**Смена видов деятельности на уроке как элемент здоровьесберегающей технологии**

Одной из важных проблем для педагога на современном уроке является поддержание высокого уровня работоспособности учащихся. На каждом уроке необходимо обеспечить познавательную активность, интерес учащихся, занятость и увлеченность работой, доступность объяснения. Этого можно достичь через правильную организацию урока: с помощью смены различных видов деятельности.

**Смена видов деятельности** – это прием, который заключается в целесообразном чередовании учителем в ходе урока различных видов деятельности детей с целью снижения усталости, утомления, а также повышения интереса учащихся.

Такая организация урока является неотъемлемым элементом здоровьесберегающей технологии.

Согласно нормам СанПиН (2.4.2.2821-10), на современном уроке обязательно должны соблюдаться следующие требования по организации учебного процесса:

10.17. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках следует проводить физкультминутки и гимнастику для глаз.

10.18. Необходимо чередовать во время урока различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности обучающихся (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.п.) в 1 - 4 классах не должна превышать 7-10 минут, в 5 - 11 классах - 10-15 минут.

Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения устанавливается согласно таблице 5.

Таблица 5

**Продолжительность непрерывного применения технических средств обучения на уроках**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Классы | Непрерывная длительность (мин.) не более | | | | | |
| Просмотр статистических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения | Просмотр телепередач | Просмотр динамических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения | Работа с изображением на индивидуальном мониторе компьютера и клавиатурой | Прослушиваемые аудиозаписи | Прослуши-вание аудиозаписи в наушниках |
| 1 - 2 | 10 | 15 | 15 | 15 | 20 | 10 |
| 3 - 4 | 15 | 20 | 20 | 15 | 20 | 15 |
| 5 - 7 | 20 | 25 | 25 | 20 | 25 | 20 |
| 8 - 11 | 25 | 30 | 30 | 25 | 25 | 25 |

После использования технических средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, необходимо проводить комплекс упражнений для профилактики утомления глаз, а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления.

**Основные гигиенические критерии рациональной организации урока**

**(по Н.К. Смирнову)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Факторы урока** | **Уровни гигиенической рациональности урока** | | |
| **Рациональный** | **Недостаточно рациональный** | **Нерациональный** |
| Плотность урока | Не менее 60% и  не более 75-80% | 85-90% | Более 90% |
| Число видов учебной деятельности | 4-7 | 2-3 | 1-2 |
| Средняя продолжительность различных видов учебной деятельности | Не более 10 минут | 11-15 минут | Боле 15 минут |
| Частота чередования различных видов учебной деятельности | Смена не позже чем через 7-10 минут | Смена через 11-15 минут | Смена через 15-20 минут |
| Число видов преподавания | Не менее 3 | 2 | 1 |
| Чередование видов преподавания | Не позже чем через 10-15 мин. | Через 15-20 минут | Не чередуются |
| Наличие эмоциональных разрядок (число) | 2-3 | 1 | Нет |
| Место и длительность применения ТСО | В соответствии с гигиеническими нормами | С частичным соблюдением гигиенических норм | В произвольной форме |
| Чередование позы | Поза чередуется в соответствии с видом работы.  Учитель наблюдает за посадкой учащихся | Имеются случаи несоответствия позы виду работы.  Учитель иногда контролирует посадку учащихся. | Частые несоответствия позы виду работы.  Поза не контролируется учителем. |
| Физкультминутки | Две за урок, состоящие из 3 лёгких упражнений, по 3-5 повторений каждого | 1 физкультминутка за урок, с недостаточной продолжительностью | Отсутствуют |
| Психологический климат | Преобладают положительные эмоции | Имеются случаи отрицательных эмоций. Урок, эмоционально индифферентный | Преобладают отрицательные эмоции |
| Момент наступления утомления учащихся  (по снижению учебной активности) | Не ранее чем через 40 минут | Не ранее чем через 35-37 минут | Менее чем через 30 минут |

Таким образом, на каждом уроке необходимо использовать хотя бы 4 разных вида деятельности.

На уроках русского языка и литературы нужно чередовать различные виды речевой деятельности: слушание, говорение, чтение, письмо; использовать приемы стимулирования интереса (создание ситуации занимательности, эмоционального переживания); менять формы организации учебного процесса (фронтальная, индивидуальная, групповая).

