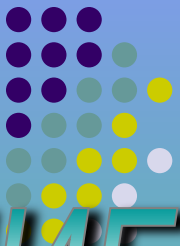


МОУ «Средняя общеобразовательная школа №5 имени
Л. Н. Гумилева»



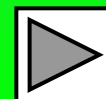
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАНИИ

Бежецк

2008 год

(1-32 слайды взяты с сайтов ТОИУУ)

900igr.net



З Д О Р О В Ь Е

ЭТ

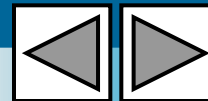
ПОЛНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ

физическое

душевное

социальное

*а не только отсутствие болезней или
физических дефектов*



каждого учителя.

***Учитель может сделать для
сохранения и укрепления здоровья
школьников не меньше, чем врач!***

Из приложения к письму Минобразования России от 26 августа 2002 г. № 13-51-104/13 за подписью Заместителя Министра Е.Е.Чепурных:

- рациональная организация учебного процесса в соответствии с санитарными нормами и гигиеническими требованиями;

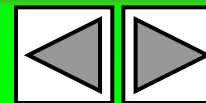
Обязательными направлениями здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений являются:

- организация рационального питания учащихся;

- система работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

- рациональная организация двигательной активности учащихся, включающая предусмотренные программой уроки физкультуры, динамические перемены и активные паузы в режиме дня, а также спортивно-массовую работу;

Без выполнения этого комплекса мер по охране и укреплению здоровья любые другие мероприятия не окажут должного эффекта здоровьесбережения.





1. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы

3. Психология здоровья

как учебный предмет и практическая деятельность школы



2. Обучение здоровью, воспитание культуры здоровья учащихся

4. ОБЖ и физическая культура

как ресурс формирования здоровья учащихся в учебной программе школы

5. Охрана профессионального здоровья педагогов

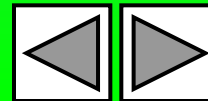
Направления работы в начальной школе



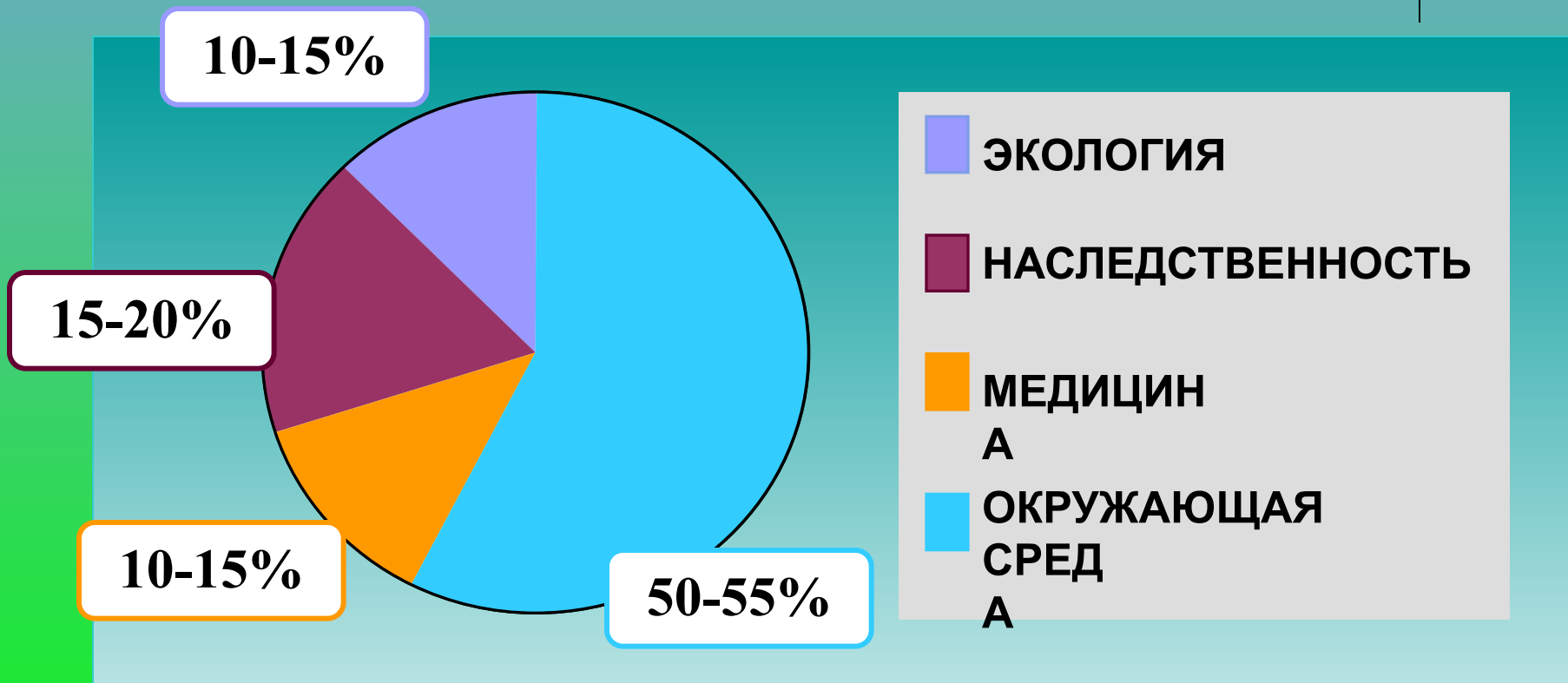
Обогащение воспитательного содержания технологиями, сохраняющими и укрепляющими здоровье

Совершенствование форм организации и методов обучения, развития и воспитания в ДОУ и начальной школе

Организация психолого-медико-педагогических мероприятий, направленных на профилактику школьной дезадаптации и заболеваний



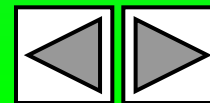
Факторы, формирующие здоровье ребенка



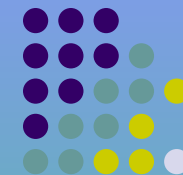
ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА



СТИЛЬ ЖИЗНИ
(образ жизни)



От 6 до 17 лет



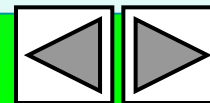
отмечается наиболее интенсивные рост и развитие организма.

происходит формирование здоровья на всю дальнейшую жизнь



организм ребенка наиболее чувствителен к внешним (экзогенным) факторам окружающей среды.

этот период совпадает с важнейшим социальным этапом развития - получением ребенком общего среднего образования.



Психофизиологической основой организации учебно-воспитательного процесса является динамика умственной работоспособности

Факторы, влияющие на работоспособность ребенка

Физиологические

возраст, пол, состояние здоровья, особенности ВНД

Психические

самочувствие, настроение, воздействие (поощрение, порицание, указание, призыв), мотивация, эмоции, заинтересованность

Организация и условия УВП

Продолжительность уроков, перемен

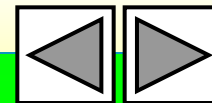
Утомительность уроков

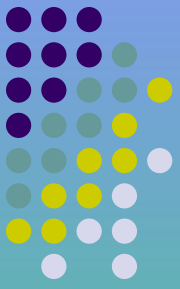
Количество уроков в день

Продолжительность учебной недели

Воздушно-тепловой режим в классном помещении,
Освещенность рабочего места

Соответствие размера мебели росту ребенка





РЕЗУЛЬТАТЫ ЗДОРОВЬЕРАЗРУШАЮЩЕЙ ПЕДАГОГИКИ

- Невротизация личности школьников
- Деформации характера
- Снижение адаптационных возможностей
- Повышение риска хронических и инфекционных заболеваний
- Формирование беспечного отношения к своему здоровью
- Снижение иммунитета
- И многие другие...



