### Критерии урока здоровьесберегающей направленности



#### Урок осуществляется в условиях

**КОМФОРТНОСТИ:**A) Санитарно-гигиенических:

- Свежий воздух, проветренный класс, соответствующее освещение, подходящие по росту парты, расположение слабовидящих учащихся в соответствии с рекомендациями медико-санитарной службы, а также по желанию детей и родителей.
- Комфортный для человека уровень шума-10 дБ (Так журчит ручей и шумит листва). Обычный разговор «в спокойных тонах» -это 40 дб. 70 дБ-это предельно допустимое давление звука, которое не оказывает на организм человека вредного воздействия.
- Использование видеоэкранных средств обучения с учетом гигиенических правил.

## Урок осуществляется в условиях комфортности:

- Б) Психологических:
- Создание эмоционально положительного фона в обучении, общении.
- Учет психического и физического здоровья ребенка; психологических особенностей класса.
- Стимулирование мотивации на успешность в обучении, оказание поддержки и помощи ребенку в учебе.
- Использование чередования интенсивности в обучении и релаксации.

### Основания для построения урока здоровьесберегающей

- направленности:

  1. Гуманистическая основа (философия: выстраивание человеческих отношений)
- 2. Психо-био-генная основа (принцип природосообразности)
- 3. Социогенная основа (опора на базовые личностные качества)

# Здоровьесберегающие компоненты на уроке:

- Утренняя гимнастика
- Динамические паузы
- Чередование поз во время урока
- Организационное начало (выстраиваются договорные отношения, принимаются правила урока)
- Ранжирование учебного материала урока по степени сложности, новизны, актуальности
- Использование активных методов обучения: поисковый, диалогический, игровой, проектный, исследовательский и др.
- Отражение в содержании вопросов, связанных со здоровьем, здоровым образом жизни (по возможности)
- Гармоничное сочетание обучения-воспитания-развития в учебной деятельности

# Здоровьесберегающие компоненты на уроке:

- Плотность урока: количество времени, затраченного на учебную деятельность не менее 60%, но не более-80%
- Темп завершения урока спокойный, учащийся должен иметь возможность задать учителю вопросы
- Учитель комментирует домашнее задание (объем, «риски».
   «опасные места». Наличие выбора)
- Система оценивания. Внимание! <u>Стрессогенная ситуация.</u>
   Три варианта оценивания:
  - 1. Ученик (самооценка)
  - 2. Ученик-ученик (взаимооценка)
  - 3. Ученик-учитель (корректирующая оценка и договор на окончательную оценку)