

**Технологии,
обеспечивающие
гигиенически
оптимальные условия
образовательного
процесса.**

**Критерии
здоровьесбережения на
уроке,
их краткая
характеристика и уровни
гигиенической
рациональности урока**

Обстановка и гигиенические условия в классе

Количество видов учебной деятельности

**4-7 видов
за урок**

**Средняя
продолжительность
видов деятельности
не более 10 минут
за урок
и частота их чередования
через 7-10 минут**

**Количество видов
преподавания
не менее трёх**

**Чередование видов
преподавания
не позже, чем через
10-15 минут**

**Наличие и место
методов,
способствующих
активизации**

**Место и
длительность
применения
ТСО**

**Поза
учащегося,
чередование
ПОЗЫ**

**Наличие, место,
содержание и
продолжительность на
уроке моментов
оздоровления**

**на 20-й и 35-й минутах
урока по 1 мин.**

**Наличие
мотивации
деятельности
учащихся на
уроке**

**Психологический
климат
на уроке**

Плотность урока

норма:

не менее 60%

и не более 75 – 80%

Момент наступления утомления и снижения учебной активности

Норма:

**не ранее 25-30 минут в 1
классе, 35-40 минут в нач.
школе, 40 минут в средней и
старшей школе.**

Темп окончания урока

Эффективность усвоения знаний учащихся в течение урока :

- 1. 5-25-я минута — 80%;**
- 2. 25-35-я минута — 60-40%;**
- 3. 35—40-я минута — 10%.**

Интенсивность умственной деятельности учащихся в ходе урока

Часть урока	Время	Нагрузка	Деятельность
1 этап. Врабатывание	5 минут	Относитель но невелика	Репродуктив., переходящая в продуктивную. Повторение.
2 этап. Максимал. работоспособ ность	20-25 минут	Максимальное снижение на 15-й мин.	Продуктивн., творческая, изучение нового материала.
3 этап. Конечный порыв.	10-15 минут	Небольшое повышение работоспособ ности.	Репродуктив ная, обработка некоторых моментов пройденного.