Умственная работоспособность

усталость

или

утомление

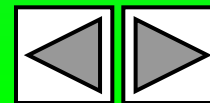
МОНОТОНИЯ

однообразие

**длительная работа
(трудно, но интересно)**

**работа, превышающая
индивидуальные возможности
ребенка (по продолжительности и по
трудности)**

**отсутствие необходимого
по времени отдыха**



**Усталость
проявляется в**

снижении работоспособности

снижении объема памяти

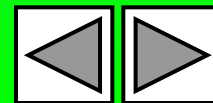
ослаблении внимания

двигательном беспокойстве

отвлечениях

ЗАИНТЕРЕСОВАТЬ

**И ВЕРНУТЬ К
ПРОДУКТИВНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**





**Утомление
проявляется в**

ОТДЫХ



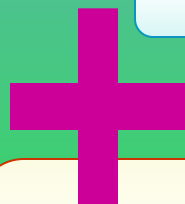
снижении работоспособности

снижении объема памяти

ослаблении внимания

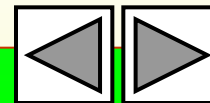
двигательном беспокойстве

отвлечениях



**учащении или замедлении пульса,
повышении или понижении АД,
частоты дыхания**

**покраснении или побледнении
кожного покрова, влажности
ладоней, усилении слюноотделения
или сухости во рту**



Виды нагрузок при обучении в школе

умственная

связана с затратами энергии на мыслительные процессы, при приобретении знаний

динамическая

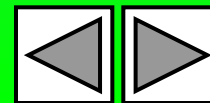
как правило недостаточно, что приводит к гиподинамии

статическая



связана с необходимостью длительное время удерживать вынужденное положение тела во время учебных занятий

очень тяжела для младших школьников



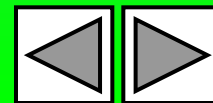
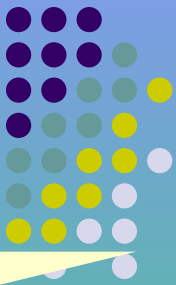
**Для учащихся 1-2 классов
длительное статическое
напряжение (более 30 мин.)
приводит:**

**к нарушению подвижности основных нервных
процессов (мышление, память, моторика и д.р.)**

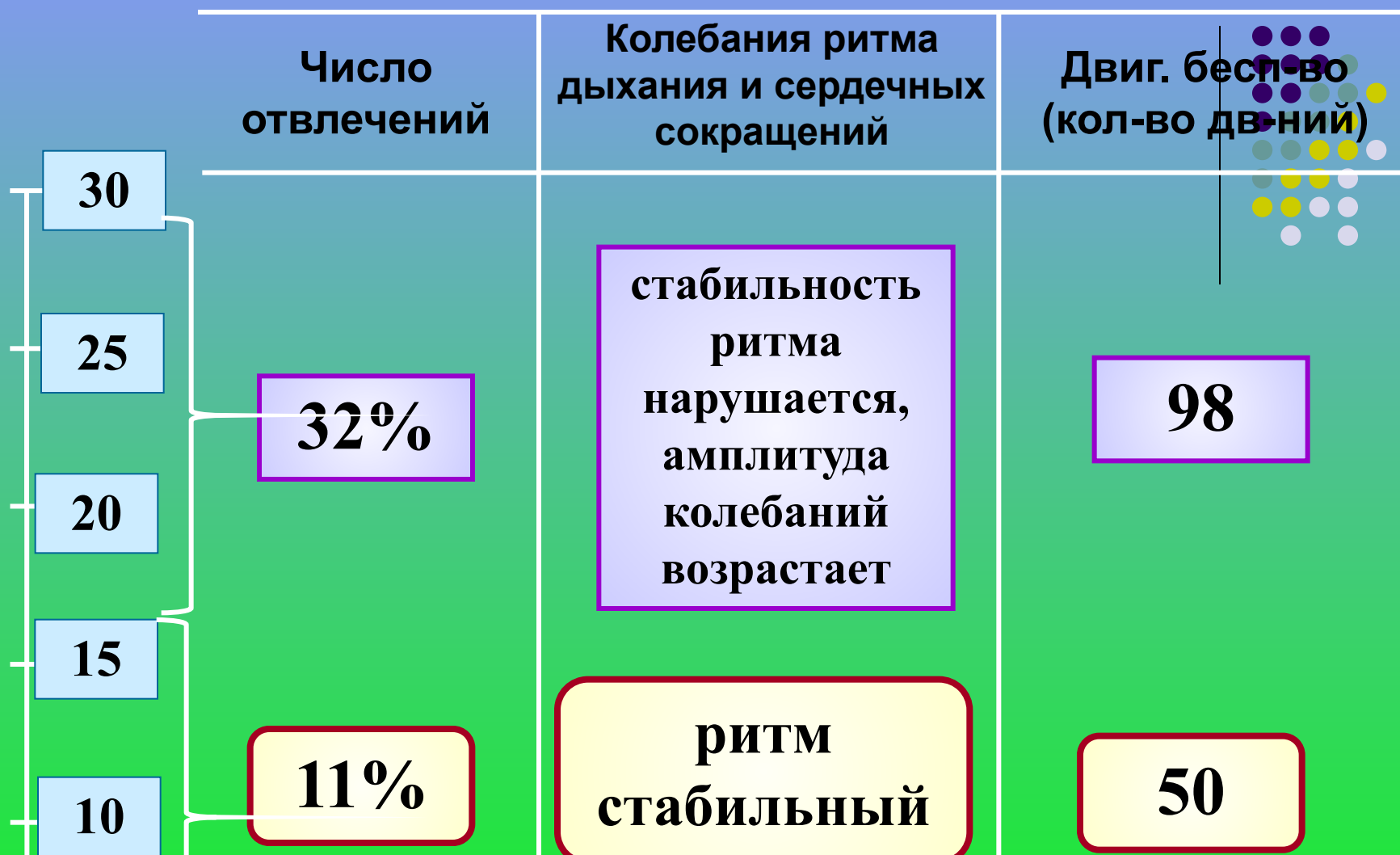
снижению умственной работоспособности,

**падению уровня насыщения артериальной
крови кислородом,**

**к длительному восстановительному периоду
вегетативных функций (АД, пульс, ЧД и д.р.)**

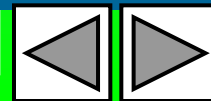


Время работы (в минутах)

