**РАСПРАЦОЎКА ФАКУЛЬТАТЫЎНЫХ ЗАНЯТКАЎ**

**Факультатыўныя заняткі “Вучыся вучыцца”**

 **5 класе**

**Тэма “Арганізацыя рабочага месца”**

**Тэма “Арганізацыя рабочага месца”.**

**Мэты і задачы:**

* пазнаёміць вучняў з асноўнымі правіламі арганізацыі рабочага месца школьніка; фарміраваць здольнасці арганізоўваць сваё рабочае месца;
* садзейнічаць развіццю лагічнага мыслення, развіваць маўленне вучняў праз адказы на пытанні;
* матываваць да захавання здароўя, ажыццяўляць прафілактыку парушэння паставы і зроку.

**Чакаемы вынік:** прымяненне атрыманых ведаў у працэсе вучобы і паўсядзённым жыцці.

**Метад навучання:** часткова-пашуковы.

**Ход заняткаў**

**1. Арганізацыйны момант, мэтанакіраванне, планаванне дзейнасці.**

- Уявіце сабе карціну: ясны сонечны дзень. Каля шырокага галінастага дрэва размясціўся дом *(малюнак мурашніка)*, каля якога дзелавіта ходзяць яго жыхары – яны заняты яго добраўпарадкаваннем і забеспячэннем усім неабходным. Кожны жыхар гэтага дома выконвае сваю работу: будуе, корміць, прыбірае, ахоўвае і г. д. Як вы лічыце, ці правільна арганізавана работа ў гэтым доме?

 - Як вы мяркуеце, ці правільна арганізавана ваша рабочае месца ў вас дома?

Такім чынам, тэма нашага занятку "Арганізацыя рабочагамесца". Вывучыўшы гэтую тэму, мы павінны зрабіць вывад, як правільна арганізаваць рабочае месца, каб забяспечыць высокую працаздольнасць і захаваць здароўе.

- А давайце ўспомнім, якія вы ведаеце прыказкі пра здароўе? (“У здаровым целе - здаровы дух”, “Чысціня - залог здароўя”, “Здароваму – усё здорава”, “Здаровы будзеш – усё дабудзеш” і г. д.).

**2. Паўтарэнне пройдзенага матэрыялу.**

а) Якое месца мы называем рабочым месцам школьніка? (адказы вучняў).

б) Работа з карткамі.

Заданне:

а) З пералічаных слоў, выбраць і падкрэсліць тыя словы, якія адносяцца да школьнай мэблі (канапа, стол, стул, крэсла, шафа, тэлевізар, тумбачка, кніжная полка, сервант, ложак, настольная лямпа, часопісны столік, пуфік, таршэр).

в) Як правільна падабраць стол па свайму росту? Стул? (крышка стала ў дзіцяці, якое сядзіць павінна быць на 2-3 см вышэй за локаць, на ўзроўні сонечнага спляцення; сядзенне стула– на ўзроўні каленнага сустава. Нельга, каб стул быў занадта глыбокім - ідэальная глыбіня стула, калі яна крыху меншая, чым адлегласць ад крыжа да каленаў дзіцяці)

г) Як правільна сядзець за сталом? (неабходна займаць ўсю паверхню стула, спіну трымаць прама, локці на стале, ногі на падлозе).

**3. Работа з новым матэрыялам.**

 Рабочае месца школьніка павінна быць камфортным, добра асветленым, шматфункцыянальным, зручным, каляровая гама павінна быць прыемнай для вачэй.

Разбяром асноўныя правілы арганізацыі рабочага месца школьніка.

*а) Парадак на рабочым стале школьніка.*

Заданне:

 - Дастаньце ўсе школьныя прыналежнасці на свой стол.

 - Навядзіце беспарадак.

 - Знайдзіце сшытак па матэматыцы, ручку.

Лёгка было выканаць гэта заданне? Чаму?

Зрабіце вывад:

- Школьныя прыналежнасці павінны ляжаць кожная на сваім месцы: на паліцы, у шкляначцы, шуфлядзе;

- На стале не павінна быць лішніх рэчаў;

- Кнігу, сшытак і ўсё іншае, з чым працуеш у дадзены момант, зручней пакласці перад сабой, пасярэдзіне;

- Усё іншае, што можа спатрэбіцца (лінейка, аловак, чыстая папера і іншае), трэба пакласці злева ад сябе;

- Усё, з чым працаваць ужо не прыйдзецца (чарнавікі, сшыткі з выкананымі заданнямі і інш.) можна складаць ў правым куце стала ці ўвогуле прыбраць са стала.

