

Комплексный подход к организации здоровьесберегающего урока

**Четкое
планирование
структуры
урока**

**Введение в план
урока план
опроса; вида раз-
грузочных пауз**

**Определение типа каждо-
го урока по: уровню слож-
ности материала, эмоцио-
нальности подачи матери-
ала; (Высокий, средний,
низкий)**

**Корректировка урока с
учетом уровня конкрет-
ного класса и применение
лично-ориентирован-
ного подхода**

В современном обществе происходит непрерывное обновление и усложнение научно-технической информации, вторжение её во все сферы человеческой жизни и деятельности. Человек вынужден постоянно осваивать новые технологии, которые требуют от него умения быстро перестраиваться, самостоятельно пополнять свои знания. Одновременно происходит бурная интенсификация обучения.

От правильной организации учебного занятия, уровня его гигиенической рациональности во многом зависит функциональное состояние учащихся в процессе учебной деятельности, возможность длительно поддерживать умственную работоспособность на высоком уровне, преждевременное наступление утомления.

Рациональная организация учебных занятий – это создание условий для работы учащихся без чрезмерного напряжения и утомления, с высокой работоспособностью, таких условий, которые бы обеспечивали высокое качество обучения. Нельзя забывать и о том, что гигиенические условия влияют на состояние преподавателя и его здоровье. А это, в свою очередь, оказывает влияние на состояние и здоровье учащихся.

*169900, Республика Коми,
г. Воркута, ул. Ленина, д. 36-Б
8(82151) 31608*

*Муниципальное общеобразовательное учреждение
“Гимназия № 2” г. Воркуты*



***Международная
экологическая конференция***

***Мегопроект
«Рациональная
организация учебной
деятельности»***

Рациональная организация урока

1. Обстановка и гигиенические условия в классе;
2. Число видов учебной деятельности;
3. Среднюю продолжительность и частоту чередования различных видов учебной деятельности;
4. Число видов преподавания;
5. Чередование видов преподавания;
6. Наличие и выбор места на уроке методов, способствующих активизации и инициативы учащихся;
7. Место и длительность применения ТСО;
8. Позы учащихся, чередование поз;
9. Физкультминутки;
10. Наличие мотивации к учебной деятельности у учащихся;
11. Психологический климат на уроке;
12. Наличие на уроке эмоциональных разрядок: шуток, улыбок, поговорок, музыкальных минуток и т.д.;
13. Плотность урока;
14. Учет момента наступления утомления учащихся и снижение их учебной активности;
15. Темп и особенности окончания урока

Характеристики урока, который можно назвать здоровьесберегающим

1. Выполнение рекомендаций СанПиНа:

- температурный режим помещения;
- проветривание помещения;
- уровень шума во время урока;
- место и длительность применения ТСО и др.;

2. Психологический подход при проведении урока:

- учет индивидуальных особенностей учащихся (дифференцированный подход);
- учет темперамента учащихся;
- умение работать с различными группами учащихся (гиперактивными и пр.);

3. Психологический климат урока:

- мажорность урока (эмоциональность);
- проявление доверительного подхода к ученикам;
- наличие на уроке эмоциональной разрядки;
- создание ситуации успеха и др.;

4. Некоторые педагогические знания и умения:

- чередование различных видов деятельности;
- количество используемых на уроке методов, чередование методов;
- плотность урока;
- темп окончания урока;
- определение момента наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности;
- умение учителя оценить процесс формирования внимания и мышления;
- умение оценить уровень работоспособности;

5. Динамическая организация урока:

- физкультминутка;
- дыхательная гимнастика;
- глазная гимнастика;
- поза учащегося во время урока;

Здоровьесберегающая структура урока



- с 1 по 4 минуту **60%**
- с 5 по 23 минуту **80%**
- с 24 по 34 минуту ок. **50%**
- с 35 по 45 минуту **10%**

УСВОЕНИЕ ИНФОРМАЦИИ

УСВОЕНИЕ

СЛЫШАТ 10-20%	ВИДЯТ 50%	ДЕЛАЮТ 90%
Темп речи учителя 120-130 слов /мин.	Опорные сигналы	Смена видов за урок 4-9 для разных групп

Кризисы внимания



- 1-й** через 14 - 18 минут
- 2-й** через 11 - 14 минут
- 3-й** через 9 - 11 минут
- 4-й** через 5 - 6 минут после третьего и т.д.