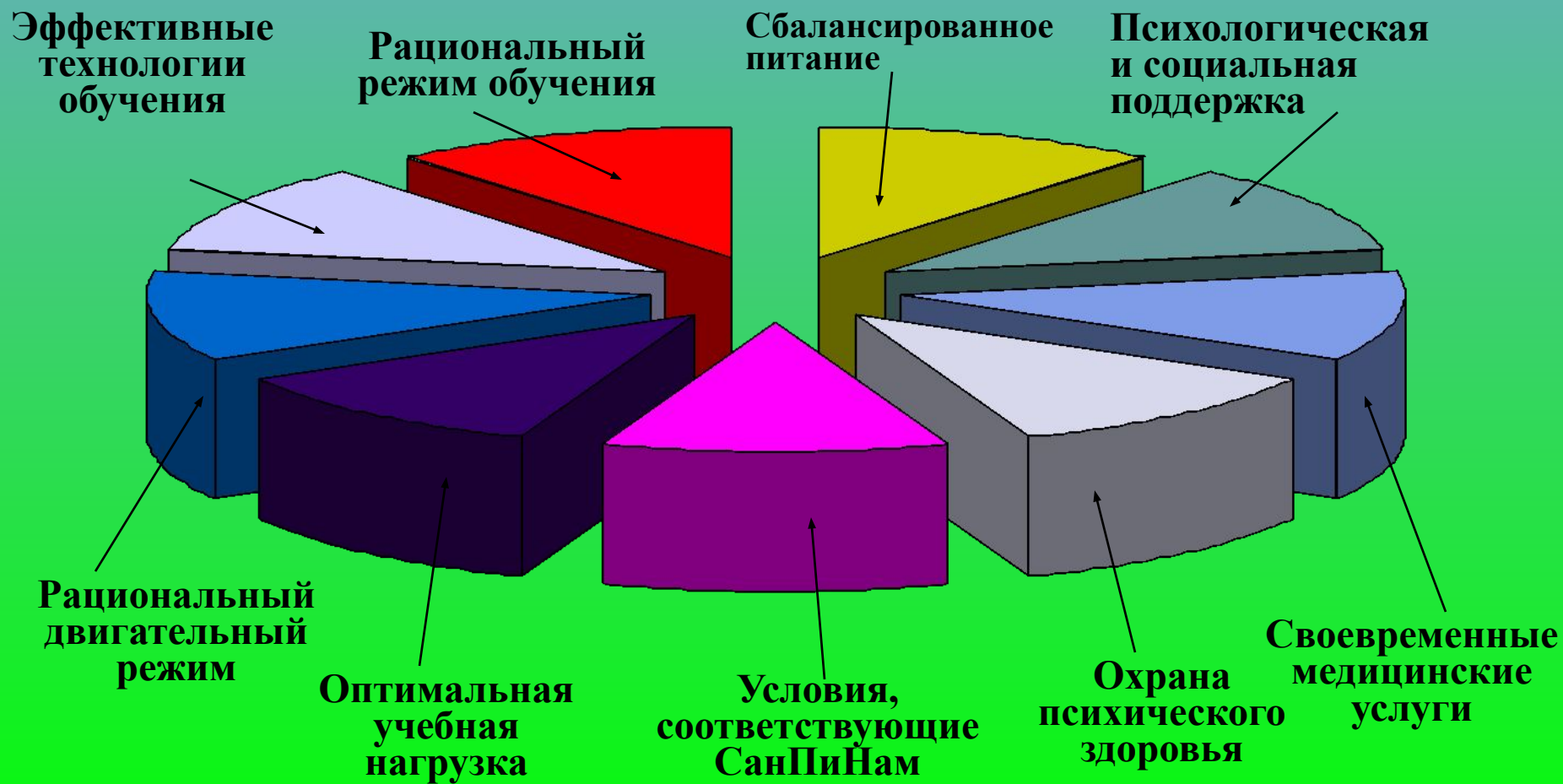
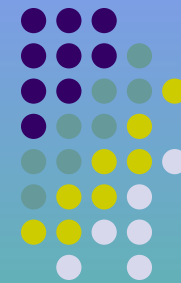


Вывод:

продолжительность наиболее эффективной непрерывной работы составляет 20-25 минут



ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ В ШКОЛЕ





Стиль общения

авторитарный демократический попустительский

определяет

эмоциональный комфорт

тревожность

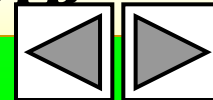
самооценку

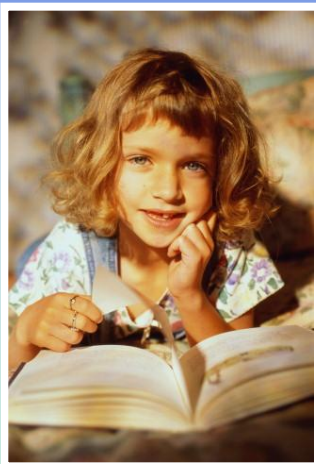
ответственность

самостоятельность

общение

познавательную активность





Основы организации успешного обучения младших школьников

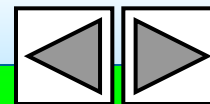
Учет особенностей организации деятельности детей седьмого года жизни

Фиксирование внимания на положительных проявлениях ученика

Учет индивидуальных особенностей ребенка

Предоставление детям разных по сложности учебных заданий (в соответствии с их индивидуальными особенностями)

Учет структуры индивидуального интеллекта при планировании обучения





Основы организации успешного обучения младших школьников

Положительная установка на учащихся

Проявление эмоциональной отзывчивости

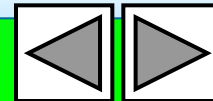
Привлечение учащихся к принятию решений

Развитие самостоятельности и активности учеников

Адекватная оценка возможностей учащихся, их успехов и неудач

Четкий и краткий инструктаж, предоставление алгоритмов действий

Использование иронии, шутки в воспитательных целях



Причины неуспешности обучения



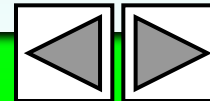
Несоответствие требования педагога и программы индивидуальным особенностям ребенка

Несоответствие учебно-познавательных возможностей ребенка его психофизиологическим возможностям

**Нарушение основных режимных моментов:
продолжительность сна, прогулок,
время выполнения домашних заданий.**

«Ленивых детей не бывает. Ребенок отказывается от деятельности либо потому, что ему не интересно, либо потому, что он не здоров (трудно).»

П.М.Ивановский



ТРУДНОСТИ В ОБУЧЕНИИ



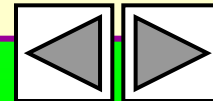
**Негативное взаимоотношение в системах:
«Учитель-ученик» «Ученик-ученик»**

**Несоответствие
требований
возможностям
ребенка**

**Здоровье:
психическое
и
физическое**

**Незнание
индивидуальных
особенностей
ребенка**

**Несоответствие учебно-познавательных
возможностей ребенка его
психофизиологическим возможностям**



СПЕЦИФИЧЕСКИЕ

НЕДОСТАТОЧНАЯ СФОРМИРОВАННОСТЬ:

◆ слухового восприятия;

◆ зрительного восприятия

◆ зрительной памяти

◆ зрительно-пространственного восприятия

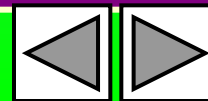
◆ координации движений и зрительно-моторных координаций

◆ речевого развития, звуко-буквенного анализа, артикуляции;

◆ фонетико-фонематического восприятия

◆ трудности вербально-логического мышления;

◆ недостаточная зрелость коры головного мозга



НЕСПЕЦИФИЧЕСКИЕ

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НЕДОРАБОТКИ

недостатки методики обучения: опора на механическое копирование (преобладание репродуктивного вида деятельности)

отсутствие учета индивидуальных факторов:
устомления;
функционального напряжения;
низкой неустойчивой работоспособности

форсирование темпа обучения

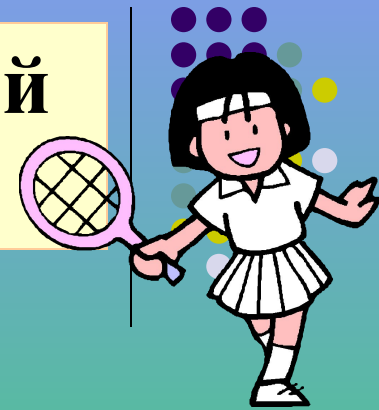
неправильное положение ручки

механическое чтение

быстрый темп письма



Учет индивидуальных особенностей ребенка

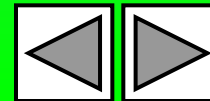


Биологический и паспортный возраст

Состояние здоровья

Темп деятельности

Тип восприятия



Паспортный возраст

это возраст, имеющий четкую временную градацию— день, месяц, год.

