

# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ НА СОВРЕМЕННОМ УРОКЕ

ГОУ СОШ № 787 им. А.Н.САВЕЛЬЕВА

**Зам. директора по УВР: Позднякова Лариса Владимировна**

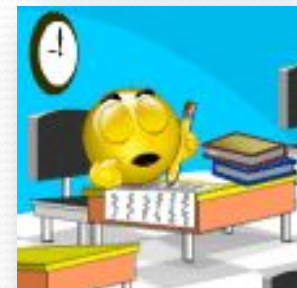
# За период обучения в школе – с первого по восьмой классы:



- число детей с близорукостью возрастает с 3 до 30%,
- с нервно-психическими расстройствами с 15 до 40%,
- с гастроэнтерологическими заболеваниями возрастает в 2 раза
- с нарушениями опорно-двигательного аппарата – в 1,5 – 2 раза
- с аллергическими болезнями – в 3 раза
- с заболеваниями крови - в 2,5 раза
- отмечается сочетание у детей двух и более хронических заболеваний
- несчастные случаи выдвигаются в число ведущих причин смертности у детей подросткового возраста

# Признаки переутомления:

- резкое и длительное снижение умственной и физической работоспособности;
- нервно-психические расстройства (нарушение сна, чувство страха, истеричность);
- стойкие изменения в регуляции вегетативных функций (аритмия, вегетососудистая дистония);
- снижение сопротивляемости организма к воздействию неблагоприятных факторов и патогенных микроорганизмов.



# Факторы, влияющие на состояние здоровья ученика:

- 10% - гигиена,
- 10% - программы и учебники,
- 10% - медицинское сопровождение образовательного процесса,
- 20% - организация образовательного процесса.
- 50% - это воздействие учителя





# Взаимопосещение уроков



технологии дистанционного обучения и др.

развивающее обучение;

систему инновационной оценки «портфолио»;

проблемное обучение;

**здоровьесберегающие технологии**

разноуровневое обучение;

информационно-коммуникационные технологии

## **К числу современных образовательных технологий можно отнести:**

коллективную систему обучения (КСО);

обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа);

технологии решения изобретательских задач (ТРИЗ);

исследовательские методы в обучении;

технологии использования в обучении игровых методов: ролевых, деловых и другие видов обучающих игр

проектные методы обучения;

технологии «дебаты»;

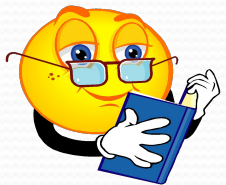
технологии модульного и блочно-модульного обучения

технологии развития «критического мышления»;

лекционно-семинарско-зачетную систему обучения

- **Технология** - это совокупность приемов, применяемых в каком-либо деле, мастерстве, искусстве (толковый словарь).
- **Педагогическая технология** - это содержательная техника реализации учебного процесса (В.П.Беспалько).
- **Педагогическая технология** - это описание процесса достижения планируемых результатов обучения (И.П.Волков).
- **Здоровьесберегающие образовательные технологии** - системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, не наносящего ущерба здоровью его участников на основе качественной характеристики педагогических технологий по критерию их позитивного воздействия на здоровье учащихся и педагогов (Митяева А.М., 2008).

*Технология отличается от методик своей воспроизводимостью, устойчивостью результатов, отсутствием многих «если» (если талантливый учитель, если способные дети, хорошие родители...).*







# Принципы здоровьесберегающего урока:

- 1. принцип двигательной активности
- 2. принцип оздоровительного режима (организация обучения в режиме динамических поз: чередование сидения, стояния и передвижения по классу);
- 3. принцип формирования правильной осанки и навыков рационального дыхания
- 4. принцип психологической комфортности
- 5. принцип опоры на индивидуальные особенности и способности ребенка;
- 6. принцип профилактического эффекта (касается, в первую очередь, мировоззрения):
  - а) человек самодостаточен, в нем есть все необходимое для жизни, то есть здоровье в человеке заложено, его надо только сохранить;
  - б) человек посредством управления своей психикой способен влиять на состояние своего организма;
  - в) психическое здоровье первично (относительно физического).

«...Ребенок по своей природе – пытливый исследователь, открыватель мира. Так пусть перед ним открывается чудесный мир в живых красках, ярких и трепетных звуках, в сказках и игре, в собственном творчестве... через сказку, фантазию, игру, через неповторимое детское творчество – верная дорога к сердцу ребенка...»

