

Памятка учителю.

Неблагоприятные гигиенические условия в классе:

- нарушение температурного режима в помещении: неоптимальная температура в классе (слишком жарко или холодно);
- повышенная сухость воздуха, особенно в зимнее время при недостаточной вентиляции воздуха;
- неблагоприятный состав воздуха: снижение кислорода, накопление в воздухе веществ антропогенного характера (выделения тела человека) – то, что называют плохо проветренным помещением;
- воздействие посторонних шумов (лампы дневного освещения);
- недостаток освещения (слабое, тусклое, неравномерное);
- физический дискомфорт: от неудобного положения тела, от длительно фиксируемой позы (несоответствие размера мебели и роста, отсутствие физминутки), при авторитарной педагогической тактике педагога, когда дети боятся пошевелиться.

Учащиеся чаще утомляются при длительном ограничении двигательной активности, однообразной, монотонной деятельности, даже легкой.

Совет ветеранов.