5 5,5 6 6,5 7 7,5 8 8,5 9

5 лет

6 лет

7 лет

8 лет

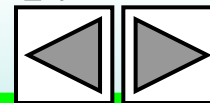
9 лет

Биологический возраст

Для ребенка важны
каждые полгода

- определяется совокупностью обменных, структурных процессов, морфологических особенностей и **зависит от индивидуального темпа роста и развития организма**
- это уровень функционального и психического развития организма, который сравним со средними возрастными характеристиками группы и для которого поведение ребенка в социальной, познавательной и физической областях считается характерным для данного возраста
- может отставать от паспортного возраста на 1-1,5 года

Для организации успешной образовательной деятельности необходимо знать, сколькими возрастными подгруппами представлен классный коллектив

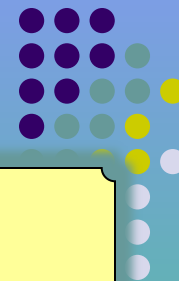


Дифференциально-диагностические критерии в арсенале учителя



- Темперамент
- Характерологические особенности
- Учебные возможности, способности
- Работоспособность, утомляемость
- Характерные дезадаптационные состояния
- Нейро-психологические особенности
- Социально-психологические особенности ребенка и его окружения, факторы влияния
- Психолого-педагогические «зацепки»
- Состояние здоровья, основные факторы риска

ЗАДАЧИ и СФЕРА ОТВЕТСТВЕННОСТИ УЧИТЕЛЯ



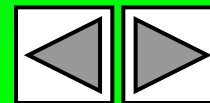
1. Грамотная забота педагога о своем профессиональном здоровье
2. Рефлексия своего состояния на уроке
3. Предупреждение переутомления учащихся
4. Формирование и оптимизация эмоционально-психологического климата на уроке
5. Обеспечение здоровьесберегающего результата своей работы
6. Профилактика дистрессов, дидактогений, фрустраций учащихся
7. Воспитание у учащихся культуры здоровья
8. Работа с родителями учащихся («Здоровье каждой семье!»)



ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ ЦЕЛИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Формирование ценностного отношения к
своему здоровью

Формирование потребности в здоровом
образе жизни



Технология сохранения здоровья предполагает совокупность педагогических, психологических, медицинских воздействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья, формирования ценностного отношения к своему здоровью

Технология обучения здоровью – это приемы, методы, способы, набор образовательных и воспитательных средств, организационно-методический инструментарий педагогического процесса, следствием которых является формирование здорового образа жизни и осознанно правильного отношения к природе.



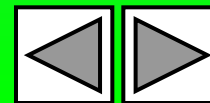
Технологии сохранения здоровья в образовательном учреждении

направлены на сохранение адаптационных возможностей школьников и включают:

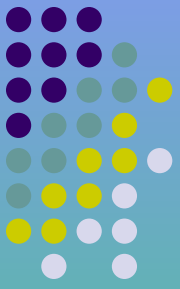
психологический блок – индивидуальные и групповые тренинги, профилактика стресса, развитие коммуникативных навыков и умений.

медицинский блок – проведение физкультурно-оздоровительной работы, увеличение недельной двигательной активности, курсы массажа и физиотерапии, фитотерапия, аэрофитотерапия и т.п.

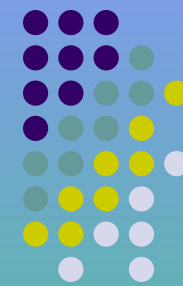
педагогический блок – нормализация школьной и общей учебной нагрузки, включая самоподготовку; исключение стрессовых воздействий на организм учащихся; рациональная организация дополнительного образования.



ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ



- Профилактика возникновения нарушений опорно-двигательного аппарата и оздоровление учащихся с подобными нарушениями;
- Профилактика утомления и нарушений нервно-психического здоровья учащихся;
- Профилактика нарушений зрения и оздоровление учащихся с миопией;
- Оздоровление учащихся, перенесших острые респираторные вирусные инфекции;
- Оздоровление учащихся с избыточной массой тела;
- Рациональное питание в профилактике нарушений обмена веществ и оздоровлении учащихся;
- Рекомендации родителям по оздоровлению учащихся в домашних условиях.



Уровень тревожности обучающихся начальной школы

Тест тревожности Р. Тэмпл, М. Дорки, Ф. Амен

1 класс

**Высокий уровень
тревожности**

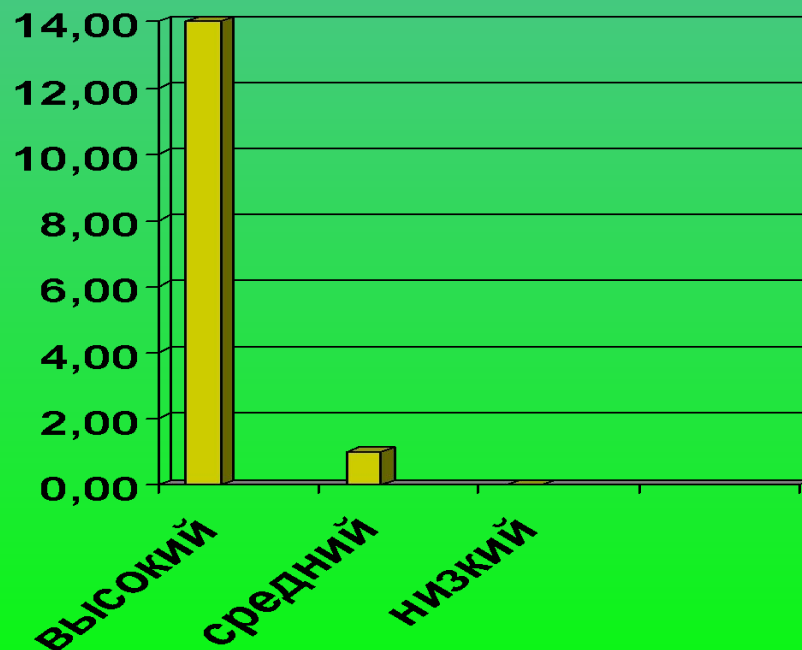
8-12 баллов – 14 чел.

Средний

7 баллов – 1 чел.

(Будейчук С.)

Низкий -----





2 класс

Высокий уровень тревожности

8-10 баллов – 5 чел.

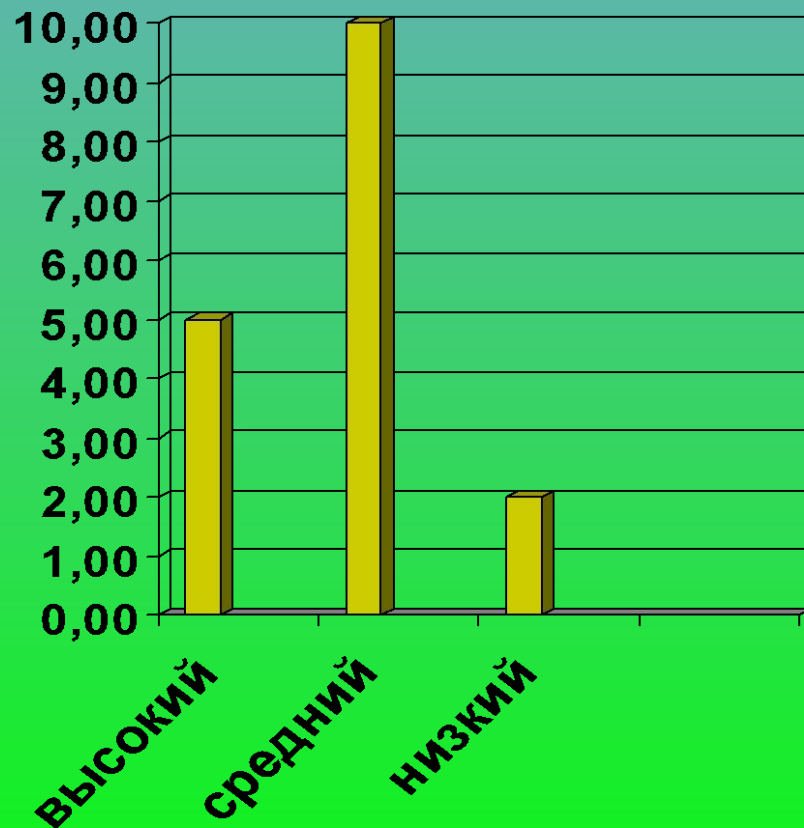
(Юлдошева О., Федорова М.,
Землянухина К., Соколова Н.,
Бобокалонов Д.)

