



***Анализ проведения урока  
с позиции технологии  
здоровьесбережения***

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**



## **При анализе урока с точки зрения сохранения здоровья школьников, целесообразно обратить внимание на следующие аспекты урока:**

- 4 Гигиенические условия в классе (кабинете);
- 4 Число видов учебной деятельности, используемых учителем;
- 4 Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности;
- 4 Число использованных учителем видов преподавания;
- 4 Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности.
- 4 Чередование видов преподавания;
- 4 Использование методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся;
- 4 Умение учителя использовать возможности показа видеоматериалов;
- 4 Позы учащихся и их чередование в зависимости от характера выполняемой работы;
- 4 Физкультминутки и физкультпаузы;
- 4 Включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни;
- 4 Наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке;
- 4 Благоприятный психологический климат на уроке;
- 4 Преобладающее выражение лица учителя;
- 4 Момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности;
- 4 Темп и особенности окончания урока;
- 4 Состояние и вид учеников, выходящих с урока.

## Гигиенические условия в классе (кабинете):

- 4 чистота,
- 4 температура и свежесть воздуха,
- 4 рациональность освещения класса и доски,
- 4 наличие/отсутствие монотонных, неприятных раздражителей и т. п.



Следует отметить, что утомляемость школьников и риск аллергических расстройств в немалой степени зависят от соблюдения этих простых условий.



# Число видов учебной деятельности, используемых учителем:



**Нормой считается 4-7 видов за урок.** Однообразность урока способствует утомляемости школьников. Вместе с тем вам необходимо помнить, что частая смена одной деятельности на другую требует от учащихся дополнительных адаптационных усилий. Это также способствует росту утомляемости.

- 4 опрос учащихся,
- 4 письмо,
- 4 чтение,
- 4 слушание,
- 4 рассказ,
- 4 рассматривание наглядных пособий,
- 4 ответы на вопросы,
- 4 решение примеров, задач,
- 4 практические занятия и т. д.



# Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности



**4 Ориентировочная норма: 7-10 минут.**

# Число использованных учителем видов преподавания:

4 словесный



4 наглядный



4 аудиовизуальный

4 самостоятельная работа и др.



## Норма - не менее трех за урок

# Чередование видов преподавания

4 не позже чем через 10-15 минут.





## Использование методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся, которые позволяют им превратиться в субъекты деятельности. Это:

- методы свободного выбора (свободная беседа, выбор действия, его способа, выбор приемов взаимодействия, свобода творчества и т.д.);
- активные методы (ученики в роли учителя, чтение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар и др.);
- методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки) и др.





# Умение учителя использовать возможности показа видеоматериалов

для инсценирования дискуссии, обсуждения, привития интереса к познавательным программам, т.е. для взаимосвязанного решения как учебных, так и воспитательных задач.



## Позы учащихся и их чередование в зависимости от характера выполняемой работы



4 Степень естественности позы школьников на уроке может служить хорошим индикатором психологического воздействия учителя, степени его авторитаризма: механизм здоровьеразрушающего воздействия авторитарного учителя состоит, в частности, в том, что дети на его уроках избыточно напряжены.

4 Эта изматывающая ситуация не только резко повышает уровень невротизации школьников, но и губительно отражается на их характере.



# Физкультминутки и физкультпаузы

- 4 Физкультминутки и физкультпаузы являются обязательной составной частью урока. Необходимо обратить внимание на их содержание и продолжительность (норма - на 15-20 минут урока по 1 минуте из трех легких упражнений с 3-4 повторениями каждого), а также эмоциональный климат во время выполнения упражнений и наличие у школьников желания их выполнять.



## Включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни



- 4 Положительной оценки заслуживает включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни. Умение учителя выделить и подчеркнуть вопросы, связанные со здоровьем, является одним из критериев его педагогического профессионализма.

# Наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке:

- 4 интерес к занятиям,
- 4 стремление больше узнать,
- 4 радость от активности,
- 4 интерес к изучаемому материалу и т.п.



- 4 Оценивается уровень этой мотивации и методы ее повышения, используемые учителем.

# Благоприятный психологический климат на уроке

Благоприятный психологический климат на уроке служит одним из показателей успешности его проведения: заряд положительных эмоций, полученных школьниками и самим учителем определяет позитивное воздействие школы на здоровье.



## Преобладающее выражение лица учителя

Урок неполноценен, если на нем не было эмоционально-смысловых разрядок:



- 4 улыбок,
- 4 уместных остроумных шуток,
- 4 использования поговорок,
- 4 афоризмов с комментариями,
- 4 музыкальных минуток и т.д.



## Момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности



- 4 Определяется в ходе наблюдения за возрастанием двигательных и пассивных отвлечений школьников в процессе учебной работы.
- 4 Норма - не ранее чем за 5-10 минут до окончания урока.





# Темп и особенности окончания урока

Желательно, чтобы завершение урока было спокойным:

- 4 учащиеся имели возможность задать учителю вопросы,
- 4 учитель мог прокомментировать задание на дом,
- 4 попрощаться со школьниками.



## Состояние и вид учеников, выходящих с урока

- 4 Интегральным показателем эффективности проведенного занятия можно считать **состояние и вид учеников, выходящих с урока.**
- 4 Стоит обратить внимание и на состояние учителя.



# ВЫВОД

- 4 Анализ урока лучше начать с позитивных моментов, с того, что понравилось, что показалось интересным, оригинальным. При обсуждении недостатков следует избегать запугивающих высказываний, переходов к обсуждению личностных особенностей учителя. Важно не подавить инициативу, творческие тенденции в работе педагога. Поэтому эффективнее всего проводить анализ урока в форме доверительной беседы, обсуждения сделанного на занятии.**

Использовались материалы:

- 4 Н.К.Смирнов. **Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе.** Издательство «АРКТИ», 2006 г., с.319

4 <http://office.microsoft.com/ru-ru>,

4 <http://fantasyflash.ru>