*б) Асвятленне на рабочым стале.*

Выключыць святло ў кабінеце.

Заданне:

- Запішыце ў сшытку дату, месяц, тэму занятку. Якія цяжкасці вы адчувалі пры выкананні гэтага задання? (не хапае асвятлення або усё добра)

 Зрабіце вывад:

 - Стол павінен стаяць бліжэй да акна, натуральнае асвятленне павінна быць злева.

 - На стале павінна стаяць настольная лямпа.

З якога боку павінна стаяць настольная лямпа, калі вучань «праўша», «ляўшун»?

Недастатковае асвятленне не толькі выклікае хуткае стомленне вачэй, але і зніжае ўзровень мазгавой актыўнасці. Аднак занадта яркае святло таксама спрыяе хуткаму стомленню, таму яго трэба абавязкова прыглушаць абажурам. Калі рабіць урокі ўвечары, адной настольнай лямпы мала. Не павінна быць рэзкага перападу асвятлення, таму неабходна ўключаць адначасова і верхняе святло, і настольную лямпу.

*в) Свежае паветра.*

Падчас разумовай працы прыток крыві да мозгу павялічваецца да 10 разоў і ўзрастае неабходнасць арганізму ў кіслародзе. Прысутнасць у паветры тытуневага дыму, непрыемных пахаў або залішняй колькасці вуглякіслага газу адмоўна адбіваецца на працаздольнасці. Што неабходна зрабіць, каб падчас навучальных заняткаў вы хутка не стамляліся? (Праветрыць пакой, клас перад пачаткам заняткаў, а затым праветрываць кожную гадзіну) Аптымальная тэмпература паветра ў пакоі – 18-200С, а ў зімовы час 20-220С.

*г) Цішыня. Рабочая атмасфера.*

 Заданне:

-Дастаньце сотавыя тэлефоны.

-Надзеньце навушнікі.

-Уключыце музыку.

-Слухайце заданне. Ці пачулі вы заданне?

Зрабіце вывад:

 - Нельга выконваць дамашняе заданне, седзячы побач з уключаным радыё, тэлевізарам, планшэтам і г. д. Шум або музыка, якія суправаджаюць школьніка падчас выканання урокаў, не толькі спрыяюць рассейванню ўвагі, але і выклікаюць галаўныя болі, раздражняльнасць, павышэнне ціску, змену сардэчнага рытму і зніжэнне вастрыні слыхавога ўспрымання. Таму, нават калі вам здаецца, што музыка дапамагае сканцэнтравацца, нельга выконваць дамашняе заданне, седзячы побач з уключаным плэерам або тэлевізарам.

1. **Фізкультхвіліка.**

Для пачатку мы з табой

Круцім толькі галавой. (Круцяць галавой)

Корпусам вільнём таксама.

Гэта лёгка зможам самі. (Паварочваюцца направа і налева.)

Напаследак пацягнёмся.

Уверх і ўбок прагнёмся. (Пацягваюцца ўверх і ўбакі.).

Ад размінкі падужэлі

І за парты дружна селі. (Садзяцца за парты)

**5. Замацаванне ведаў**.

а) Назавіце асноўныя правілы арганізацыі рабочага месца школьніка (апорныя словы: парадак, асвятленне, свежае паветра, цішыня – на дошцы).

б) Практыкаванне: З дапамогай магнітаў размесціце ілюстрацыі школьнай мэблі на дошцы так, каб атрымаўся малюнак рабочага месца школьніка па вывучаным правілам.

в) Работа з карткамі. Суаднясіце стрэлкамі адпаведныя словы ў калонках:

полка свежае паветра

стол асвятленне

лямпа падручнікі

фортка ўрокі

**6. Рэфлексія**

- Як вы папрацавалі?

- Ці разабраліся вы, як правільна арганізаваць рабочае месца?

- Ці будзеце выконваць гэтыя правілы?

Лабкович Іна Міхайлаўна,

настаўнік беларускай мовы,

першая катэгорыя



202145

Мінская вобласць,

Слуцкі раён,

аг.Грэск, вул.Пралетарская 5

т.80179590286

 80179590504

[www.gresk.slutsk-vedy.gov.by](http://www.gresk.slutsk-vedy.gov.by)