В.А.Сухомлинский

«*Интерес*» (от латинского *interesse*) означает «*иметь важное значение*»

Уровни интереса:

1. Любопытство;
2. Любознательность;
3. Познавательный интерес;
4. Теоретический интерес

# Я.А. Коменский. Принципы обучения

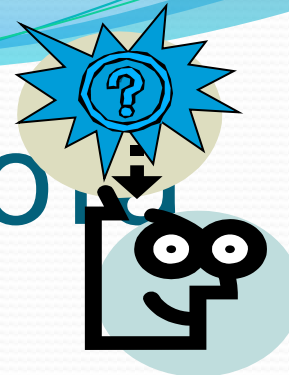
- **Научность** – ложных знаний не может быть, могут быть только неполные.
- **Природосообразность** – обучение определяется развитием.
- **Последовательность и систематичность** – последовательная логика процесса. От частного к общему.
- **Доступность** – от известного к неизвестному, от легкого к труднодоступному.
- **Связь теории с практикой** – определенная часть времени отводится применению полученных знаний.
- **Наглядность** – привлечение различных органов чувств к восприятию.
- **Прочность** – повторение-мать учения.

# Ведущие каналы восприятия учащихся и методы, применяемые учителем на уроке

	Аудиалы	Визуалы	Кинестетики
Формы передачи информации	Лекция, дискуссия, обучение других	Чтение, видеометоды, практическая работа	Практическая работа, обучение других
Формы контроля	Контроль в письменной форме (с возможностью дать письменный ответ)	Контроль в устной форме	Демонстрационный эксперимент, деловая игра, презентации, лабораторная или практическая работа



# Исследовательская работа



## Образовательные технологии

- Игровые технологии
- Модульное обучение
- КСО
- Развитие критического мышления
- Проектное обучение
- Дифференцированное обучение

## Параметры анализа

- Мотивация
- Методы, способствующие активизации деятельности
- Виды учебной деятельности
- Виды преподавания
- Двигательная активность
- Психологический климат на уроке

Краткая характеристика технологии	Формирование положительной мотивации к обучению	Методы активизации познавательной деятельности учащихся	Виды учебной деятельности	Профилактика статического напряжения, гиподинамии	Психологический комфорт на уроке
<p><b>Проектное обучение</b></p> <p>Выявление и удовлетворение потребностей учащихся через проектирование и создание материального продукта, обладающего объективной или субъективной новизной.</p>	<p>Активизация поисковой активности по данному проекту; проектирование как основа для размышления и выработки решения; возможность видеть перспективу; желание получить осязаемый результат</p>	<p>Самостоятельный выбор способа действия; свобода креативных возможностей; ученик –проектировщик, исследователь</p>	<p>Самостоятельная работа с источниками информации; эвристическая беседа; рассказ; слушание</p>	<p>Большая часть урока в свободной форме, поэтому статического напряжения не возникает</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• атмосфера заинтересованности;</li> <li>• стимулирование детей к формированию собственной точки зрения;</li> <li>• использование различных способов выполнения заданий;</li> <li>• создание ситуаций партнерского общения;</li> <li>• проявление инициативы, самостоятельности</li> </ul>
<p><b>Проблемное обучение</b></p> <p>Создание и решение проблемных ситуаций адекватных по уровню трудности</p>	<p>Постановка нестандартной проблемы; поиск новых оригинальных способов решения; возможность построения необычных гипотез, инновационное мышление; стремление к пониманию изучаемого материала</p>	<p>Создание проблемной ситуации; формулирование учебных задач; четкое планирование последовательности действий; усвоение новых знаний; стимулирование дискуссии</p>	<p>опрос, письмо, чтение, слушание, рассказ, дискуссия, решение познавательных задач</p>	<p>Режим динамических поз; смена видов деятельности, физминутки с дидактическим заданием</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• создание ситуации успеха;</li> <li>• повышение самооценки;</li> <li>• снижение барьеры страха;</li> <li>• формирование доверия к педагогу;</li> <li>• доброжелательные взаимоотношения в классе;</li> </ul>



