

Принципы педагогического воздействия здоровьесберегающего урока:

- педагогический оптимизм,
- уважение к воспитаннику,
- понимание душевного состояния ученика,
- заинтересованность в судьбе ребенка,
- раскрытие мотивов и внешних обстоятельств, поступков, совершаемых ребенком.

Любая из технологий может быть здоровьесберегающей, если будет отвечать следующим требованиям:

- недопустимость чрезмерной перегрузки и утомляемости,
- обеспечение комфортности, сотрудничества, психологической раскрепощенности в классном коллективе,
- развитие эмоционально – интеллектуальных возможностей ученика,
- формирование ЗОЖ, саморегуляции, неприятия вредных привычек,
- воспитание ответственности за результаты своего учебного труда,
- соблюдение валеологического компонента.

Технологии, наиболее отвечающие этим требованиям:

- технология уровневой дифференциации,
- игровые технологии,
- коллективный способ обучения,
- обучение в сотрудничестве,
- метод проектов.

I. Валеологическая структура урока

1.1 Валеологическое пространство:

1.1.1.санитарное состояние кабинета: освещенность, температура воздуха, чистота пола, мебели;

1.1.2.состояние мебели: правильная расстановка, функциональность, соответствие мебели росту учеников;

1.1.3.предметно-пространственная среда:

- оформление кабинета, стендов (наглядно-иллюстративные материалы, их качество);

- озеленение кабинета.

1.2 Валеологический «портрет» учителя:

- внешний вид учителя;

- психологический настрой учителя на урок;

- правильное и профессиональное отношение и построение речи, отсутствие сарказма, насмешек, упреков, интонация;

- тактичность, доброжелательность;

- начало урока с психологического настроя (привлечение внимания и обеспечение необходимой мотивацией);

- аккуратные и разборчивые записи на доске, рациональность использования классной доски.

1.3 Валеологический «портрет» ученика:

- внешний вид ученика (опрятный вид одежды и обуви, стрижка, чистота рук);

- соблюдение правила ношения второй обуви;

- активность ученика на уроке.

1.4 Контроль и коррекция деятельности учеников:

- наблюдение учителя за самочувствием учеников;

- оценка действий ученика отделяется от личного отношения к нему педагога.

1.5 Создание продуктивной атмосферы на уроке:

- преобладание положительных эмоций;

- психологический климат;

- проблемные и творческие задания на уроке;

- использование на уроке жизненного опыта учеников;

- поощрение конкретных учащихся за конкретную работу;

- применение активных методов обучения (дискуссии, ролевые игры, диалог);

- использование специальных способов организации работы активных (пассивных) учеников;

- своевременная, адекватная и взвешенная реакция на нарушение дисциплины на уроке;

- соответствие применяемых методических приемов и валеологических технологий индивидуальным возрастным психофизиологическим особенностям ученика.

1.6 Способы предупреждения утомляемости на уроке:

- постановка урока в расписании с учетом валеологических требований;

- оптимальная продолжительность урока;

- физкультминутки, валеологические разминки на уроке;

- учет санитарно-гигиенических требований к использованию ТСО и вычислительной техники;
- оптимальное соответствие объема учебного материала познавательным возможностям учащихся.

II. Гигиенические критерии рациональной организации урока:

2.1 Плотность урока: не менее 60% и не более 75 – 80%.

2.2 Количество видов учебной деятельности: 4 – 7.

2.3 Средняя продолжительность различных видов учебной деятельности: не более 10 минут.

2.4 Частота преподавания различных видов учебной деятельности: смена не позже чем через 7 – 10 минут.

2.5 Количество видов преподавания: не менее 3-х.

2.6 Чередование видов преподавания: не позже чем через 10 – 15 минут.

2.7 Чередование позы: поза чередуется в соответствии с видом работы. Учитель наблюдает за посадкой учащихся. 2.8 Наличие, место, содержание и продолжительность физкультминуток: н

а 20 минуте из 3-х легких упражнений с 3-4 повторениями каждого.

2.9 Психологический климат: преобладают положительные эмоции.

2.10 Момент наступления утомления учащихся по снижению учебной активности: не ранее 40 минут.

3.1 Мобилизация учащихся на выполнение поставленных задач, достижение целей непосредственно на уроке.

III. Психолого-педагогические подходы к построению урока.

3.2 Организационная четкость каждого урока.

Организационный момент начала урока должен быть связан с проверкой состояния кабинета, учебного оборудования, рабочих мест и проверкой отсутствующих.

Учитель ещё на перемене обязан проверить подготовку кабинета к работе: состояние парт, доски, освещённость, а также при необходимости проветрить помещение.

Каждый ученик должен быть приучен своевременно до начала урока приводить своё рабочее место в порядок.

Учащиеся должны быть готовы к выполнению обязанностей дежурных, от которых следует добиваться того, чтобы учебное помещение к началу каждого урока было убрано, классная доска вымыта, находились на месте чистая влажная тряпка и мел. Более того, учитель должен быть всегда готов помочь учащимся в решении этих вопросов.

С первых минут урока, с приветствия нужно создать обстановку доброжелательности, положительный эмоциональный настрой, так как у учащихся развита интуитивная способность улавливать эмоциональный настрой учителя. Стиль педагогического общения должен быть демократичный, гуманный.

3.3 Повышение познавательной самостоятельности учащихся на уроке.

3.4 Обеспечение необходимых условий для продуктивной познавательной деятельности учащихся с учетом их состояния здоровья, особенностей развития, интересов, способностей и потребностей.

3.5 Планирование развития личностных качеств учащихся.

3.6 Вовлечение по возможности большего числа анализаторов в процессе усвоения, запоминания учебного материала.

3.7 Использование методик группового обучения, игрового обучения, коллективного способа обучения, способствующих активизации инициативы и творчества.

3.8 Демократичный стиль педагогического общения, недопущение речевой агрессии, запугивающего поведения, позы, жестов учителя.

3.9 Эмоциональность, увлеченность учителя своим предметом, высокая степень подготовленности учителя к уроку.

3.10 Использование воспитательного потенциала урока для формирования отношения к своему здоровью как к реальной жизненной ценности.

3.11 Использование нестандартных форм уроков.