

Здоровьесберегающи е



технологии на уроках
внеурочное время

«Медик лечит тело,

а душа – это работа педагога.

Будущее в руках педагога».





Статистика:

- Умирает очень много детей сразу после рождения;
- В России каждые **16** минут умирает новорожденный ребенок;
- **200** детей из **1000** имеют врожденные заболевания;
- **22** миллиона человек заражено гельминтами. **80%** - дети;
- Очень много людей больных анемией;
- **20%** призывников имеют нормальный гемоглобин;
- Возрастает число отравлений и самоубийц. ...

Мы опираемся в выборе действия на Концепцию Модернизации российского образования



«Развивающемуся обществу нужны современно образованные, нравственные, предприимчивые люди, которые могут самостоятельно принимать решения в ситуации выбора, отличаются мобильностью, динамизмом, конструктивностью, готовы межкультурному взаимодействию, обладают чувством ответственности за судьбу страны, за ее социально-экономическое процветание».

(из Концепции Модернизации российского образования)

**России нужна здоровая нация... Здоровая физически,
духовно, нравственно.**

Показатели Института возрастной физиологии:



У многих детей времени, свободного от школы и школьных занятий, практически нет. Их рабочий день, особенно в старших классах, намного превышает продолжительность рабочего дня взрослых и составляет 12-14 часов.

Критерии урока здоровьесберегающей направленности

Урок осуществляется в условиях комфортности:

А) 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 видеозеркальных средств обучения с учетом гигиенических правил.

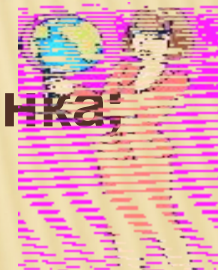


Критерии урока здоровьесберегающей направленности

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.



Здоровьесберегающие компоненты на уроке:

- **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);**



Здоровьесберегающие компоненты на уроке:

- Гармоничное сочетание обучения-воспитания-развития в учебной деятельности;
- 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! Стрессогенная ситуация



2

?

4

3

?

5

Три варианта оценивания (рефлексия):

1. Ученик (самооценка).

2. Ученик-ученик (взаимооценка).

3. Ученик-учитель (корректирующая оценка и договор о окончательную оценку).

2

?

4

5

5

?

3



Методические рекомендации по организации рефлексивной деятельности учащихся на уроке

При разработке программ учебных курсов и составлении конспектов блока уроков и отдельных занятий рекомендуется:

1. Каждый урок рассматривается в системе, блоке уроков, тогда выстраивается цепочка целей урока, прослеживается динамика развития умений учащихся: умения анализа и оценки, которые должны переходить в умения самооценки и взаимоанализа.
2. В структуре урока выделять этапы, на которых ребенок может поучаствовать в анализе, взаимоанализе и самоанализе.
3. Чтобы анализ и самоанализ были успешными, необходимо каждый раз определять для детей критерии, по которым будет оцениваться их деятельность на уроке. Критерии могут быть написаны на карточках и представлены детям.

Методические рекомендации по организации рефлексивной деятельности учащихся на уроке

4. Доводить до сведения детей и их родителей умения и знания, которые должны усвоить учащиеся по каждому предмету в каждой четверти и за год.
5. Успешность освоения программы оценивать не по отметкам, а по продвижению каждого в том или ином виде деятельности. Этому способствуют такие средства, как выставки работ, творческие папки, характеристики, в которых отмечаются положительные изменения, карточка «Мои достижения».
6. Стимулировать развитие у учащихся умений самоанализа и самооценки, используя такие средства, как сочинение «Мои достижения», «Письмо в будущее», игру «Машина времени»(дети пишут себе письмо в будущее, отмечая, чему они хотят научиться делать, что хотят узнать, что будут уметь через год, через два года, пять лет).

