

ФОРМЫ И МЕТОДЫ СНЯТИЯ
ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО
ПЕРЕУТОМЛЕНИЯ НА УРОКАХ
МАТЕМАТИКИ
И ВО ВНЕУРОЧНОЕ ВРЕМЯ



Здоровье ученика в норме, если:

- 1) в физическом плане- умеет преодолевать усталость;
- 2) в интеллектуальном плане- проявляет хорошие умственные способности;
- 3) в нравственном плане- признает основные общечеловеческие ценности;
- 4) в социальном плане- коммуникабелен, общителен;
- 5) в эмоциональном плане- уравновешен, способен удивляться и восхищаться.

**Правильная
организация
учебной
деятельност
и**

**СТРОГАЯ
ДОЗИРОВКА
УЧЕБНОЙ
НАГРУЗКИ**

**ПОСТРОЕНИЕ
УРОКА
С УЧЕТОМ
РАБОТОСПОСОБНОС
ТИ
УЧАЩИХСЯ**

**СОБЛЮДЕНИЕ
ГИГИЕНИЧЕСКИХ
ТРЕБОВАНИЙ**

**БЛАГОПРИЯТНЫ
Й
ЭМОЦИОНАЛЬН
ЫЙ
НАСТРОЙ**



РЕЖИМ СМЕНЫ ДИНАМИЧЕСКИХ ПОЗ

Учитель периодически (*через каждые 10-12 минут*) переводит детей из положения «сидя» в положение свободного стояния.

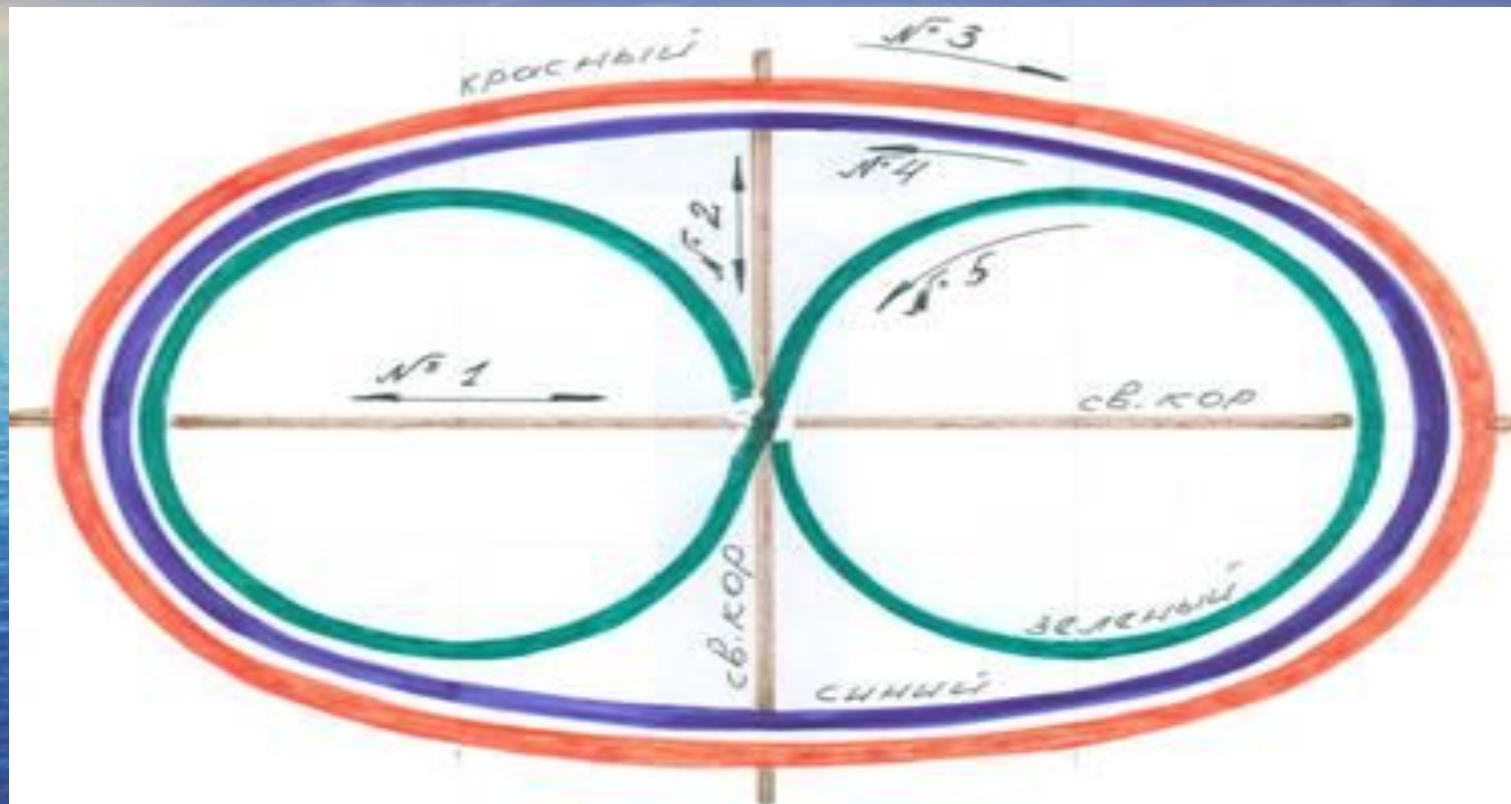
При этом сохраняется осанка и укрепляется позвоночник.

ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ МИНУТКИ

Для повышения внимания,
умственной работоспособности
и эмоционального тонуса в урок
включаются физкультминутки,
которые проводятся в период
утомления детей на уроке



СХЕМА ЗРИТЕЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНЫХ ТРАЕКТОРИЙ



Упражнение сочетает в себе движения глазами, головой в позе свободного стояния или сидя за партой.

Физкультминутки проводят учащиеся 8 «В» класса



Математическая зарядка в 5 «А» классе

тема «Обыкновенные дроби»



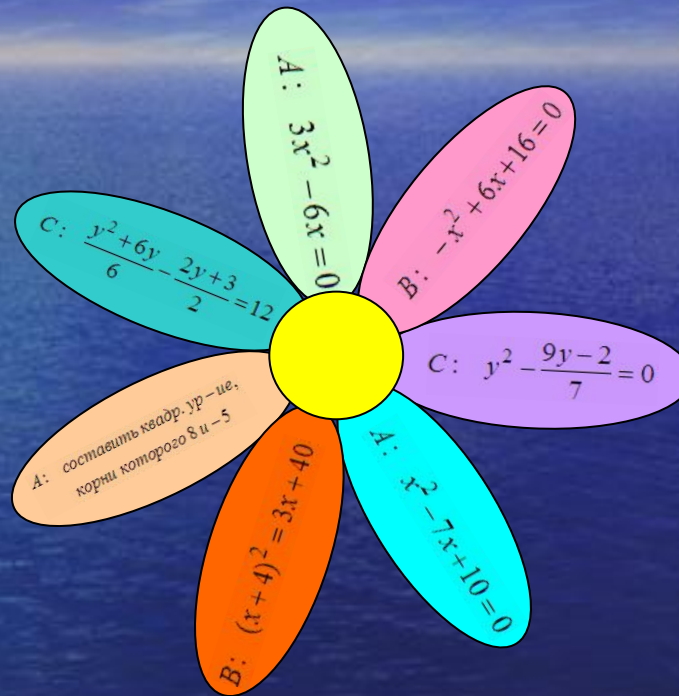
1-е упр. Правильный ответ-наклон вправо, неправильный- наклон влево

$\frac{6}{6} < \frac{8}{8}$	$\frac{4}{11} > \frac{5}{11}$	$\frac{11}{25} > \frac{5}{25}$	$\frac{7}{9} < \frac{8}{9}$	$\frac{1}{5} > \frac{3}{5}$
$\frac{14}{19} < \frac{19}{19}$	$\frac{7}{10} > \frac{8}{10}$	$\frac{6}{6} = \frac{8}{8}$	$\frac{9}{10} > \frac{6}{10}$	$\frac{3}{15} < \frac{2}{15}$

2-е упр. Правильный ответ- правая рука вверх, неправильный- левая

$\frac{6}{6} + \frac{1}{6} = \frac{9}{6}$	$1 - \frac{2}{3} = \frac{1}{3}$	$\frac{4}{10} + \frac{1}{10} = \frac{6}{10}$
$\frac{3}{17} - \frac{2}{17} = \frac{1}{17}$	$\frac{6}{9} - \frac{5}{9} = \frac{2}{9}$	$\frac{2}{5} + \frac{3}{5} = 1$

«Цветок здоровья»



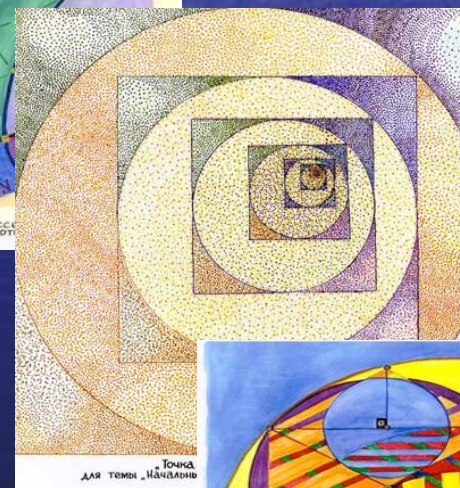
Развивается зрительно-моторная реакция,
различительно-цветовая функция

КРАСИВАЯ МАТЕМАТИКА

“Графическая капля”



“Точка – царица
геометрии”



“Четырёхугольная
кругообразность”





УРОК-СКАЗКА «Сложение и вычитание десятичных дробей»

Уравнения от БАБЫ ЯГИ

Вариант 1 $x+7,564=8,24$; $y-34,67=2,33$;
 $3,579-n=0,862$.

Вариант 2 $x-9,359=0,531$; $y+1,906=7,414$; 7 ;
 $88-b=2,395$.



- 1) $45, 103-6,294$;
- 2) $12,123+4,024$;
- 3) $83-82,876$;
- 4) $0,4092-0,3999$;
- 5) $5,27+4,2+0,628$.



Задачи от яблони1. В прошлом году на мне уродилось $163,5$ кг яблок. В этом году - на $45,7$ кг яблок больше.
Каков урожай яблок за два года?
2. Найдите сумму трех чисел, если первое число $199,6$, второе на $0,8$ больше первого, а третье на $159,4$ меньше второго. Третья часть найденной суммы и есть то количество яблок, которое необходимо собрать.

Внеклассное мероприятие КАФЭ «МИФ»

- повторение курса алгебра-7кл;
- правила рационального питания;
- правильное приготовление блюд.

