

# Педсовет «Основные требования к разработке и проведению здоровьесберегающего урока»



Радченко Л.Я., директор школы.



## Программа педсовета:

1. Публичное выступление «Основные требования к разработке и проведению здоровьесберегающего урока» - Л.Я.Радченко.
2. Презентация опыта «Здоровьесберегающий урок в начальной школе» - Титаренко Л.М.
3. Выступление – презентация «Роль уроков физкультуры в сохранении и укреплении здоровья школьников»
4. Круглый стол.

# Здоровье сберегающий урок

## должен:

- ВОСПИТЫВАТЬ
- стимулировать у детей желание жить, быть здоровыми
- учить их ощущать радость от каждого прожитого дня
- показывать им, что жизнь - это прекрасно
- вызывать у них позитивную самооценку

# Требования к здоровьесберегающему уроку

- учет возрастно-половых особенностей;
- учет состояния здоровья ученика и его индивидуальных психофизических особенностей при выборе форм, методов и средств обучения;
- структурирование урока на три части в зависимости от уровня умственной работоспособности учащихся;
- использование здоровьесберегающих действий .



# Требования

- строгая дозировка учебной нагрузки;
- построение урока с учетом работоспособности учащихся;
- соблюдение гигиенических требований (свежий воздух, оптимальный тепловой режим, хорошая освещенность, чистота),  
на перемене проверить подготовку кабинета к работе: состояние парт, доски, освещённость, при необходимости – проветрить помещение.



## Эффективность усвоения знаний в течение урока

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

деятельности. Смена не позднее, чем через 7-10 минут

## Уровень гигиенической рациональности

5. Наличие эмоциональных разрядок – 1-2

6. Наличие оздоровительных моментов-1-2

1. Плотность урока - не менее 60% и не более 75%

2. Число видов учебной деятельности - 4-7

3. Средняя продолжительность различных видов учебной деятельности - не более 10 минут

4. Частота чередования видов учебной деятельности. Смена не позднее, чем через 7-10 минут

5. Наличие эмоциональных разрядок – 1-2

6. Наличие оздоровительных моментов-1-2



# Наличие эмоциональных разрядок

- поговорка,
- высказывание,
- веселое четверостишие,
- юмористическая или поучительная картинка



# Положительные эмоции

- Создание у детей положительной эмоциональной настроенности является обязательным условием правильно организованного учебного процесса.
- Положительные эмоции способны полностью снимать последствия отрицательных



# Оздоровительные моменты на уроке

- физкультминутки, динамические паузы
- минутки релаксации
- дыхательная гимнастика
- гимнастика для глаз
- массаж активных точек

# Физкультминутки.

## На растягивание отделов позвоночника.

- Наклоны вперед, назад, в сторону.
- Голову – к подбородку, затем откидываем ее максимально назад, потом к правому плечу, к левому.
- Тянемся максимально вперед (спина прямая), назад, в сторону, каждый раз возвращаясь в исходное положение, - голова прямо.



# Понятие «здоровьесберегающая технология».

- Это качественная характеристика педагогической технологии, показывающая, насколько грамотно и качественно решается задача сохранения и укрепления здоровья учеников и учителя

# Виды здоровьесберегающих технологий

<b>Адаптивные</b>	1. Работа в группах, парах, модульное обучение, семинары-практикумы
<b>Тестовые</b>	1. Диагностические тесты, тематические тесты, контрольные тесты
<b>Игровые</b>	1. Дидактические игры, обучающие игры, интерактивные игры (сюжетно-ролевые)



## Отличительные особенности здоровьесберегающих образовательных технологий

- отсутствие назидательности и авторитарности
- элементы индивидуализации обучения
- наличие мотивации на здоровый образ жизни учителя и учеников
- интерес к учебе, желание идти в школу
- наличие физкультминуток
- наличие гигиенического контроля



# Круглый стол. Вопросы.

- Какой урок можно назвать здоровьесберегающим?
- Каковы компоненты здоровьесберегающего урока?
- Что значит «здоровьесберегающие технологии»?
- Интерактивное, проблемное обучение способствуют здоровьесбережению?
- Совместимы ли ИКТ и здоровьесбережение?
- Как идет внедрение здоровьесберегающих технологий на ваших уроках?
- Сколько в классе, в школе здоровых детей и имеющих отклонения в здоровье?
- Что надо сделать, чтобы уроки стали здоровьесберегающими?



## Решение педсовета

- Каждому учителю обеспечить соблюдение современных требований к уроку в условиях здоровьесберегающей педагогики.
- Классным руководителям, учителю физкультуры, ЗВР 2 раза в год проводить мониторинг состояния здоровья учащихся.