Средний

5-7 баллов – 10 чел.

Низкий

1-2 балла – 2 чел. (Некрасова А.,
Шарко Я.)





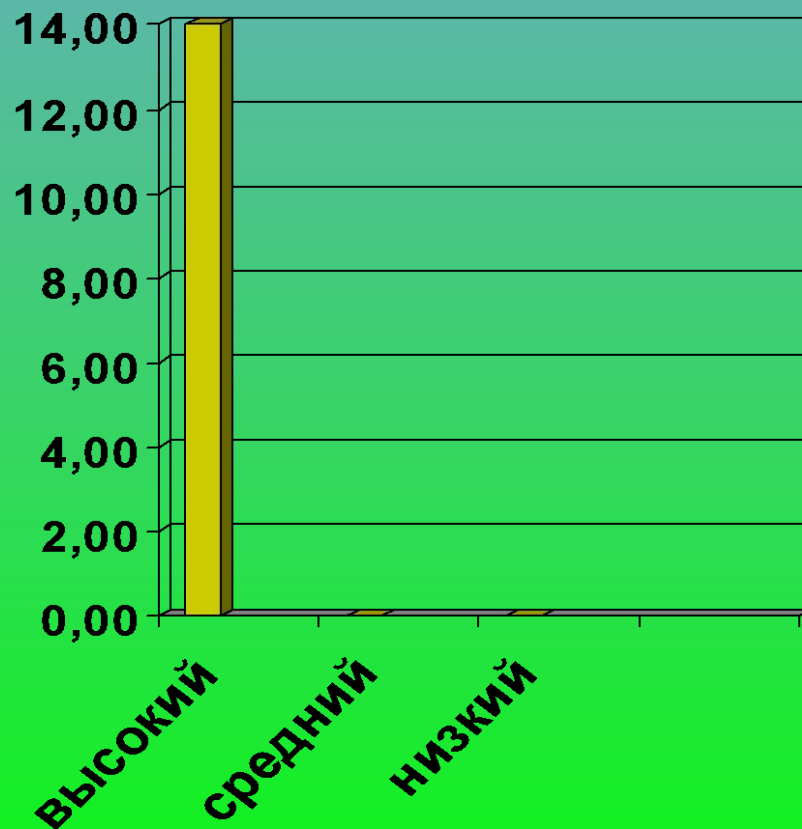
3 класс

Высокий уровень тревожности

8-11 баллов – 14 чел.

Средний

Низкий





4 класс

Высокий уровень тревожности

8-13 баллов – 6 чел.

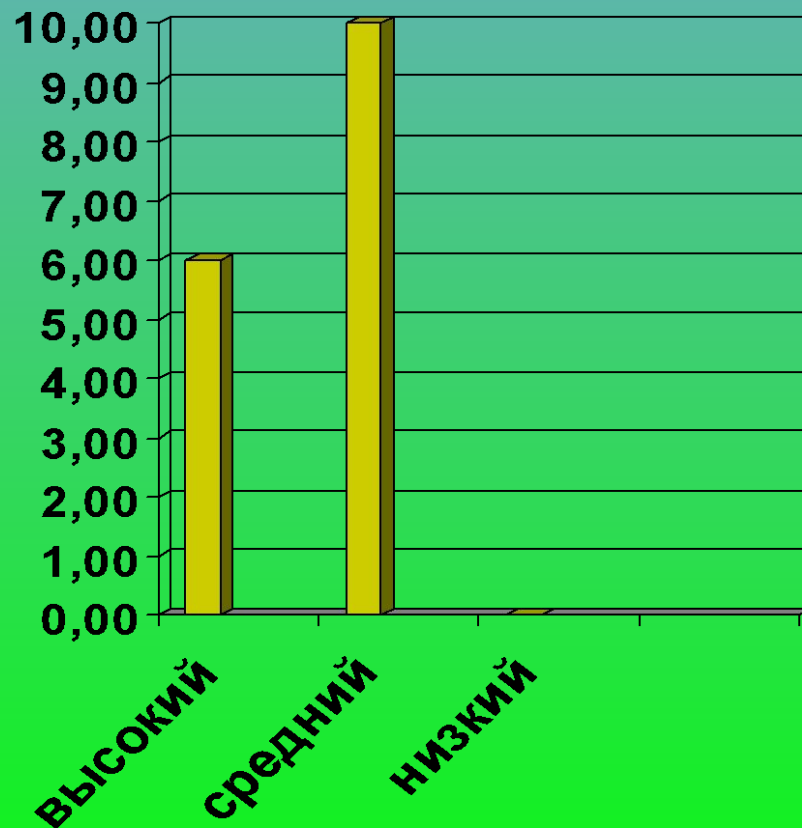
(Воронин А., Юлдошева Л.,
Сергеева С., Клименцов В.,
Волков В., Каменцев М.)

Средний

5-7 баллов – 10 чел.

Низкий

0 балл – 1 чел. (Асмандиярова
Н.)





1 - 4 классы

**Высокий уровень
тревожности**

8-10 баллов – 39 чел. **(62%)**

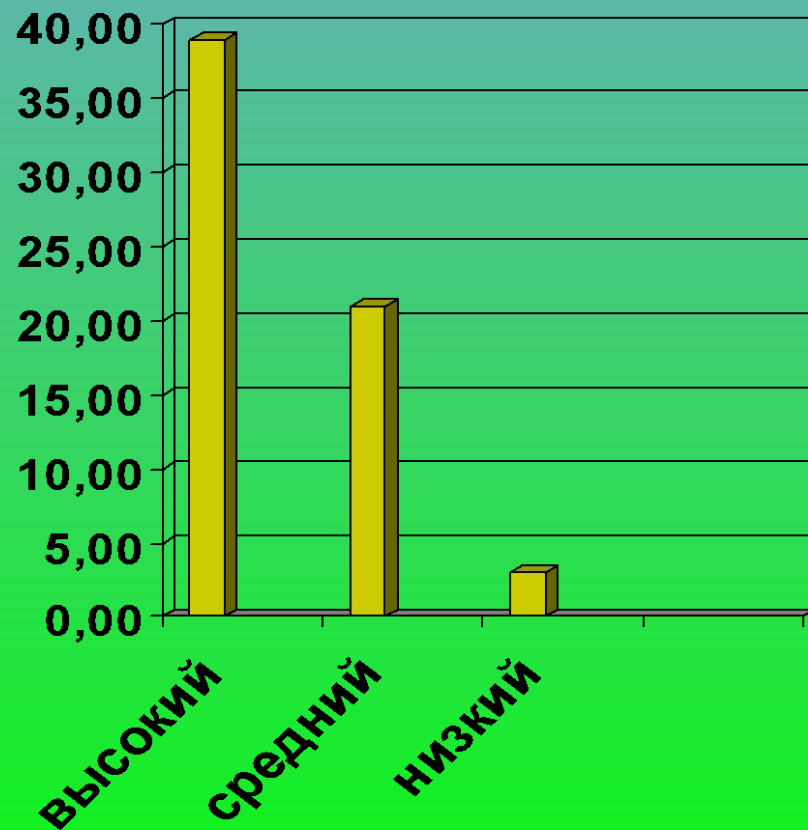
!!!

