**Способы предупреждения перегрузки учащихся**

***Предупредить перегрузку- это значит,***

 ***прежде всего, добиться, чтобы***

 ***основной учебный материал***

***был усвоен и закреплен***

 ***учащимися на уроке.***

**Во избежание перегрузки учащихся рекомендуется**:

1. Избегать расширения и усложнения учебного материала;

Уровень познавательных возможностей и математической подготовки учащихся определяется на основе диагностики психолого- педагогических особенностей и учитывается при отборе дидактического обеспечения рабочей образовательной программы, а также методики преподавания предметов образовательной области «Математика». Государственная ( итоговая) аттестация учащихся надомного отделения по математике за курс основной школы проводится в щадящем режиме с использованием «Сборника заданий для проведения письменного экзамена по алгебре за курс основной школы» авторов Л.В.Кузнецовой, Е.А.Бунимович и др.

1. Уделять больше внимания организации учебного процесса:

**а)** рационально распределять содержание учебного материала с учетом конкретных условий работы учителя, совершенствовать методику урока;

**б)** выделять значительную часть времени для закрепления материала, разобранного на самом уроке, с использованием самостоятельных работ;

**в)** планировать в определенной системе домашние задания с учетом индивидуального ( дифференцированного) подхода к учащимся.

При индивидуальном обучении учителю легче составить домашнее задание для ученика исходя из его интересов и особенностей. Однако учитель должен руководствоваться основными принципами:

- сообразность заданий выбранному учащимися учебному маршруту, каждое домашнее задание должно анализироваться и строиться с учетом его места в учебном процессе.

-взаимосвязь с материалом, изучаемым на уроке. Основную часть домашнего задания непременно должны составлять упражнения, позволяющие отработать и закрепить изученный на уроке материал. Обсуждение домашнего задания, его проверка, ответы на вопросы учащихся по нему- неотъемлимая часть урока.

-учет индивидуальных особенностей учащегося;

-сбалансированность домашнего задания по сложности и посильности;

-разнообразность типов упражнений, включаемых в домашние задания.

 **3.** Постоянно вырабатывать у учащихся общеучебные умения: организация и

 планирование работы, методика работы с учебником ( книгой), умение выделять

 главное, составлять план.

Здоровье учащихся рассматривается в единстве следующих аспектов:

- соматическое (физиологическое) состояние;

-психологическое самочувствие (эмоции, настроение и т.д.);

- социальное благополучие ( общение, работа на уроке и др.);

- нравственный уровень ( ценности, принципы, установки);

- интеллектуальное развитие ( мышление, уровень развития речи и памяти,

 творческие способности и т.д.)

Почему здоровьем школьников необходимо заниматься и на уроках?

1. Значительное время в течение дня учащиеся проводят именно в учебном процессе

( обучение на дому- с учителем).

Обучение охватывает период активного формирования личности ребенка и развития его организма.

1. При регулярном наблюдении за состоянием здоровья ребенка на уроке учитель может своевременно отреагировать на возникновение и проявления явных симптомов болезней учащихся.
2. Интеграция усилий педагогов, родителей и медицинских работников расширяет возможности профилактики заболеваний школьников.

При индивидуальном обучении школьников на дому учитель может участвовать в процессе выявления учащихся адекватно переносящих нагрузки и учащихся, требующих дополнительного внимания и скорректированного маршрута обучения( конечно в рамках школьной образовательной программы).При проявлениях признаков дезадаптации у ребенка привлекаются медицинские работники, предлагаются меры воздействия, улучшаются образовательные технологии и создается действительно сберегающая здоровье среда для ребенка. В целом взаимодействие педагогов, родителей и медицинских работников носит интегративный характер, консолидирует усилия всех участников образовательного процесса для достижения целей сбережения и созидания здоровья.