Некоторые виды деятельности и формы работы на уроках русского языка и литературы

1. Рассказ учителя, лекция.
2. Лекция с презентацией (задействован зрительный и слуховой канал).
3. Опрос по цепочке.
4. Проговаривание правил хором вслух.
5. Воспроизведение материала (выполнение упражнений) по образцу.
6. Словарная работа (толкование слов, составление словарных статей, этимологический комментарий и т.д.).
7. Работа по карточкам.
8. Анализ текста.
9. Составление характеристики героя.
10. Чтение (выразительное, наизусть).
11. Пересказ.
12. Решение лингвистических загадок.
13. Работа с ресурсами интернет.
14. Работа с электронными учебниками и тренажерами.
15. Тестирование онлайн.
16. Работа со словарями.
17. Стихосложение.
18. Создание текстов (устно и письменно).
19. Инсценирование.
20. Лингвистические и литературные разминки.
21. Виртуальные экскурсии.
22. «Предметная» деятельность (динамические пособия, сигнальные карточки, магнитные буквы).

Многие педагоги и методисты для облегчения процесса подготовки к уроку предлагают создавать «конструкторы урока» (все имеющиеся в арсенале учителя виды и приемы работы надо распределить по этапам урока и затем выбирать).

Пример такого конструктора ([Сафаргалиева Г](http://festival.1september.ru/authors/103-054-123).А. Приемы педагогической техники на уроках русского языка и литературы / <http://festival.1september.ru/articles/517423>)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этапы урока** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **….** |
| Начало урока | Простой опрос по базовым вопросам | “Да –нет” | **Фантастическая добавка** | Взаимоопрос | Театрализация | Обсуждение выполнения домашнего задания |
| Объяснение нового материала | Привлекательная цель | Удивляй! | Практичность теории | Доклад | Проблемный диалог | Лови ошибку! |
| Закрепление, тренировка, отработка умений | Лови ошибку! | Пресс – конференция | Игра – тренинг | Взаимоопрос |  | Деловая игра “Компетентность” |
| Повторение | Своя опора | Повторяем с контролем | Свои примеры | Пересечение тем | Игра в случайность | Показательный ответ |
| Контроль | “Светофор” | Опрос по цепочке | Программируемый опрос | Обычная контрольная работа | Выборочный контроль | Блиц - контрольная |
| Домашнее задание | Задание массивом | Три уровня домашнего задания | Необычность обычного | Творчество работает на будущее | Индивидуальное задание |  |
| Конец урока | Опрос - итог | Отсроченная отгадка | Роль “подводящий итог” |  | Роль “Психолог” |  |

Примерный план урока литературы с чередованием видов деятельности учащихся.

Урок литературы в 7 классе.

**Тема: А.П. Чехов. «Толстый и тонкий».**

Тип урока: урок анализа литературного произведения.

|  |  |
| --- | --- |
| **Этап урока** | **Виды деятельности** |
| **Организационный** | **Литературная разминка.** Учащиеся вспоминают названия рассказов Чехова, изученных ранее, с помощью кроссворда (фронтальная работа, создание ситуации занимательности). |
| **Проверка д.з.**  **Актуализация знаний.** | **Слово о писателе.** Фронтальная беседа, чтение подготовленных дома вопросов по статье, фактов биографии. |
| **Повторение литературных терминов.** Фронтальная беседа чередуется с показом слайдов. |
| **Постановка цели и задач.** | **Формулирование цели урока**. Устные высказывания, запись темы в тетрадь. |
| **Анализ произведения:**   * актуализация знаний; * изучение нового; * первичное закрепление. | **Вспоминаем прочитанное**.  Кроссворд “Угадай фамилии чеховских героев”.  Частичный пересказ по вопросам учителя.  Чтение по ролям.  Устные ответы по теории литературы.  **Рассказ учителя о художественной детали** (новый термин) с демонстрацией слайдов. Запись в тетрадь.  **Анализ художественных средств**, использованных в рассказе. Групповая работа (каждая группа работает с одним худ. средством, затем устно рассказывает классу). |
| **Контроль усвоения знаний и коррекция.** | **Формулирование выводов. (**Какие приемы использует Чехов для создания комического эффекта?Какой порок высмеивает?) Устная работа.  **Создание текста.** Самостоятельный письменный ответ. 3 уровня задания. |
| **Домашнее задание.** | **Объяснение учителя.** |