Средний

5-7 баллов – 21 чел. **(33%)**

Низкий

1-2 балла – 3 чел. **(5%)**



Состояние здоровья младшего школьника

результаты обследования медиков



		2 класс	3 класс	4 класс
Пониженная острота зрения		2	2	3
Дефекты речи		2	---	1
Нарушения осанки		5	2	2
Плоскостопие		2	1	---
Аллергоз		1	1	---
Эпилепсия		1	---	---
Гипертрофия миндалин		2	2	---
МАРС		1	1	---
ВСД		---	1	---
Группа здоровья	первая	---	---	---
	вторая	13	12	13
	третья	2	2	2

Состояние здоровья младшего школьника

по мнению родителей



- Симптомы заболеваний со стороны нервной системы (повышенная утомляемость, волнения, головные боли) наблюдаются у 58% детей (1 кл. – 3 чел., 2 кл. – 10 чел., 3 кл.- 9 чел., 4 кл.- 7 чел.)

Рекомендации психолога

Тщательно продумывать ход урока, цикл физкультминутки, упражнения и игры на переменах с целью релаксации, умело дозировать нагрузку.

- Со стороны сердечно – сосудистой системы наблюдаются симптомы у 1% детей (2 кл.- 2 чел., 3 кл.- 2 чел., 4 кл.- 1 чел.)

Рекомендации психолога

Грамотная дозировка физической нагрузки.

- Со стороны дыхательных путей (насморки, ларингиты, тонзиллиты, бронхиты) наблюдаются симптомы болезней у 54% школьников (1 кл.- 6 чел., 2 кл.- 8 чел., 3 кл.- 7 чел, 4 кл.- 6 чел.).

Рекомендации психолога

Обеспечение системы проветривания, проводить закаливающие мероприятия, беседы с родителями о пользе закаливания. Соблюдение температурного режима, проведение дыхательной гимнастики.

- Со стороны пищеварительной системы наблюдаются симптомы болезней у 64% детей (1 кл.- 6 чел., 2 кл. - 10 чел., 3 кл. – 10 чел., 4 кл. – 6 чел.).

Рекомендации

Соблюдение правил гигиены питания, режима питания, медику выработать рекомендации родителям по профилактике желудочно – кишечных заболеваний у детей.

- Со стороны мочевыделительной системы наблюдаются симптомы болезней у 3 чел. (1 кл. – 1 чел., 2 кл. – 1 чел., 4 кл. – 1 чел.)

Рекомендации

Следить за проявлением симптомов, беседы с родителями.

- Аллергические реакции наблюдаются у 12 % детей (1 кл. – 1 чел., 2 кл.- 2 чел., 3 кл.- 2 чел.)

Рекомендации

Осуществление регулярного проветривания, процедур, укрепляющих иммунитет, избегать провокаций аллергических реакций.



Гигиенические требования к составлению расписаний занятий в начальной школе



1 принцип –учет динамики работоспособности в сочетании со сложностью предмета

- 1-е уроки – **фаза вработывания** – предметы средней сложности
- 2-3-и уроки – **период устойчивой работоспособности** - предметы максимальной сложности
- 4-е уроки – **фаза некомпенсированного утомления** – легкие уроки
- 5-е уроки непродуктивны, т.к. вызывают **глубокое утомление**

2 принцип – чередование предметов по сложности

Не рекомендуется ставить рядом уроки сложные, но однотипные (чтение и письмо), но можно ставить рядом сложные с различным характером материала (математика и письмо).

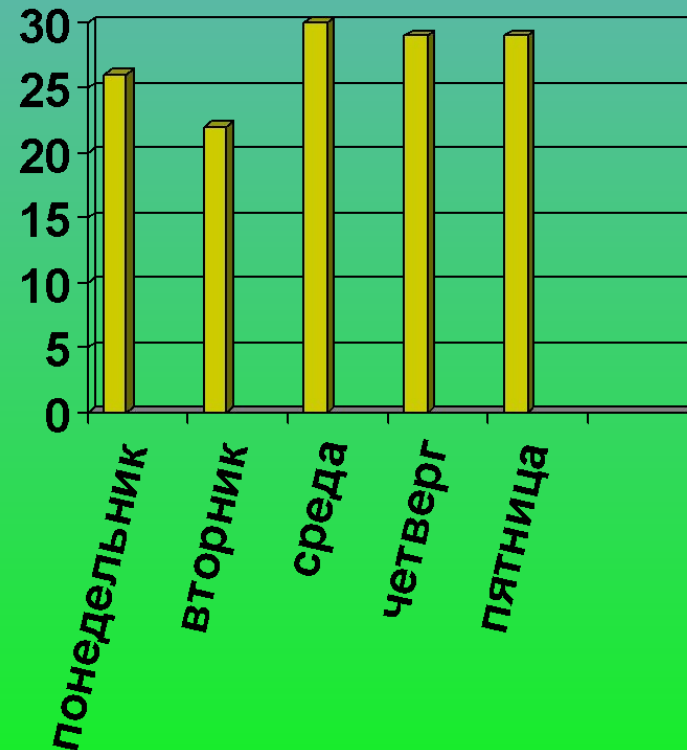
3 принцип – избегание сдвоенных уроков по одному предмету

Сдвоенные уроки вызывают значительное утомление у детей

Во вторник и среду работоспособность младшего школьника самая высокая и устойчивая!

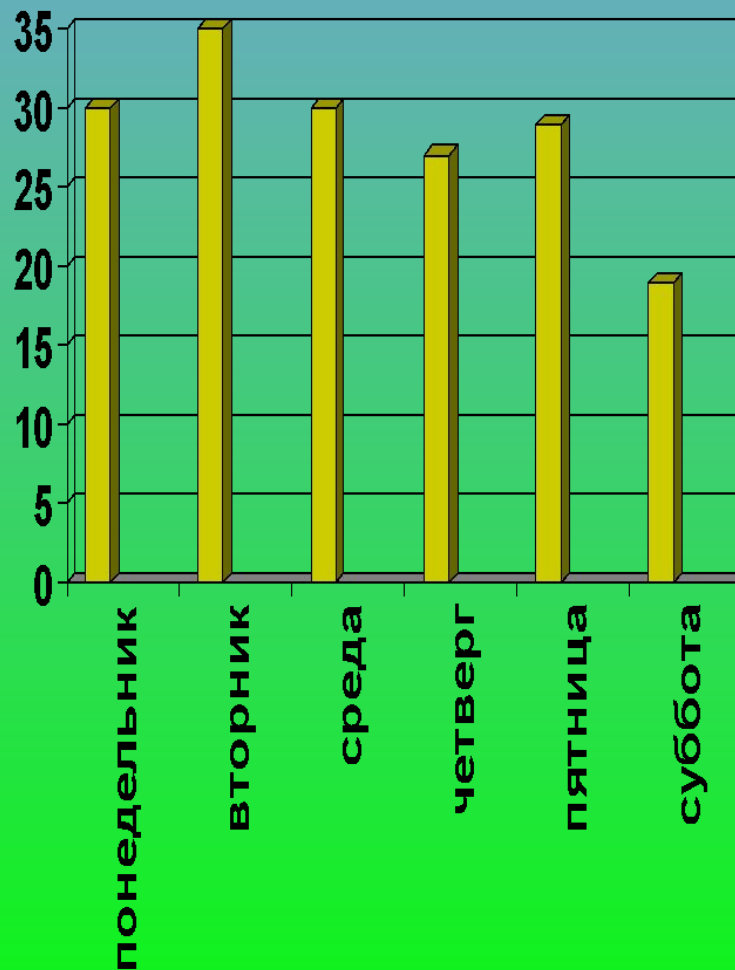
1 класс

Наибольшее количество баллов приходится на среду, четверг и пятницу, когда происходит значительное снижение работоспособности первоклассника. В понедельник, вторник, среду и четверг однотипные уроки стоят рядом. Вторник – самый продуктивный день, а на него приходится наименьшее количество учебной нагрузки. В четверг самый трудный предмет стоит первым уроком, что не соответствует фазе вработывания.



