



Анализ проведения урока с позиции здоровьесбережения.

Учитель химии МБОУ СОШ «Гармония» г.
Можайска
Евтушенко Н.Н.



При анализе урока с точки зрения сохранения здоровья школьников, целесообразно обратить внимание на следующие аспекты урока:

- 4 Гигиенические условия в классе (кабинете).
- 4 Число видов учебной деятельности, используемых учителем.
- 4 Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности.
- 4 Число использованных учителем видов преподавания.
- 4 Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности.
- 4 Чередование видов преподавания;
- 4 Использование методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся.
- 4 Умение учителя использовать возможности показа видеоматериалов;
- 4 Позы учащихся и их чередование в зависимости от характера выполняемой работы.
- 4 Физкультминутки и физкультпаузы.
- 4 Включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни.
- 4 Наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке;
- 4 Благоприятный психологический климат на уроке.
- 4 Наличие микроконфликтов между учителем и учащимися; умение учителя предупредить эмоционально-негативные «всплохи».
- 4 Преобладающее выражение лица учителя.
- 4 Момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности.
- 4 Темп и особенности окончания урока.
- 4 Состояние и вид учеников, выходящих с урока.

Гигиенические условия в классе (кабинете):

- 4 чистота,
- 4 температура и свежесть воздуха(проветривание)
- 4 рациональность освещения класса и доски,
- 4 наличие/отсутствие монотонных, неприятных раздражителей и т. п.



Следует отметить, что утомляемость обучающихся и риск аллергических расстройств в немалой степени зависят от соблюдения этих простых условий.

Постоянное внимание к охране зрения:

- рассадка учеников с учетом состояния их зрения;
- проведение упражнений по гигиене зрения.



Число видов учебной деятельности, используемых учителем:



Нормой считается 4-7 видов за урок.

Однообразность урока способствует утомляемости школьников. Вместе с тем вам необходимо помнить, что частая смена одной деятельности на другую требует от учащихся дополнительных адаптационных усилий. Это также способствует росту утомляемости.

- 4 опрос учащихся,
- 4 письмо,
- 4 чтение,
- 4 слушание,
- 4 рассказ,
- 4 рассматривание наглядных пособий,
- 4 ответы на вопросы,
- 4 решение примеров, задач,
- 4 практические занятия и т. д.



Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности



4 Ориентировочная норма: 7-10 минут.

Число использованных учителем видов преподавания:

4 словесный,



4 наглядный,



4 аудиовизуальный,



4 самостоятельная работа и др.

4 практическая работа



Норма - не менее трех за урок.

Чередование видов преподавания

4 не позже чем через 10-15 минут.





Использование методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся, которые позволяют им превратиться в субъекты деятельности. Это:

- *методы свободного выбора* (свободная беседа, выбор действия, его способа, выбор приемов взаимодействия, свобода творчества и т.д.);
- *активные методы* (ученики в роли учителя, чтение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар и др.);
- *методы, направленные на самопознание и развитие* (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и др.)

Хроническое утомление-это один из главных факторов истощения ресурсов здоровья школьников.



Умение учителя использовать возможности показа видеоматериалов



для инсценирования дискуссии, обсуждения, привития интереса к познавательным программам, т.е. для взаимосвязанного решения как учебных, так и воспитательных задач.



Соблюдение гигиенических требований к использованию видеозэкранных средств обучения.

Классы	Длительность просмотра		
	диафильмов	кинофильмов	телепередач
1-2	7-15	15-20	15
3-4	15-20	15-20	20
5-7	2-25	20-25	20-25
8-11	-	25-30	25-30



Длительность занятий с ПК:

- 4 1 класс-10 минут;
- 4 2-5 класс-15 минут;
- 4 6-7 класс-20 минут;
- 4 8-9 класс-25 минут;
- 4 10-11 класс-30 минут –на первом часе учебных занятий, на втором-20 мин.



Экран монитора должен находиться на расстоянии 60-70 см.

Позы учащихся и их чередование в зависимости от характера выполняемой работы.



4 Степень естественности позы школьников на уроке может служить хорошим индикатором психологического воздействия учителя, степени его авторитаризма: механизм здоровьеразрушающего воздействия авторитарного учителя состоит, в частности, в том, что дети на его уроках избыточно напряжены.

4 Эта изматывающая ситуация не только резко повышает уровень невротизации школьников, но и губительно отражается на их характере.

Психологический комфорт учеников на уроке - это важнейшее условие предупреждения их утомления.



Физкультминутки и физкультпаузы



- 4 Физкультминутки и физкультпаузы являются обязательной составной частью урока. Необходимо обратить внимание на их содержание и продолжительность (норма - на 15-20 минут урока по 1 минуте из трех легких упражнений с 3-4 повторениями каждого), а также эмоциональный климат во время выполнения упражнений и наличие у школьников желания их выполнять.



Включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни.



- 4 Положительной оценки заслуживает включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни. Умение учителя выделить и подчеркнуть вопросы, связанные со здоровьем, является одним из критериев его педагогического профессионализма.





Наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке:

- 4 интерес к занятиям,
- 4 стремление больше узнать,
- 4 радость от активности,
- 4 интерес к изучаемому материалу и т.п.



4



- 4 Оценивается уровень этой мотивации и методы ее повышения, используемые учителем.



Между заинтересованностью в обучении и его позитивным влиянием на здоровье существует прямая связь

Обеспечение дифференцированного подхода к учащимся.



- 4 С особым вниманием к детям группы риска и больным.



Благоприятный психологический климат на уроке.

Благоприятный психологический климат на уроке служит одним из показателей успешности его проведения: заряд положительных эмоций, полученных школьниками и самим учителем определяет позитивное воздействие школы на здоровье.



Наличие на уроке микроконфликтов между учителем и учащимися:

- Из-за нарушений дисциплины.
- Несогласия с отметкой.
- Проявления дискомфортных состояний

Умение учителя предупредить такие эмоционально-негативные всплохи, грамотно их нейтрализовать без нарушения работы всего класса-отражение его способности управлять учебным процессом, обеспечивая профилактику «школьных неврозов» .





Преобладающее выражение лица учителя.

Урок неполноценен, если на нем не было эмоционально-смысловых разрядок:



- 4 улыбок,
- 4 уместных остроумных шуток,
- 4 использования поговорок,
- 4 афоризмов с комментариями,
- 4 музыкальных минуток и т.д.



Итоговая плотность урока.

- 4 Количество времени ,затраченное школьниками непосредственно на учебную работу.



- 4 Рекомендуемые показатели -в диапазоне от 60% до 80%.

Момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности.



- 4 Определяется в ходе наблюдения за возрастанием двигательных и пассивных отвлечений школьников в процессе учебной работы.
- 4 Норма - не ранее чем за 5-10 минут до окончания урока.





Темп и особенности окончания урока.

Желательно, чтобы завершение урока было спокойным:

- 4 учащиеся имели возможность задать учителю вопросы;
- 4 учитель мог прокомментировать задание на дом;
- 4 попрощаться со школьниками;
- 4 соблюдение норм объема домашних заданий





Состояние и вид учеников, выходящих с урока.



- 4 Интегральным показателем эффективности проведенного занятия можно считать **состояние и вид учеников, выходящих с урока.**
- 4 Стоит обратить внимание и на состояние учителя.



Атмосфера в классе после окончания последнего урока-и воздушная ,и эмоционально-психологическая-это простой и точный индикатор воздействия урока на здоровье школьников.





Благодарю за внимание!