

Схема анализа урока с позиций здоровьесбережения

Критерии	Степень применения		
	2 балла	1 балл	0 баллов
1. Гигиенические условия в классе-кабинете (чистота, температура и свежесть воздуха; рациональность освещения класса и доски, наличие/отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей и т.п.)			
2. Число видов учебной деятельности, используемых учителем (опрос учащихся; письмо; чтение; слушание; рассказ; рассматривание наглядных пособий; ответы на вопросы; решение примеров, задач; практические занятия и др.) Нормой считается 4-7 видов за урок. Однообразность урока способствует утомлению школьников. Частые смены одной деятельности на другую требуют от учащихся дополнительных адаптационных усилий. Это также способствует росту утомляемости			
3. Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности. <i>Ориентировочная норма – 7-10 минут</i>			
4. Число использованных учителем видов преподавания (словесный; наглядный; аудиовизуальный; самостоятельная работа др.) <i>Норма – не менее трёх за урок.</i>			
5. Чередование видов преподавания не позже чем через 10-15 минут.			
6. Использование методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся, которые позволяют им реально превратиться из «потребителей знаний» в субъектов деятельности по их получению и созиданию: метод свободного выбора (свободная беседа, выбор действия, его способа, выбор приёмов взаимодействия, свобода творчества и т.д.); активные методы (ученики в роли учителя, обучение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар, ученик как исследователь и др.); методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки) и др.			

7. Длительность применения технических средств обучения в соответствии с гигиеническими нормами. (Норма – 8-10 минут)			
8. Умение учителя использовать возможности показа видеоматериалов для инициирования дискуссии, обсуждения, привития интереса к познавательным программам, то есть для взаимосвязанного решения как учебных, так и воспитательных задач.			
9. Позы учащихся и их чередование в зависимости от характера выполняемой работы.			
10. Физкультминутки и физкультпаузы, которые сегодня являются обязательной составной частью урока. Норма – на 15-20 минут урока по 1 минуте из 3-х лёгких упражнений с 3-4 повторениями каждого. Необходимо обратить внимание на их содержание и продолжительность, а также на эмоциональный климат во время выполнения упражнений и наличие у школьников желания их выполнять.			
11. Положительной оценки заслуживает включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни: (формирование отношения к человеку и его здоровью как к ценности; выработка понимания сущности здорового образа жизни: выработка индивидуального способа безопасного поведения, обсуждения разных возможностей и последствий выбора того или иного поведения). Умение учителя выделить и подчеркнуть в большинстве тем вопросы, связанные со здоровьем, является одним из критериев его педагогического профессионализма			
12. Наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке (интерес к занятиям; стремление больше узнать; радость от активности; интерес к изучаемому материалу).			
13. Благоприятный психологический климат на уроке, который также служит одним из показателей успешности его проведения (заряд позитивных эмоций, полученных школьниками и самим учителем, <u>и наоборот</u> , наличие стрессов, хроническое психофизическое напряжение, продуцирование отрицательных эмоций проявления как со стороны учителя, так и учеников).			
14. Наличие на таком уроке микроконфликтов между учителем и учащимися (из-за нарушений дисциплины; несогласия с отметкой; проявление дискомфортных состояний). Умение учителя предупредить такие эмоционально-негативные «всполохи», грамотно их нейтрализовать без нарушения работы			

всего класса – отражение его способности управлять учебным процессом, обеспечивая профилактику «школьных неврозов».			
15. Преобладающее выражение лица учителя. Урок неполноценен, если на нём не было эмоционально-смысловых разрядок: улыбок, уместных остроумных шуток, использования юмористических картинок, поговорок, афоризмов с комментариями. небольших стихотворений, музыкальных минуток и т.п.			
16. Итоговая плотность урока, __т.е. количество времени, затраченного школьниками непосредственно на учебную работу. Рекомендуемые показатели в диапазоне от 60% до 80%			
17. Момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности. <i>Норма – не ранее чем за 5-10 минут до окончания урока</i>			
18. Темп и особенности окончания урока. К нежелательным показателям относятся: (неоправданно быстрый темп заключительной части, её «скомканность»; отсутствие времени на вопросы учащихся; необходимость торопливой, практически без комментариев, записи домашнего задания). Недопустима задержка учащихся в классе после звонка на перемену. Желательно, чтобы завершение урока было спокойным: учащиеся имели возможность задать учителю вопросы, учитель мог прокомментировать задание на дом, попрощаться со школьниками.			
19. Интегральным показателем эффективности проведённого занятия можно считать состояние и вид учеников, выходящих с урока (на одном полюсе – спокойно-деловое, удовлетворённое, умеренно-возбуждённое состояние школьников; на другом – утомлённое, растерянное, агрессивное, «взвинченное»). Стоит обратить внимание и на состояние учителя.			

Оценка уровня реализации урока с позиций здоровьесбережения:

высокий – от 38 до 27 баллов

средний – от 26 до 19 баллов

низкий – менее 19 баллов