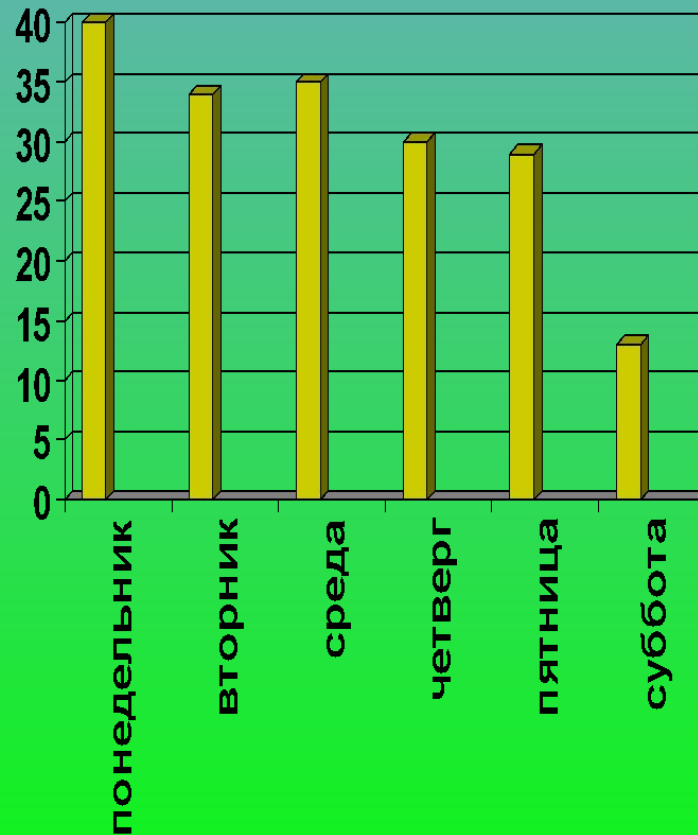
2 класс

Наибольшее количество баллов приходится на понедельник, вторник и среду, тогда как понедельник – самый малопродуктивный день недели. В четверг самый трудный предмет стоит первым уроком, что не соответствует фазе вработывания. Однотипные уроки стоят рядом во вторник, четверг и субботу, что приводит к переутомлению детей.



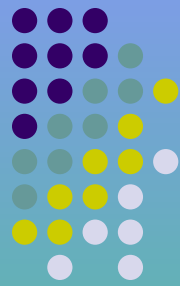
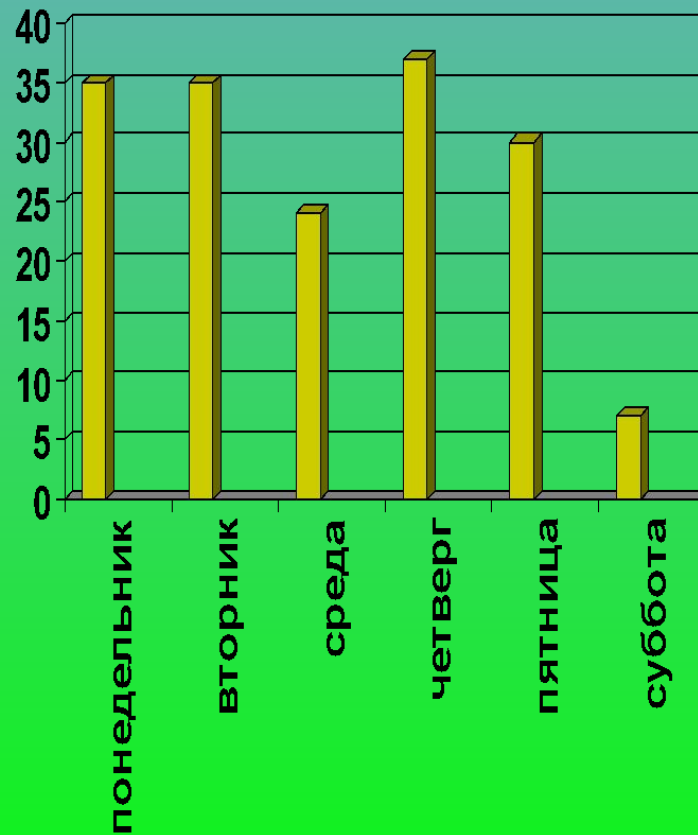
3 класс

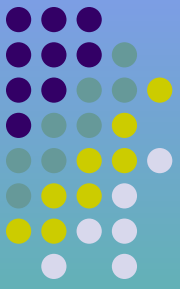
Пик активности приходится на понедельник, вторник и среду. В понедельник и четверг предметы максимально сложные стоят первыми уроками. В понедельник, вторник, среду и четверг рядом стоят однотипные по структуре уроки. Три дня в неделю есть пятые уроки (они являются непродуктивными, так как вызывают глубокое утомление)



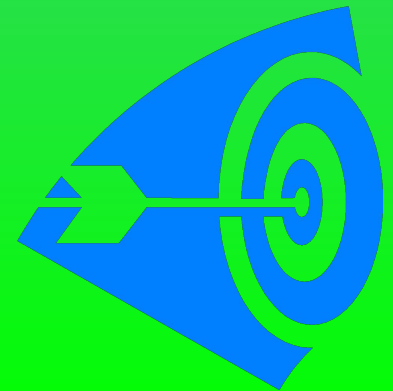
4 класс

Пик активности приходится на понедельник, вторник и четверг. Во вторник и четверг предметы максимально сложные стоят первыми уроками. Во вторник и четверг рядом стоят однотипные по структуре уроки. Четыре дня в неделю есть пятые уроки, они являются непродуктивными, так как вызывают глубокое утомление, тогда как в субботу всего один урок. Уместно ли приглашать школьников из-за 1 урока?





Расписание для всех классов начальной школы составлено нерационально, так как учебная нагрузка распределена без учета биоритмического оптимума умственной работоспособности у детей как в течение недели, так и в течение дня.

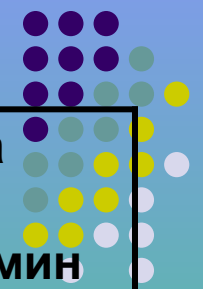




Гигиеническая оценка урока

Гигиенически правильная организация урока дает возможность длительно поддерживать достаточно высокий уровень умственной работоспособности, необходимой для полноценного обучения.

№	Факторы урока	Уровни гигиенической рациональности урока		
		рациональный	Недостаточно рациональный	нерациональный
1	Плотность урока	Не менее 60% и не более 75-80%	85-90%	Более 90%
2	Число видов учебной деятельности	4-7	2-3	1-2
3	Средняя продолжительность различных видов учебной деятельности	Не более 10 мин	11-15 мин	Более 15 мин



4	Частота чередования различных видов учебной деятельности	Смена не позже чем через 7-10 мин	Смена через 11-15 мин	Смена через 15-20 мин
5	Число видов преподавания	Не менее 3	2	1
6	Чередование видов преподавания	Не позже чем через 10-15 мин	Через 15-20	Не чередуются
7	Наличие эмоциональных разрядок (число)	2-3	1	нет
8	Место и длительность применения ТСО	В соответствии с гигиеническими нормами	С частичным соблюдением гигиенических норм	В произвольной форме



9	Чередование позы	Поза чередуется в соответствии с видом работы. Учитель наблюдает за посадкой учащихся.	Имеются случаи несоответствия позы виду работы. Учитель иногда контролирует посадку учащихся.	Частые несоответствия позы виду работы. Поза не контролируется учителем.
10	Физкультминутки, динамические паузы, минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек	Две за урок (на 15-20 минут урока по 1 минуте)	1 с недостаточной продолжительностью	Отсутствуют



11	Психологический климат	Преобладают положительные эмоции	Имеются случаи отрицательных эмоций	Преобладают отрицательные эмоции
12	Момент наступления утомления учащихся (по снижению учебной активности)	Не менее чем через 40 мин	Не ранее чем через 35-37 мин	Менее чем через 30 мин



Особенности педагогических технологий



- При проведении уроков используется от 4 до 7 видов учебной деятельности (опрос, слушание, письмо, ответы на вопросы, самостоятельная работа и т.д.);
- регулярное (через 7-10 минут) чередование видов деятельности;
- использование ведущих каналов восприятия информации учащимися (аудиовизуальный, кинестетический и др.);
- персонализированный подход к учащимся с учетом личностных возможностей;

Работоспособность на уроке



- **Фаза вработывания (2-7 минута урока)** — работоспособность невелика и постепенно повышается.
- **Фаза оптимальной устойчивой работоспособности (8-25 минута урока)**
Резкое повышение количества отвлечений и возбуждение детей наблюдается после 15-20 минут у шестилеток и 20-25 минут у 7-летних школьников.
- **Резкое снижение работоспособности**
Последние 5-10 минут урока педагогически малопродуктивны.
- **«Конечный прорыв»**
Перед окончанием работы может наступить кратковременное повышение работоспособности.



