

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».



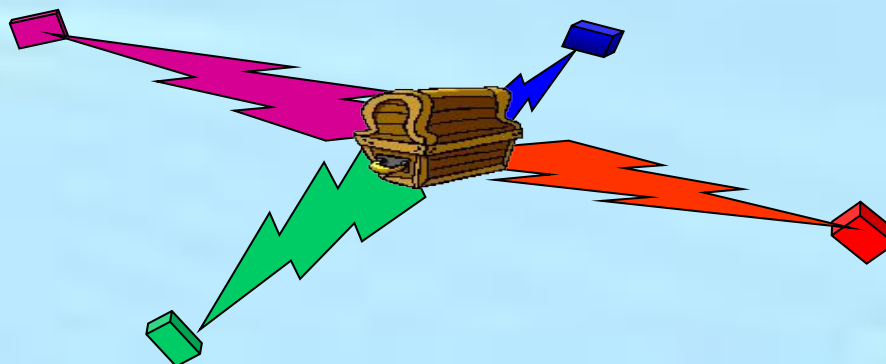
# □ формировать условия для развития познавательного интереса

Для достижения этого фактора необходимо создать  
положительный эмоциональный настрой;



дать право выбора сложности задания, вида деятельности;

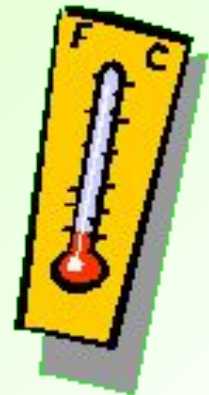
дать возможность совершить свое «открытие» на уроке ит.д.



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.