопеды.

Программа «Трудности при счете» предназначена и для помощи в развитии навыков счета при развитии ребенка и при лечении акалькулии. Наиболее интересные результаты получаются при громком проговаривании того, что ребенок делает: считает – складывает или вычитает. Во время тренировки необходимо включить прибор, и Вы заметите, как тренировки будут проходить все легче и легче.

Применение

Прибор необходимо расположить на рабочем столе, на расстоянии не более 1 метра от головы, включить и начать занятия. Прибор сам отработает заданное время и выключится. Программу рекомендуется применять каждый учебный день до достижения желаемого результата.

7. Трудности при чтении

Легастения (legasthenia; лат. Iego читать + астения, син. дислексия) – затрудненное приобретение навыков чтения и письма у детей с нормальным интеллектом.

В школьной практике чаще встречаются три основные группы этих причин.

Первая – связана с недостатками в развитии познавательных процессов учеников: затруднениями мыслительной операции синтеза звукобуквенных элементов.

Вторая группа причин связана с недостатками в развитии психомоторной сферы учеников, в частности проявляющихся в затруднении артикуляции. По этой причине при чтении буквы, близкие по артикуляционным признакам, «смешиваются», что приводит к непониманию прочитанного.

Третья группа связана с природной медлительностью ученика, отражающей инертность (малоподвижность) его нервных процессов.

При работе программы «Трудности при чтении» происходит непосредственное взаимодействие как с нейронами, готовыми к действию в настоящем, так и с нейронами, хранящими память о прошлом, благодаря чему можно полностью ликвидировать влияние эмоционального стресса. Существуют упражнения, способствующие восстановлению чтения, письма, почерка, математических способностей. Прочитать об этих упражнениях можно в соответствующей литературе, а помочь в развитии способностей может прибор электромагнитной терапии – программа «Трудности при чтении».

Применение

Прибор необходимо расположить на рабочем столе, на расстоянии не более 1 метра от головы, включить и начать занятия. Прибор сам отработает заданное время и выключится.

Программу рекомендуется применять каждый учебный день до достижения желаемого результата.

8. Коррекция осанки

Нарушения осанки являются одним из наиболее часто встречающихся заболеваний опорно-двигательного аппарата школьников. Как известно, под осанкой понимают привычное положение тела человека во время ходьбы, стояния, сидения и работы. Правильная физиологическая осанка характеризуется нормальным положением позвоночника с его умеренными естественными изгибами, симметричным расположением плеч и лопаток, прямым держанием головы, прямыми ногами без уплощения стоп. При правильной осанке наблюдается оптимальное функционирование системы органов движения, правильное, размещение внутренних органов и положение центра тяжести.

Нарушение осанки проявляется уже у детей раннего возраста: в ясельном возрасте у 2,1%, в 4 года у 15-17% детей, в 7 лет у каждого третьего ребенка, в школьном возрасте процент детей с нарушением осанки продолжает расти. Нарушения осанки имеется у 67% школьников.

Различают три степени нарушений:



I степень характеризуется небольшими изменениями осанки, которые устраняются целенаправленной концентрацией внимания ребенка.

II степень характеризуется увеличением количества симптомов нарушения осанки, которые устраняются при разгруз-

ке позвоночника в горизонтальном положении или при подвешивании (за подмыщечные впадины).

III степень характеризуется нарушениями осанки, которые не устраняются при разгрузке позвоночника.

Программа «Коррекция осанки» предназначена для устранения усталости в спине. Программа оказывает комплексное воздействие на позвоночник, включая мышечный аппарат.

Применение

Программа «Коррекция осанки» применяется в любое время суток во время физических упражнений по коррекции осанки. Прибор необходимо располагать в центре туловища.

При боли в спине применять программу совместно с программой «Антибаль». Повторять программы несколько раз до достижения желаемого результата.

9. Регулировка сна

Бессонницей официально считают нарушения сна в течение месяца не менее трех раз в неделю. Основной причиной бессонницы в настоящее время являются психологические проблемы, такие как хронические стрессовые ситуации, нервозы, депрессия и другие.

Сюда же можно отнести умственное переутомление, которое проявляется как утомляемость при небольших нагрузках, сонливость днем, но невозможность заснуть ночью, общая слабость, вялость.

Программа охватывает не все возможные при-



чины бессонницы, но хорошо помогает при расстройствах засыпания и способности пребывать в состоянии сна (инсомния), а также при бессонницах, продолжающихся менее 3 недель и имеющих, как правило, эмоциональную природу (ситуативная, или психосоматическая инсомния).

Программа нормализует работу нервной системы, психического состояния организма (снимает плаксивость и раздражительность), регулирует сон.

Применение

Программа «Регулировка сна» применяется на ночь, прибор нужно расположить под подушкой. По окончании программы он автоматически выключится. Если по окончании программы сон не наступает, то необходимо включить программу снова.

Внимание! Этот режим не рекомендуется использовать на работе или во время вождения автомобиля. Предприятие-изготовитель не несет ответственности за аварии автомобиля, произошедшие в момент работы этого режима.

10. Детоксикация организма



Программа «Детоксикация организма» предназначена для вывода токсинов различного происхождения из организма. Программа эффективна для вывода токсинов с молекулярной массой до 4000, включая змеиные яды. Они выводятся через кровеносную систему.

Действие программы не эффективно при выводе из организма высокомолекулярных лекарственных препаратов с молекулярной массой больше 4000, а также токсинов вызванных бактериями, грибками и т.д.

Режим «Детоксикация» хорошо зарекомендовал себя для восстановления организма после длительного употребления лекарственных препаратов. Также часто дети едят много сладостей, а они содержат много консервантов, пищевых красителей и вкусовых добавок. Накапливаясь в организме, эти химикаты могут вызвать нарушения работы органов и тяжелые заболевания.

Применение

Программа наиболее эффективна с 9 до 11 часов и с 17 до 19 часов. Для проведения очистки организма в лечебных целях рекомендуется применять программу 2 раза в день ежедневно в течение месяца. В профилактических целях – 1 раз в день с 17 до 19 часов. При токсических поражениях организма программу повторять через 0,5 часа в любое время суток.

Внимание!

При тяжелых отравлениях, то есть при «затоплении» организма ядом, электромагнитная терапия недостаточно действенна, так как биохимическое воздействие яда своей массой намного превосходит воздействие патогенной электромагнитной информации, которую можно было бы «выключить» с помощью программы. В этом случае необходимо срочно обратиться к врачу.

Использованная литература

1. Алле А.Х. К проблеме мозговой организации речевых функций у детей. // Проблемы медицинской психологии. М., 1980.
2. Бугрименко Е.А., Цукерман Г.А. Чтение без принуждения. М., 1987.
3. Давыдов В.В. Психологические проблемы процесса обучения младших школьников.
4. Хрестоматия по возрастной психологии. Под ред. Д.И. Фельдштейна. М., 1994.
5. Зайцев Н.А. Письмо. Чтение. Счет. СПб., 1997.
6. Захаров А.И. Как помочь нашим детям избавиться от страха. СПб., 1995.
7. Зинченко С.Н. Почему детям бывает трудно учиться. Киев, 1990.
8. Жукова Т., Виноградова Н. Нарушения письма и чтения у школьников. // Начальная школа (приложение к газете «Первое сентября»). 1998. №19.
9. Локалова Н.П. Как преодолеть медленное чтение у школьников. // Начальная школа (приложение к газете «Первое сентября»). 1998. №18.



Москва 2013 год