

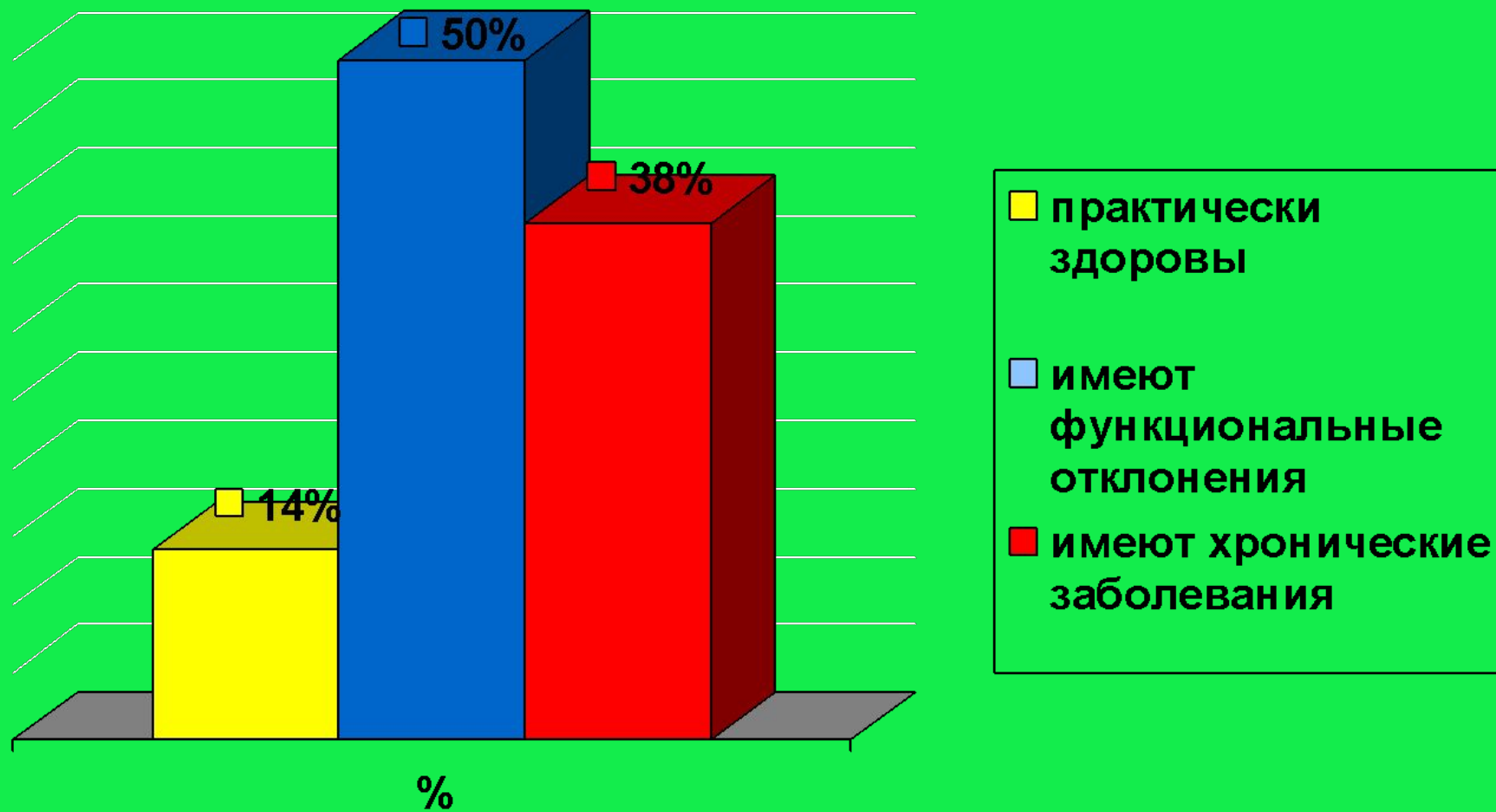
# Семинар

для учителей-предметников

по теме:

*«Здоровьесберегающие технологии  
в учебно-воспитательном процессе»*

# По данным Минздрава России



# Внешние факторы риска:

(за пределами образовательного учреждения)

- **ЭКОЛОГИЯ;**
- **семья и микроклимат в ней;**
- **круг общения, вредные привычки;**
- **питание;**
- **здоровый образ жизни.**

# Внутренние факторы риска:

(в самом образовательном учреждении)

- организация учебного процесса, методика организации урока;
- организация и реализация воспитательного процесса;
- двигательный режим учащихся в урочное и внеурочное время;
- создание медицинского обслуживания в образовательном учреждении;
- организация питания в образовательном учреждении;
- соблюдение санитарно-гигиенических норм в образовательном учреждении.