<p><b>Коллективная система обучения (КСО)</b></p> <p>Обучение через общение в динамических группах, где каждый учит каждого</p>	<p>Возможность демонстрации индивидуальных учебных умений; потребность в партнерской коллективной деятельности; стремление повысить свой авторитет и самооценку; коллективная взаимовыручка поддержка.</p>	<p>направленность на взаимо- и самопознание; развитие интеллекта, эмоций, общения, самооценки, самооценки; формирование интеллектуальной и нравственной зрелости</p>	<p>чтение, записывание, рассказ, слушание, придумывание своих вопросов, ответы на вопросы, решение задач</p>	<p>Необходимость перехода из одной группы в другую снимает статическое напряжение</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Доброжелательная обстановка на уроке;</li> <li>• внимание к каждому высказыванию;</li> <li>• демонстрация творческих возможностей человека;</li> <li>• поощрение к самостоятельной мыслительной деятельности</li> </ul>
<p><b>Дифференцированное обучение</b></p> <p>Планирование программного материала различного уровня сложности, но не ниже обязательного (стандарт). Поддержка и развитие индивидуальных способностей ученика.</p>	<p>Выбор посильного задания с последующей положительной оценкой; возможность полного раскрытия и реализации индивидуальных способностей</p>	<p>опора на индивидуальные возрастные, физиологические, психологические особенности и способности учащегося; персонификация интересов учащихся; метод свободного выбора</p>	<p>опрос, письмо, чтение, слушание, рассказ, ответы на вопросы, решение примеров, рассматривание,</p>	<p>Режим динамических поз, кинезиологическая гимнастика (гимнастика для мозга)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Создание оптимальных условий для выявления индивидуальных задатков;</li> <li>• развитие интересов и способностей;</li> <li>• ситуация успеха, для учащихся с различными познавательными способностями;</li> <li>• возможность партнерской деятельности совместно с учителем</li> </ul>
<p><b>Развитие критического мышления</b></p> <p>Воспитание свободной личности, способной мыслить нестандартно с учетом точки зрения оппонента; умение отказаться от собственных предубеждений, выдвигать новые идеи и видеть новые возможности.</p>	<p>Выработка собственной позиции к изучаемому объекту; возможность отстаивать свое мнение в нестандартной учебной ситуации; стремление к актуализации решения через апелляцию к личному опыту; творческая инициатива</p>	<p>Обсуждение в группах, дискуссия; Развитие интеллектуальной инициативы; Активизация творческого мышления; Развитие терминологического языка; Формирование умения рассуждать, сопоставлять, анализировать, делать выводы и умозаключения</p>	<p>Беседа, работа с источниками информации, рассказ, составление таблиц, схем, моделирование</p>	<p>Перегруппировки в ходе урока. Режим динамических поз</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• атмосфера заинтересованности;</li> <li>• возможность выражения собственной точки зрения;</li> <li>• толерантность;</li> <li>• свободный обмен мнениями;</li> <li>• нацеленность на личный результат;</li> <li>• формирование уверенности в результативности своей деятельности;</li> <li>• самореализация, саморазвитие</li> </ul>

<p><b>Модульное обучение</b></p> <p>Обеспечивает индивидуализацию обучения: по содержанию обучения, по темпу усвоения, по уровню самостоятельности, по методам и способам учения, по способам контроля и самоконтроля.</p>	<p>Нестандартность учебной ситуации;</p> <p>Возможность проявления интеллектуальной инициативы в коллективе; повышение самооценки</p>	<p>Четкая постановка цели на каждом этапе урока, поэтапный контроль качества усвоения учебного материала;</p> <p>Развитие навыка самооценки и взаимооценки</p>	<p>опрос, самостоятельная работа по технологической карте, диалог, работа в паре, выполнение самостоятельной работы</p>	<p>Режим динамических поз за счет смены видов деятельности, кинезиологическая гимнастика (гимнастика для мозга)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Возможность работать самостоятельно в индивидуальном темпе и по индивидуальному маршруту внутри модуля;</li> <li>• Эффективное сотрудничество и взаимовыручка;</li> <li>• Индивидуальный стиль умственной деятельности;</li> <li>• Презентация результата работы в каждом модуле</li> </ul>
<p><b>Игровая деятельность</b></p> <p>Предполагает – проблемность содержания; – ролевое взаимодействие в совместной деятельности; – диалогическое общение; – двуплановость игровой учебной деятельности.</p>	<p>Интерес игры, нестандартность учебной ситуации;</p> <p>Проявление интеллектуальной инициативы и любознательности;</p> <p>Возможность проявить себя в различных ролевых ситуациях;</p> <p>Стремление повысить осведомленность в данной</p>	<p>Обучение действием; проблемность содержания; методы, стимулирующие общение, само- и взаимопознание; развитие фантазии и воображения;</p> <p>рассмотрение в ходе игры ключевой проблемы с различных точек зрения; реализация через игру конкретной учебной задачи</p>	<p>в зависимости от игровой ситуации</p>	<p>Двигательная активность в процессе игры</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Личностно-деятельный характер усвоения знаний, умений, навыков;</li> <li>• возможность проявить себя;</li> <li>• развитие индивидуальных и коллективистских качеств личности ребенка</li> </ul>

# Результаты

- видимое повышение продуктивности труда школьников;
- повышении качества обученности во втором триместре по сравнению с первым