Закирова Татьяна Ивановна

МБОУ ДОД ДЮЦ "УГОЛЁК" г. Новокузнецк,

Кемеровская область.

Педагог дополнительного образования по английскому языку

**«Здоровьесберегающие технологии**

**на уроках английского языка».**

**Уровни образования:**основное общее образование

**Классы:**2 класс**,** 3 класс**,** 4 класси5 класс

**Предмет:** Английский язык

**Целевая аудитория:** Учитель (преподаватель, педагог) английского языка

**Тип ресурса:**методическая разработка

Так как данная тема моей статьи «Здоровье сбережение», затрагивает не только учеников но и учителей, то и я постаралась сделать свою статью  максимально полезной, неутомительной  и интересной. Я надеюсь, что мои практические советы пригодятся не только учителям иностранного языка, но и всем предметникам.

В наши дни проблема здоровья школьников стала приоритетной, т.к. (по данным исследований психологов) более 60 % учащихся постоянно или часто испытывают учебный стресс, что приводит к ухудшению показателей психического и физического здоровья учащихся; снижается успеваемость, усиливается состояние тревожности. Поэтому ухудшение здоровья детей школьного возраста в России стало не только медицинской, но и серьезной педагогической проблемой. Исходя из актуальности проблемы я и заинтересовалась темой  “Здоровьесберегающие  технологии на уроках английского языка».

Передо мной встали вопросы: Как сделать процесс обучения комфортным как для детей, так и для учителя? Как избежать стресса, утомления и падения интереса во время урока? Как повысить мотивацию учеников к изучению   английского языка?

До того, как я вплотную заинтересовалась проблемой здоровьесбережения школьников, я ошибочно полагала, что решением данного вопроса может стать только лишь проведение физминутки на уроке. Но как, оказалось, говорить об этой теме можно бесконечно.

Перегрузка учащихся на уроке, которая вызывает повышение уровня утомляемости, зависит не столько от количества, сколько от качества работы. Если процесс получения знаний интересен и мотивирован, то усвоение материала не создаст эффекта перегрузки. Перспективы поиска новых путей повышения двигательной активности школьников связаны с новыми подходами к организации учебного процесса с учетом динамической составляющей урока. Чтобы повысить динамическую составляющую необходимо внести изменения в традиционную структуру урока, совместить образовательный компонент с динамической нагрузкой на всех этапах учебного процесса.

На уроке необходима частая смена  видов активности, включение игровой деятельности, стимулирование творческого отношения к теме урока, наличие соревновательных моментов. Все это повышает умственную работоспособность, познавательную активность, мотивацию к изучению языка.

**Какие же приемы должен использовать учитель на уроке, чтобы сохранить и укрепить здоровье учащихся:**

* **положительный эмоциональный настрой на урок** (снимает страх, создает ситуацию успеха);
* **пальчиковая гимнастика** (снимает нервно-психическое напряжение, напряжение в руке и скованность, развивает мелкую моторику, что способствует развитию речи);
* **дыхательная гимнастика** (помогает повысить возбудимость коры больших полушарий мозга, активизировать детей);
* **физкультминутка, динамическая пауза** (снимают напряжение общей моторики);
* **смена видов деятельности** (разнообразие заданий: читаю, слушаю, говорю, думаю, рассуждаю, пишу и т.д., направленных на поддержание интереса и снятия повышенной утомляемости);
* **игра, игровые моменты** (преобладающая форма деятельности у младших школьников, через которую ребенок познает мир, учится анализировать, обобщать, сравнивать);
* **оптимальный темп ведения урока**;
* **подача материала наиболее доступным рациональным способом**(предполагает воздействие на все каналы);
* **нестандартное размещение ученических рабочих мест в классе;**
* **чередование горизонтальных** (работа за столом) **и вертикальных рабочих плоскостей;**
* **нетрадиционная система опроса;**
* **музыкальное сопровождение;**
* **групповой метод обучения.**

Немного подробнее я бы хотела остановиться на тех приемах, которые  я сама активно использую на своих уроках.

1. **Пальчиковая гимнастика и всевозможные**

**рифмовки с участием рук.**

Отечественные физиологи подтверждают связь развития рук с развитием мозга. В.М. Бехтерев в своих работах доказал, что простые движения рук помогают снять умственную усталость, улучшают произношение многих звуков, развивают речь ребенка. А известный педагог В.А Сухомлинский утверждал, что "ум ребенка находится на кончике пальцев”. Развитие мелкой моторики пальчиков полезно не только само по себе, в настоящее время много говорят о зависимости между точным движением пальцев рук и формированием речи ребенка. Слаженная и умелая работа пальчиков помогает развиваться речи и интеллекту, оказывает положительное воздействие на весь организм в целом.

Например,  во 2 классе в начале  урока мы с детьми поем песенку про наши пальчики, где один пальчик одной руки здоровается с пальчиком на другой руке и узнает как у него дела. Песня называется «Where is Thumbkin?»