Анализ урока в начальной школе с позиции здоровьесбережения

4 класс. Учитель Н. Н. Гусева

Обстановка и гигиенические условия в классе соответствуют требованиям СанПинов: температура, свежесть воздуха, освещенность класса, доски находятся в норме, неприятных звуковых раздражителей нет.

На уроке присутствовало 9 разнообразных видов деятельности: минутка чистописания в начале урока, беседа, в ходе которой были установлены грамматические особенности записанных слов (при этом учитель плавно перешел к теме урока), проверка дифференцированного домашнего задания, синтаксический разбор предложения учеником у доски, одновременно индивидуальная работа по карточкам «сильных» учеников, творческая работа, работа с учебником, ролевая игра (на 34-й минуте урока, когда происходит резкое снижение работоспособности), выборочно-распределительная работа.

Содержание и продолжительность оздоровительных моментов на уроке соответствует гигиеническим требованиям: в начале урока был проведен массаж активных точек, что способствовало восстановлению мыслительных операций; на 20 минуте урока – динамическая пауза, связанная с темой урока, на 40 минуте- гимнастика для глаз (петля) позволила снять напряжение зрительного канала восприятия.

На протяжении всего урока учитель делал акцент на воспитание положительных качеств личности: честности, смелости, трудолюбия, что немаловажно при формировании навыков ЗОЖ. Заслуживает положительной оценки и стиль общения педагога с учениками (лично-ориентированный): похвала, одобрение, поддержка, эмоциональная разрядка – все способствовало созданию комфортных условий для развития личности ребенка. Плотность урока соответствует норме. Темп окончания урока – спокойный.

Учителю **рекомендуется** следить за посадкой учащихся, так как в классе достаточно много детей со сколиотической осанкой.

1 класс

учитель Нисифорова Н. И.

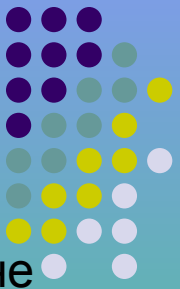
Урок начат организованно, цели и задачи были учащимся сообщены. Освещение в классе рационально, монотонных звуковых раздражителей не было. Однако в классе душно, что неблагоприятно сказывалось на работе первоклассников.

В начале урока была проведена дыхательная и артикуляционная гимнастика («хомячок», «конфетка», «верблюды» и т.д.), что способствовало подготовке артикуляционного аппарата к работе по теме урока.

В течение урока отмечено 4 вида учебной деятельности: от чтения слогов, слов, записанных на доске, фонетического разбора до чтения текста и методически грамотной работы над ним. Причем деятельность первоклассников не была монотонной: учитель умело сочетал работу по основной теме урока с активными методами (например, использовал игру «Брось звук» в тот момент урока, когда уже явно наблюдалось снижение работоспособности школьников).

На 13-й минуте урока, когда стали отмечаться двигательные отвлечения у детей, была проведена минутка релаксации, на 30-й – физкультпауза, что позволило удерживать внимание детей до конца урока. В соответствии с видом работ педагог позволяет детям чередовать позу, что немаловажно для опорно-двигательного аппарата младшего школьника.





Учителю **рекомендуется** больше использовать внешнюю мотивацию деятельности учащихся: похвалу, эмоциональную поддержку, разрядку, не забывая, что у 93% первоклассников высокий уровень тревожности. Обращает на себя внимание стиль общения педагога со школьниками – императивный, построенный на приоритете обучения над воспитанием и затрудняющий познавательную активность учеников. А ведь именно стиль общения влияет на состояние здоровья школьника, поэтому в своей работе надо ориентироваться на демократический стиль, создающий ребенку состояние душевного комфорта. На протяжении всего урока не прослеживалась единая воспитательная нить, хотя на примерах текстов можно было составить разговор о положительных качествах личности, а также элементарных правилах здорового образа жизни.

3 класс

учитель: Нечаева С. Н.



Урок математики был начат с дыхательной гимнастики, позволившей активизировать мыслительную деятельность третьеклассников. Устный счет по таблице умножения был построен в форме соревнования команд-рядов, то есть педагогом был выбран активный метод работы. Знакомство с новой единицей площади было осуществлено практическим путем – путем построения квадрата со стороной 10 см. Вывод сформулирован и закреплен при помощи зрительных образов. На следующем этапе урока четко прослеживался один из аспектов качества образования – социологизация: школьники успешно пытались связать изученный материал с жизнью.

Педагог прекрасно знает физиологические особенности детей данного возраста: обращает внимание на то, что одной из учениц нездоровится, проводит гимнастику для глаз (петля), физпаузу на 36-й минуте урока, эмоциональную разрядку, ситуацию поддержки ученицы, затрудняющейся при ответе. Практическая работа по измерению площади рабочего стола позволила ребятам на 22 минуте урока избежать преждевременного наступления утомления: дети встают со своих мест и работают коллективно. Причем, основная работа по овладению знаниями не прерывается ни на минуту: новый материал проговаривается в течение урока несколько раз.

В конце урока была проведена самостоятельная работа, которая позволила оценить степень усвоения третьеклассниками нового материала. Однако обращает на себя внимание некоторая скомканность конца урока: итоги подводятся после звонка. Учителю **рекомендуется** рациональнее использовать время урока, избегать заминок (например, в начале урока при проверке работы команд).

Таким образом, учителя начальной школы, в основном, знают и умело применяют на практике принципы здоровьесберегающих технологий. Однако физкультпаузы, минутки релаксации, гимнастика для глаз проводятся нерегулярно, о чем свидетельствуют опросы детей,



В связи с вышеизложенным **рекомендуется**:

1. Психологу школы, Дмитриевой Г. З., разработать систему психологических занятий по корректировке уровня тревожности младшего школьника (срок исполнения: январь – февраль 2008 г.)
2. Учителям Нисифоровой Н. И., Рубцовой С. Ю., Нечаевой С. Н., Гусевой Н. Н., совместно с завучем школы пересмотреть расписание в 1-4 классах на второе полугодие с целью соответствия его санитарно – гигиеническим требованиям (срок исполнения – до конца декабря 2007 г.)
3. При проведении уроков педагогам Нисифоровой Н. И., Рубцовой С. Ю., Нечаевой С. Н., Гусевой Н. Н. учитывать рекомендации, данные при анализе уроков с позиции здоровьесбережения (срок исполнения – постоянно).
4. Учителям Нисифоровой Н. И., Рубцовой С. Ю., Нечаевой С. Н., Гусевой Н. Н. при составлении плана воспитательной работы на второе полугодие учесть состояние физического и психического здоровья школьников, а также разработать систему классных часов по привитию детям правил здорового образа жизни (срок исполнения - январь 2008 г.)
5. Администрации школы изыскать возможность в рамках учебного плана на 2008 – 2009 учебный год ведение уроков здоровья в 1, 2 классах начальной школы (май - июнь 2008 г.)

1-32 слайды взяты с сайтов ТОИУУ

