

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 мин.	11 — 15 мин.	Более 15 мин.
Частота чередования различных видов учебной деятельности	Смена не позже чем через 7-10 мин.	Смена через 11-15 мин.	Смена через 15—20 мин.
Число видов преподавания	Не менее 3	2	1

Чередование видов преподавания	Не позже чем через 10-15 мин.	Через 15—20 мин	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 легких 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 мин.	Не ранее чем через 35-37 мин.	Менее чем через 30 мин.

Можно предположить, что при выполнении описанных выше рекомендаций, урок будет соответствовать условиям здоровьесберегающей педагогики.

Анализ и самоанализ урока

Анализ и самоанализ урока должен быть направлен на сопоставление образовательных, воспитательных, развивающих и здоровьесберегающих целей урока с достигнутыми результатами.

Цель анализа заключается в выявлении методов и приемов организации деятельности учителя и учащихся на уроке. Наиболее распространенными типами анализа являются полный, краткий и комплексный. Полный анализ проводится с целью изучения и разбора всех аспектов урока, а при кратком анализе выявляется достижение основных целей и задач урока.

В схему анализа урока вносятся следующие положения:

1. Школа, класс, предмет, фамилия учителя, количество учащихся по списку, из них присутствует на уроке.

2. Тема урока, образовательные, развивающие, воспитательные, здоровьесберегающие цели и задачи урока.

3. Организационное начало урока:

- а) готовность учителя к уроку - наличие конспекта или подробного плана урока, наглядных пособий;
- б) подготовленность учащихся - дежурные, наличие тетрадей, учебников, пособий;
- в) подготовленность классного помещения — соблюдение санитарно-гигиенических требований к уроку, к помещению, к присутствующим.

4. Организационная структура урока:

- а) начало урока;
- б) последовательность, взаимосвязь и соотношение частей урока;
- в) плотность, насыщенность урока и темп его проведения и т.д.

5. Анализ содержания учебного материала урока:

- а) обоснование учителем избранной последовательности реализации учебного материала на уроке;
- б) соответствие программе и уровню знаний учащихся по предмету;
- в) соотношение практического и теоретического материала;
- г) связь с жизнью и практикой.

6. Общепедагогические и дидактические требования к уроку:

- а) цель урока и соответствие плана и конспекта урока поставленной цели;
- б) обоснование выбора и методов обучения;
- в) пути реализации дидактических и специфических принципов в обучении;
- г) индивидуализация и дифференциация в обучении;
- д) взаимосвязь образовательных, развивающих, воспитательных и здоровьесберегающих аспектов урока.

7. Деятельность учителя:

- А) научность и доступность изложения новых знаний;
- б) организация закрепления учебного материала;
- в) организация самостоятельной работы учащихся;
- г) проверка и оценка знаний и умений учащихся;
- д) своевременное проведение физкультминуток и физкультпауз;
- е) наличие активных форм и методов работы на уроке;
- ж) вопросы учителя и требования к ответам учащихся;
- з) отношение учителя к сознательному усвоению учащимися учебного материала;
- и) пути достижения порядка и сознательной дисциплины учащихся;
- к) эффективность использования наглядных пособий, технических средств обучения;
- л) стиль общения с учащимися, интонации голоса;
- м) контакт учителя с классом и т. д.

8. Деятельность учащихся:

- а) подготовка рабочего места;
- б) поведение учащихся на уроке (дисциплина, прилежание, активность, внимание, умение переключаться с одного вида работы на другой и т. д.);
- в) состояние их устной и письменной речи;
- г) умение применять полученные знания;
- д) отношение учащихся к учителю;
- е) степень и характер участия в работе на уроке коллектива в целом и отдельных учащихся;
- ж) работоспособность в течение урока;
- з) проявление признаков переутомления и т. д.

9. Выводы:

- А) выполнение плана урока;

- б) достижение целей урока;
- в) влияние на состояние физического и психического здоровья учащихся на уроке;
- г) какие изменения целесообразно внести при повторном проведении урока на эту же тему;

При взаимопосещениях, при самоанализе уроков возможны следующие варианты вопросов:

- Какие образовательные, развивающие, воспитательные и здоровьесберегающие цели достигались на уроке?
- Какие из них были главными и почему? В чем их взаимосвязь?
- Какова специфика урока? Каков его тип? Каково место урока в разделе, теме, курсе?
- Как учитывались индивидуальные особенности учащихся при планировании урока?
- Рациональна ли выбранная структура урока и распределение времени на отдельных этапах урока с учетом особенностей учащихся?
- На каком этапе урока делается главный акцент?
- Каково обоснование выбора методов обучения и их сочетания?
- Как отбирались для урока формы обучения?
- Почему был необходим дифференцированный подход к обучению на уроке? Как он был реализован?
- Чем обоснованы выбранные формы проверки и контроля знаний, учащихся?
- За счет чего обеспечивалась работоспособность учащихся в течение всего урока?
- Каким образом предупреждались перегрузки учащихся?
- Как проявлялась забота учителя о здоровье учащихся на уроке?
- Какие методы здоровьесберегающей педагогики были использованы?
- Достигнуты ли поставленные цели и почему? Какие изменения необходимы при подготовке и проведении такого урока? И т. д.

Постановка вопросов должна предостеречь от поверхностных оценок урока, сводящихся к общим голословным утверждениям: «мне понравился урок» — «мне не понравился урок» и т. д. **Конечная цель анализа и самоанализа** — способствовать совершенствованию методики конструирования уроков, стремлению создать на них оптимальные условия для обучения, воспитания, развития учащихся в условиях здоровьесберегающей педагогики.