

## В ПОМОЩЬ ПЕДАГОГУ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Подготовила методист МБУ ДО «ДДТ» Ёлкина Е.А.

### Анализ учебного занятия с позиции здоровьесбережения

**1. Гигиенические условия** в учебном кабинете: чистота, температура и свежесть воздуха, освещение, наличие/отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей и т.п.

**2. Количество видов учебной деятельности:** рассказ, рассматривание наглядных пособий, ответы на вопросы, выполнение практической работы и т.п. Однообразие занятия способствует утомлению обучающихся. Вместе с тем необходимо помнить, что частые смены одной деятельности на другую требуют от обучающихся дополнительных адаптационных усилий, что также способствует росту утомляемости.

**3. Наличие и выбор места на занятии методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения самих обучающихся.**

К таким методам относятся:

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

**4. Место и длительность применения технических средств обучения** (в соответствии с гигиеническими нормами), умение педагога использовать их в процессе объяснения нового материала или как возможность инициировать обсуждение по теме занятия и т.д.

**5. Позы обучающихся и их чередование** в зависимости от характера выполняемой работы.

Степень естественности позы детей на занятии служит хорошим индикатором психологического воздействия педагога, степени его авторитаризма. Дети на занятиях авторитарного педагога избыточно напряжены, они как бы постоянно находятся «на старте», в ожидании требований, упреков, приказов, окриков. Эта изматывающая ситуация не только резко повышает уровень невротизации обучающихся, но и губительно отражается на их характере. Поэтому психофизический комфорт обучающихся на занятии – это важнейшее условие предупреждения их утомления.

**6. Наличие, место, содержание и продолжительность оздоровительных моментов на занятии:** физкультминутки, динамические паузы, минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек.

Норма – на 15-20 минут учебного занятия по одной минуте из трех легких упражнений с 3-4 повторами каждого, а также наличие эмоционального климата во время выполнения упражнений и желания у детей.

**7. Наличие в содержательной части учебного занятия вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни:** формирование у обучающихся отношения к своему здоровью, как к ценности, выработка понимания сущности здорового образа жизни, формирование потребности в здоровом образе жизни, выработка индивидуального

способа безопасного поведения, сообщение обучающимся знаний о возможных последствиях выбора поведения и т.д.

Умение педагога выделить и подчеркнуть в большинстве учебных тем вопросы, связанные со здоровьем, является одним из критериев его педагогического профессионализма.

**8. Наличие мотивации к учебной деятельности.** Внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный момент и т.п. Стимуляция внутренней мотивации: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу и т.п.

**9. Психологический климат на занятии.** Взаимоотношения на занятии:

- между педагогом и обучающимися: комфорт/напряжение, сотрудничество/авторитарность, индивидуальные/фронтальные, учет возрастных особенностей: достаточный/недостаточный;
- между обучающимися: сотрудничество/соперничество, дружелюбие/враждебность, заинтересованность/безразличие, активность/пассивность.

**10. Наличие эмоциональных разрядок:** шутка, улыбка, юмористическая или поучительная картинка, поговорка, известное высказывание (афоризм) с комментариями, небольшое стихотворение, музыкальная минутка и т.п.

**11. Плотность занятия,** то есть количество времени, затраченного обучающимися на учебную работу. Норма - не менее 60% и не более 75-80%.

**12. Момент наступления утомления обучающихся и снижения их учебной активности.** Определяется в ходе наблюдения за возрастанием двигательных и пассивных отвлечений детей в процессе учебной работы. Норма - не ранее, чем за 5-10 минут до окончания занятия.

**13. Темп и особенности окончания занятия.** К показателям относятся:

- быстрый темп, «скомканность», нет времени на рефлексию обучающихся, быстрое, практически без комментариев, записывание домашнего задания (если оно есть), отсутствие подведения итогов;
  - спокойное завершение занятия, обучающиеся имеют возможность задать педагогу вопросы, отрефлексировать, педагог и дети прощаются;
  - задерживать обучающихся более 45 минут недопустимо.
- Желательно, чтобы завершение занятия было спокойным.

**14. Состояние и вид обучающихся, выходящих с занятия.** На одном полюсе – спокойно-деловое, удовлетворенное, умеренно-возбужденное состояние, на другом – утомленное, растерянное, безразличное, агрессивное, «взвинченное».