В ходе занятия с целью развития рефлексивных умений учащихся рекомендуется:



- 1. В начале урока называть основные цели урока (сформулированные диагностично, через конкретное перечисление тех знаний и умений, которые учащиеся должны усвоить).**
- 2. На одном из этапов урока предлагать учащимся проанализировать свою работу и обменяться с соседом по парте мнениями о тех знаниях и умениях, которые они усвоили или проявили в ходе выполнения определенного вида деятельности, знания, упражнения.**
- 3. При комментировании отметок за выполненные задания называть те знания и умения, которые усвоили или проявил ученик.**
- 4. В конце урока необходимо подводить итоги, вовлекая детей в самоанализ, в ходе которого они говорят, чему они научились, какие умения проявили. Сначала анализ проводится в парах, затем один из учеников анализирует результаты урока перед всем классом (на каждом уроке анализ делает другой ученик)**

В ходе занятия с целью развития рефлексивных умений учащихся рекомендуется:



- 5. Чаще использовать методы взаимной проверки домашнего задания (при этом учитель на доске записывает те критерии, по которым учащиеся анализируют выполненную работу, ученики отметки друг другу могут не выставлять).**
- 6. Чаще использовать метод анализа учащимися ответов одноклассников у доски (отмечаются положительные стороны ответа и недочеты, путь их исправления)**
- 7. Вовлекать в анализ и самоанализ, используя такие средства ,как рецензии на доклады, сочинения одноклассников, на свои доклады и сочинения.**
- 8. Чаще использовать метод коллективного анализа и оценки организационных и проведенных дел во внеклассной работе.**

В ходе занятия с целью развития рефлексивных умений учащихся рекомендуется:



9. Регулярно использовать метод анализа прожитых детским коллективом недели (в младших классах), месяца (в старших классах), который осуществляется через такие приемы, как работа в микрогруппах, «разговор в кругу», «разговор у свечи».

10. Чаще использовать методику кооперативного обучения, коллективной познавательной деятельности, проблемного обучения, метод коллективных групповых проектов, формы ценностно-ориентированной деятельности, которые включают как естественный элемент коллективный и индивидуальный анализ и оценку осуществленной деятельности, взаимонализ и самооценку, самоанализ и самооценку.

Примерный перечень тем здоровья в рамках предмета «Общая биология», содержащий материал по проблемам ЗОЖ, репродуктивного здоровья

№	Название темы	Вопросы ЗОЖ, которые могут быть включены в содержание
1	Клетка	<ul style="list-style-type: none"><li data-bbox="540 399 1178 442">□ Волшебные свойства воды.<li data-bbox="540 456 1777 571">□ Болезни которые могут передаваться. Профилактика СПИДа.<li data-bbox="540 585 1777 799">□ Основные жизнеобеспечивающие компоненты пищи: белки - строительный материал человека. Углеводы – поставщики энергии. Жиры в питании человека. Витамины. Вода и минеральные соли.
2	Организм	<ul style="list-style-type: none"><li data-bbox="540 835 1159 878">□ Репродуктивное здоровье.<li data-bbox="540 899 1680 999">□ Угроза влияния курения, алкоголя, наркотических веществ.<li data-bbox="540 1021 1777 1071">□ Что такое старение? Можно ли продлить молодость?
3	Экосистемы	<ul style="list-style-type: none"><li data-bbox="540 1163 1197 1206">□ Среда обитания и здоровье.<li data-bbox="540 1228 1758 1278">□ Стресс, «болезни адаптации» и их предупреждение.

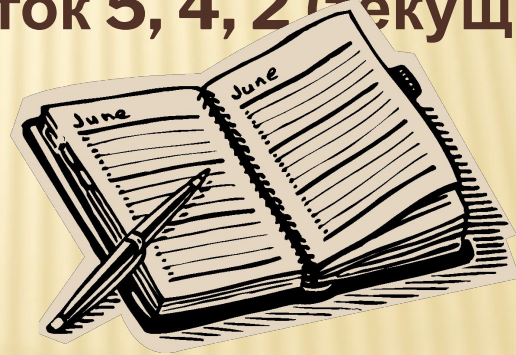
Примерный перечень тем здоровья в рамках предмета «Биология» 7 класс, содержащий материал по проблемам ЗОЖ, репродуктивного здоровья

№	Название темы	Вопросы ЗОЖ, которые могут быть включены в содержание
1	Простейшие	<ul style="list-style-type: none">□ Профилактика болезней «грязных рук».□ Профилактика болезней, вызываемых простейшими.
2	Черви	<ul style="list-style-type: none">□ Профилактика гельминтозов.
3	Рыбы	<ul style="list-style-type: none">□ Правила приготовления рыбных блюд.

**Место учащегося в рейтинге
знаний:**

$$2 (n_5) + n_4 - n_2,$$

где n – количество отметок 5, 4, 2 (текущих)



**Спасибо
за
внимание!**