# Правило 1. Организация урока на основе принципов здоровьесбережения

## *Правильная организация урока*

- учет критериев здоровьесбережения;
- мотивация к обучению;
- взаимный интерес в процессе урока.

# Правило 2.

## Использование каналов восприятия

Левополушарные  
учащиеся

Характерен:

- словесно-логический стиль познавательных процессов;
- склонность к абстрагированию и обобщению.

Необходимо на уроке:

- ясные и четкие инструкции;
- изложение информации линейное: от части к целому;
- неоднократное повторение;
- проверка выполнения задания;
- тишина на уроке.

Правополушарные  
учащиеся

Развито  
конкретно-образное  
мышление и воображение

Необходимо на уроке:

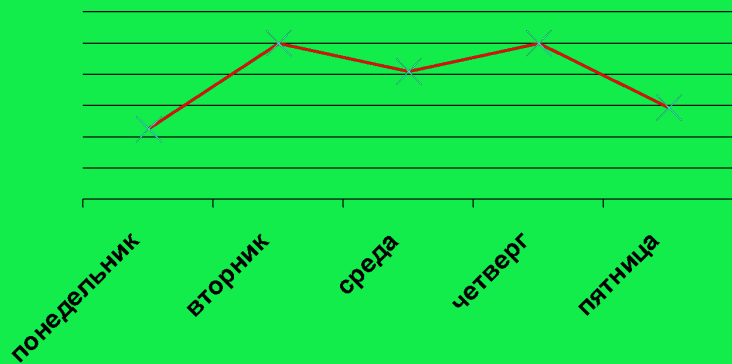
- связь информации с практикой;
- анализ от целого к частному;
- задачи зрительно-пространственного анализа;
- творческие задания;
- эмоции;
- эксперименты;
- речевой и музыкальный ритм.

<b>Визуальное восприятие</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• выделение на доске цветом различных пунктов;</li><li>• выполнение письменных упражнений, составление опорных конспектов;</li><li>• использование письменных инструкций;</li><li>• использование таблиц, схем, видео, наглядных пособий.</li></ul>
<b>Аудиальное восприятие</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• использование вариаций голоса: громкость, паузы, высота;</li><li>• использование сигнальных слов: говорить, слушать, другими словами и т.д.;</li><li>• рекомендуются дискуссии, устные задачи, упражнения, просмотр видеофильмов.</li></ul>
<b>Кинестетическое восприятие</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• использование жестов, прикосновения, сигнальных слов: ощущаю, управляю, действую;</li><li>• передача информации в игре, при выполнении практического эксперимента;</li><li>• смена видов деятельности.</li></ul>

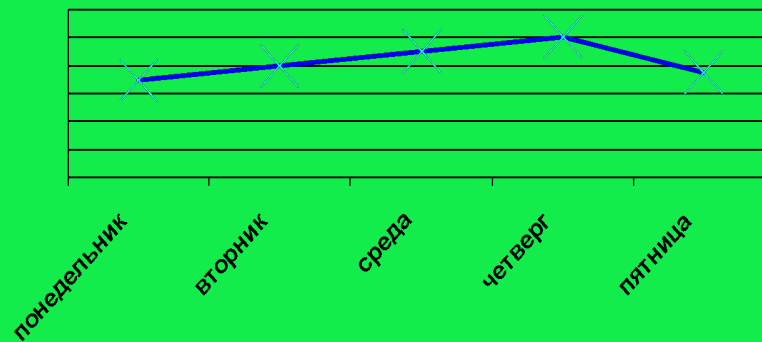
# Правило 3.