Если на уроке ученикам предлагается объемное письменное задание, то после его выполнения мы с детьми проводим зарядку для рук, точнее для кистей рук «Clap your hands». Во время этой зарядки ученики непроизвольно запоминают такие глаголы английского языка как: хлопать, крутить, тереть, трясти, сгибать, сжимать.

Песня про маленьких индийских мальчиков помогает нам отрабатывать счет от 1 до 10 и обратно.

При изучении английских числительных мне на помощь тоже приходят рифмовки и стихи. «Японская машина» и зарядка «From 1 to 8».

**2.     Игровые моменты.**

Мои ученики уже успели полюбить двух заграничных гостей: мышонка Ника и корову Мэри. Дети уже знают, что Ник всегда все путает и забывает, а Мэри плохо слышит и все переспрашивает. Детей это приводит в восторг.

В 4 классе при изучении предлогов места, использую следующий прием: перед уроком прячу по всему классу конфеты и дети задавая вопросы с использованием лексики по теме классная комната и предлоги угадывают эти потайные места и забирают конфеты себе.

**3.     Мультисенсорный подход.**

Если говорить о здоровье школьников, нельзя обойти стороной такой вопрос как мультисенсорный подход при обучении различным видам речевой деятельности. Как известно, в зависимости от “ведущего” канала восприятия, учеников можно разделить на аудиалов, визуалов и кинестетов.

Я думаю, вы со мной согласитесь,  что самыми обделенными в этой ситуации оказываются кинестетики. Приведу несколько примеров, как им можно помочь:

1. при изучении букв, я предлагаю детям **наощупь**, держа руки за спиной, угадать букву (буквы вырезаны из бархатной бумаги). Для работы с алфавитом можно использовать **шерстяные нитки** разных цветов. Учащиеся слышат букву, видят ее, повторяют ее про себя и строят букву из ниточек.

Таким образом, задействуются все каналы восприятия учащихся. Детям – кинестетикам также понравится следующее задание: дети делятся на несколько команд и выстраиваются в колонны **лицом к доске**, и последний игрок каждой команды пишет рукой на спине впередистоящего букву, следующий игрок таким же образом передает эту буквы вперед и первый, стоящий у доски ученик записывает эту букву мелом на доске.

**4.Самооценивание и взаимооценка.**

На своих уроках я достаточно широко практикую самооценивание и взаимооценку.

Например, оцени свою работу на уроке:

Very well - очень хорошо;

Ok – нормально;

not well - не очень хорошо.

Практикую взаимопроверку тетрадей с короткими буквенными диктантами во 2 классе, где они карандашом проверяют работы смотря на образец на доске и критерии оценки.

Кроме того для снятия утомления и скуки можно использовать такие психологические приемы как **намеренная ошибка учителя** (оговорился, перепутал буквы, слова, повесил плакат вверх ногами); при ответе одних учеников остальным давать задание на запись ошибок или подсчет слов, употребляемых по теме. Для развития самоконтроля учащиеся могут проверять свою работу, сверяя с образцом. Нужно давать возможность учащимся самостоятельно исправить свою ошибку. Научившись видеть ошибки в речи других, школьники лучше смогут контролировать свою речь и деятельность.

**5.     Разноуровневое обучение.**

Индивидуальный и дифференцированный  подход на уроках осуществляется через учет личных интересов и особенностей ученика и возможность выбрать свой уровень и объем задания. Дополнительный языковой материал подбирается с учетом увлечений ученика.

Важно учитывать тип личности ученика и использовать элементы разноуровнего обучения.

Например: при выборе домашнего задания ученикам 5 класса можно предложить:

На 3 балла – найти в тексте и выписать определенные слова;

На 4 балла – составить предложения с этими словами;

на 5 баллов - составить и рассказать рассказ, используя эти слова;

Важен  учет времени: При проведении контрольных работ нужно помнить о том, что разным по темпераменту детям нужно разное количество времени на выполнение одного и того же задания. Поэтому хорошо бы, чтобы при выполнении задания ученики знали необходимый минимум, который нужно выполнить для получения положительной оценки, и максимум - для получения каких-то бонусов (дополнительный балл или дополнительная оценка, если разница между минимумом и максимумом значительная).

Каждый учитель знает, как важно уйти от формальной зубрежки, ввести в учебный процесс игровые, развлекательные моменты, активизировать познавательные мотивы обучения. В этом отношении иностранный язык – особый предмет

Чем ближе к жизни игровая ситуация, тем легче и быстрее дети запоминают языковой материал.

Исходя из всего вышесказанного, можно сделать следующие выводы: использование здоровьесберегающих технологий на уроке английского языка является необходимым в условиях современной действительности.  Грамотное применение здоровьесберегающих технологий позитивно сказывается на микроклимате урока, способствует лучшему овладению материалом и повышению мотивации, снимает трудности и сводит к минимуму учебный стресс.