

**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**

**Психологичес  
кий 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**

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