



# **Здоровьесберегающие образовательные ТЕХНОЛОГИИ**

**Материал подготовила  
Заместитель директора по ВР  
МОУ СОШ № 20  
Пушкарёва Татьяна Валерьевна**

**Калуга, 2008**

**«Успешной и востребованной  
будет та школа, которая  
обеспечит здоровье детей,  
использует  
здоровьесберегающие  
педагогические технологии»**

**В.Н.Касаткин**

# **Здоровьесберегающие образовательные технологии**

- это совокупность приемов, форм и методов организации обучения школьников, без ущерба для их здоровья.

# **Принципы здоровьесберегающих образовательных технологий:**

- 1. Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов учебно-воспитательного процесса**
- 2. Творческий характер образовательного процесса**
- 3. Обеспечение мотивации образовательной деятельности**
- 4. Построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций**
- 5. Предпочтение значимого осмысленного содержания при освоении нового материала**
- 6. Осознание ребёнком успешности в любых видах деятельности, то есть постановка перед ним реальных целей**
- 7. Обеспечение адекватного восстановления сил**
- 8. Обеспечение прочного запоминания материала**
- 9. Комплексная система рациональной реализации полноценной двигательной активности учащихся**
- 10. Рациональная организация урока**
- 11. Обеспечение в школе, в классе соблюдения гигиенических требований, описанных в СанПиНах**

**“Успех в учении –  
единственный источник  
внутренних сил ребенка,  
рождающих энергию для  
преодоления трудностей,  
желания учиться”.**

**(В.Сухомлинский)**



# Рациональная организация урока

- **Обстановка и гигиенические условия в классе.**
- **Число видов учебной деятельности.**
- **Среднюю продолжительность и частоту чередования различных видов учебной деятельности.**
- **Число видов преподавания.**
- **Чередование видов преподавания.**
- **Наличие и выбор места на уроке методов, способствующих активизации и инициативы учащихся.**
- **Место и длительность применения Т. С. О.**
- **Позы учащихся. Чередование поз.**
- **Физкультминутки.**
- **Наличие мотивации к учебной деятельности у учащихся.**
- **Психологический климат на уроке.**
- **Наличие на уроке эмоциональных разрядок: шуток, улыбок, поговорок, музыкальных минуток и т. д.**
- **Плотность урока.**
- **Учет момента наступления утомления учащихся и снижение их учебной активности.**
- **Темп и особенности окончания урока.**



Факторы урока	Уровни гигиенической рациональности урока		
	рациональный	недостаточно рациональный	нерациональный
Плотность урока	не менее 60% и не более 75-80%	85-90%	более 90%
Количество видов учебной деятельности	4-7	2-3	1-2
Средняя продолжительность различных видов учебной деятельности	не более 10 мин.	11-15 мин.	более 15 мин.
Частота чередования различных видов учебной деятельности	смена не позже чем через 7-10 мин.	смена через 11-15 мин.	смена через 15-20 мин.
Количество видов преподавания	не менее 3-х	2	1
Чередования видов преподавания	не позже чем через 10-15 мин.	через 15-20 мин.	не чередуется
Наличие эмоциональных разрядок (кол-во)	2-3	1	нет
Место и длительность применение ТСО	в соответствии с гигиеническими нормами	с частичным соблюдением гигиенических норм	в произвольной форме

Факторы урока	Уровни гигиенической рациональности урока		
	рациональный	недостаточно рациональный	нерациональный
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. Посадка не контролируется учителем
Наличие, место, содержание и продолжительность физкультминуток	на 20 и 35 мин. урока по 1 мин. из 3-х легких упражнений с 3-4 повторениями каждого	1 физкультминутка с неправильным содержанием или продолжительностью	отсутствуют
Психологический климат	преобладают положительные эмоции	имеются случаи отрицательных эмоций. Урок эмоционально индифферентный	преобладают отрицательные эмоции
Момент наступления утомления учащихся по снижению учебной активности	не ранее 40 мин.	не менее 35-37 мин.	до 30 мин.

# Примерные типы современных уроков

- **По организации получения знаний:**  
Проблемные и непроблемные.
- **По дидактической цели:**
  - **Уроки изучения нового материала.**
    - Урок-лекция (проблемная и непроблемная)
    - Комбинированный урок с постановкой проблемы
    - Предметный урок
    - Урок-беседа (проблемная)
    - Урок-рассказ (непроблемный)
    - Урок решения познавательных задач
    - Лабораторная работа
    - Ученическое теоретическое исследование
    - Урок-дискуссия (проблемная)

# Примерные типы современных уроков

## □ Уроки применения и совершенствования знаний:

- Лабораторно-практическая работа
- Уроки сочинения и изложения
- Ученическое практическое исследование
- Выполнение упражнений
- Выполнение практической работы

## □ Уроки обобщения и систематизации знаний:

- Урок – лекция
- Урок- дискуссия
- Урок – конференция

# Примерные типы современных уроков

## □ Уроки- контрольные работы

- Письменная работа
- Устный опрос
- Письменный опрос
- Зачеты(практические и лабораторные работы)

# 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.

# **Характеристики урока, который можно назвать здоровьесберегающим.**

## **2. Психологический подход при проведении урока:**

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

# **Характеристики урока, который можно назвать здоровьесберегающим.**

## **3. Психологический климат урока:**

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



# **Характеристики урока, который можно назвать здоровьесберегающим.**

## **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**

# **Характеристики урока, который можно назвать здоровьесберегающим.**

## **5. Динамическая организация урока:**

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

# Комплекс упражнений для физ. паузы



0



1



2



3



4



5

- Каждый ребенок имеет **право чего-то не знать!**
- Каждый ребенок имеет **право на индивидуальный темп работы.**
- Каждый ребенок имеет **право что-либо забыть.**
- Нужно быть **терпеливым и терпимым** в работе с детьми.