## Учет зоны работоспособности

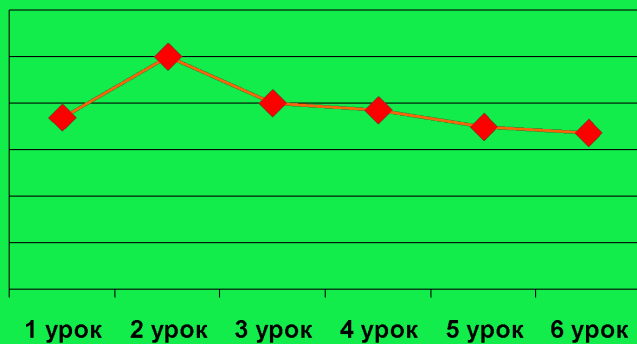
работоспособность 1-5 классов



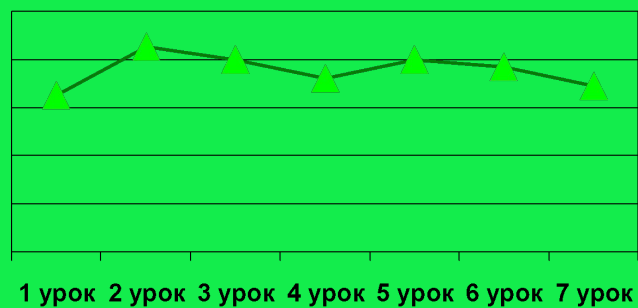
работоспособность 7-9 классов



работоспособность 1 - 6 классов



работоспособность 7 - 11 классов





## Правило 4. Распределение интенсивности умственной деятельности

Часть урока	Время	Нагрузка	Деятельность
<u>1 этап</u> Врабатывание	5 мин	Относительно невелика	Репродуктивная, переходящая в продуктивную. Повторение.
<u>2 этап</u> Максимальная работоспособность	20 – 25 мин	Максимальное снижение на 15 мин	Продуктивная, творческая, знакомство с новым материалом.
<u>3 этап</u> Конечный порыв	10 – 15 мин	Небольшое повышение работоспособности	Репродуктивная, отработка узловых моментов пройденного.

# Эффективность усвоения знаний в течение урока

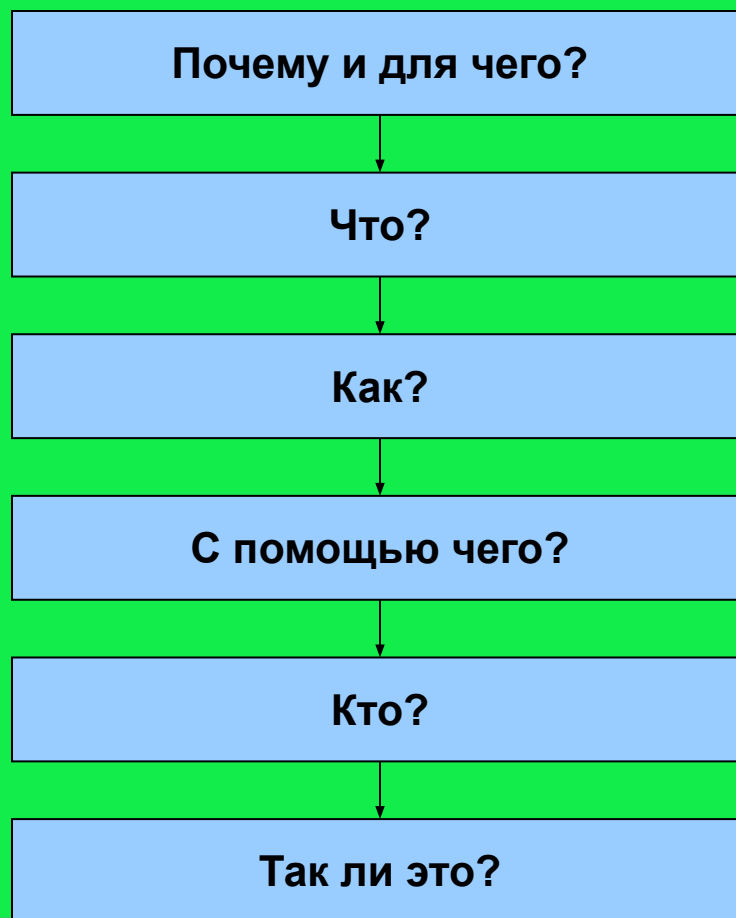
- 5 – 25 минута – 80%
- 25 – 35 минута – 60 – 40%
- 35 – 40 минута – 10%



## Утомление чаще всего возникает в следующие периоды:

- начало учебного года и недели;
- возникает ежедневно к 3-4-му урокам;
- сначала проявляется слабо, а затем усиливается к концу учебного дня;
- окончание четверти, учебного года, недели.

# Педагогическая технология



# Каким должен быть урок, помогающий сохранять и укреплять здоровье школьников?

- снижение утомления школьников;
- создание благоприятного психологического климата;
- обеспечение индивидуального и дифференцированного подходов в процессе обучения;
- выполнение санитарно-гигиенических условий.

