

Гигиенические
требования
к уроку

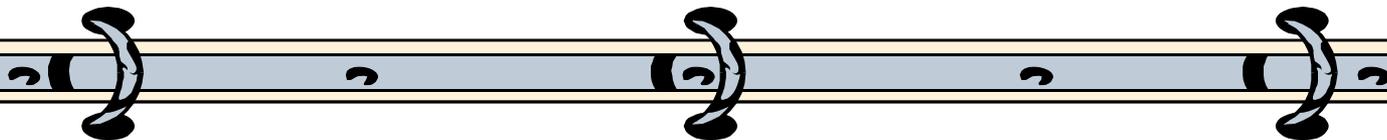
Критерии
рациональной
организации урока

Благоприятный
психологический
климат

Учебная мотивация

Эффективность урока

Критерии



Фазы
работоспособности

Двигательная
активность
обучающихся

Оптимизация
учебного процесса

Анкета качества
урока

Критерии рациональной организации урока

количество видов учебной деятельности, частота их использования



Средняя продолжительность каждого вида деятельности - не более 10 минут
смена - не позже чем через 7-10 минут



✓ Чтение

✓ Письмо

✓ Слушание

✓ Рассказ

✓ Решение задач

✓ Рассматривание наглядных пособий и т.д.



Норма - 4-7 видов

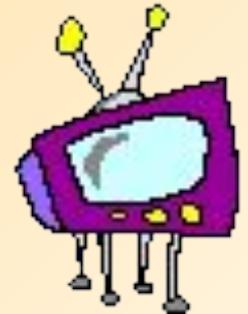
Виды преподавания, частота их использования на уроке

•словесный



•наглядный

•аудиовизуальный



•самостоятельная работа и др.

Норма - не менее трех за урок



Частота чередования:
не позже чем через 10-15 минут

На главную

Благоприятная психологическая обстановка



Преобладание
положительных
эмоций
благоприятно
сказывается на
здоровье
обучающихся.



Создать благоприятную психологический климат в классе позволят эмоциональные разрядки:

- улыбка,
- уместные остроумные шутки,
- афоризмы с комментариями,
- музыкальные минутки,
- комплимент,
- поздравление и т.д.



[На главную](#)

Учебная мотивация



Учебная мотивация является важным компонентом здорового урока. Если нет мотивации к обучению, у обучающегося развивается страх неудачи и неуверенность в себе, что не может не повлиять на его психоэмоциональное состояние.

Приемы, позволяющие повысить учебную мотивацию обучающихся



- Научить рассматривать ошибку как нормальное и нужное явление



□ формировать веру в успех



Получив признание от других, ученики начинают чувствовать, что могут успешно взаимодействовать с педагогами и вносить свой вклад в общие достижения коллектива.



□ создать условия для ситуации взаимопомощи

Ученическое репетиторство – это хороший способ воспитания обоих учеников: и «слабого» и «сильного».



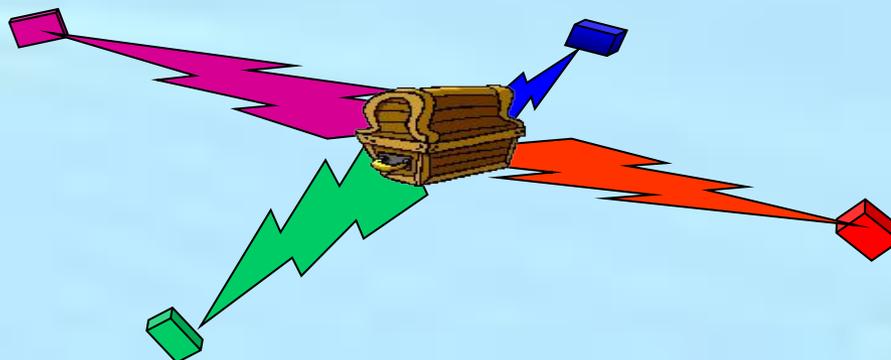
□ формировать условия для развития познавательного интереса

Для достижения этого фактора необходимо создать
положительный эмоциональный настрой;



дать право выбора сложности задания, вида деятельности;

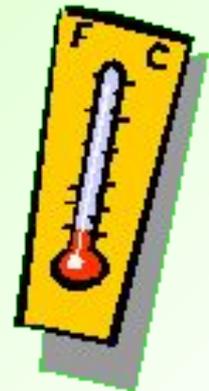
дать возможность совершить свое «открытие» на уроке ит.д.



На главную

Гигиенические требования к уроку

Здоровьесберегающую среду на уроке позволяют создать гигиенические условия в классе (кабинете):
освещенность, наличие шума, температурный режим, организация проветривания





Фазы работоспособности

Оптимально устойчивая работоспособность для обучающихся наступает на одиннадцатой минуте и длится 20 - 25 минут. Именно в это время целесообразно проводить контрольные срезы, включать самые трудные фрагменты урока.



На 30 минуте наступает фаза неустойчивой работоспособности, для её преодоления необходимо использовать физкультминутки.

[На главную](#)

Двигательная активность обучающихся



Низкая двигательная активность на уроке влечет за собой ухудшение снабжения организма, мозга кислородом, замедляет процессы восстановления, снижает работоспособность.

Восполнить двигательную активность на уроке можно за счет

- физкультурных минуток,
- игровых моментов урока,
- режима смены динамических поз.



[На главную](#)

Оптимизация учебного процесса

Оптимизировать учебный процесс позволяет:

- рациональная организация уроков,
- внедрение новых информационных технологий,
- правильная организация домашней работы обучающихся,
- использование наглядных средств обучения и т.д.



На главную

Анкета качества урока с точки зрения здоровьесбережения

- Учитель ставит цели развития личностных качеств учащихся на уроке и реализует их средствами учебного предмета.
- Уверенно владеет учебным материалом.
- Демонстрирует правильную, выразительную речь.
- Демонстрирует ненасильственные приемы обучения
- Устанавливает и использует связи с другими предметами.
- Уместно использует материал из разных сфер жизнедеятельности
- Использует раздаточные, наглядные статичные материалы.
- Использует динамические дидактические материалы
- Дает разноуровневые домашние задания.
- Стимулирует обоснование, аргументацию ответов, в том числе с использованием фактов из других областей знания.
- Поощряет инициативу и самостоятельность учащихся.
- Поощряет индивидуальные учебные достижения.
- Предлагает задания, развивающие интуицию, творческое воображение, эмоционально-чувственное восприятие.
- Обращает внимание на качество речи обучаемых.
- Вовремя (без задержки) заканчивает урок.

На уроке использует приемы (методы):

- дифференцированного, в том числе индивидуализированного обучения (учитывает особенности памяти, внимания, мышления, темпа усвоения, уровня понимания, здоровья и т.п.),
 - проблемного обучения (проблемные вопросы и ситуации, в том числе на стыке наук),
 - диалогового обучения (свободное обсуждение и дискуссии),
 - рефлексивного обучения (оценки учащихся полезности урока, своего психологического состояния),
 - коллективной мыслительной деятельности.
- Исключающие утомляемость, перегрузки обучаемых.