

Здоровьесберегающие технологии на уроках АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА

Акопова Е.Д.

учитель английского языка

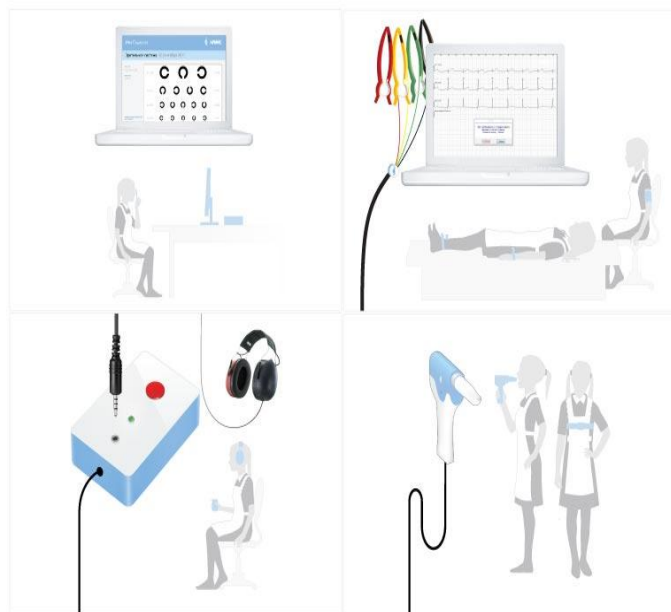
**«Здоровье не всё, но без здоровья –
ничто».**

Сократ

**«Движение - ведущая функция всего
живого, это необходимый фактор для
нормального развития ребенка».**

Физиолог И.А. Аршавский

«АРМИС» - инновационный аппаратно-программный комплекс для проведения профилактических осмотров и мониторинга здоровья детей и взрослых в образовательных учреждениях.



Армис

Аппаратно-программный комплекс для скрининг-оценки уровня психофизиологического и соматического здоровья, функциональных и адаптивных резервов организма.

Работа ведется по четырем основным направлениям



Проблема проекта – поиск наиболее эффективного здоровьесберегающего подхода на уроках английского языка.

Цель проекта – определение эффективности использования здоровьесберегающего подхода на уроках английского языка в обучении школьников.

Задачи:

- *определить критерии оценки эффективности здоровьесберегающего подхода к урокам английского языка у обучающихся;
- *проверить эффективность использования здоровьесберегающего подхода на уроках английского языка;
- *подвести итоги и проанализировать результаты.

Основными задачами данной программы являются

отработка системы выявления уровня здоровья обучающихся и целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;

создание информационного банка показателей здоровья и образа жизни обучающихся;

организация системы профилактической работы по формированию ЗОЖ, ведение просветительской работы с обучающимися, родителями и учителями- предметниками;

формирование у обучающихся потребности ЗОЖ через урочную и внеурочную деятельность;

осуществление медико-физиологического и психолого-педагогического мониторинга и диагностики за состоянием здоровья обучающихся.

Обследование учащихся на АПК «АРМИС» помогает реализовать программу по созданию условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и формирование у них знаний, умений, навыков, мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни.



Анализ результатов состояния здоровья учащихся с использованием диагностического комплекса «АРМИС» осуществляется в автоматическом режиме экспертной информационной системой «Наша здоровая школа». Исследуются параметры следующих систем организма:

сердечно-сосудистой

дыхательной

центральной нервной

слуховой

зрительной

антропометрических данных

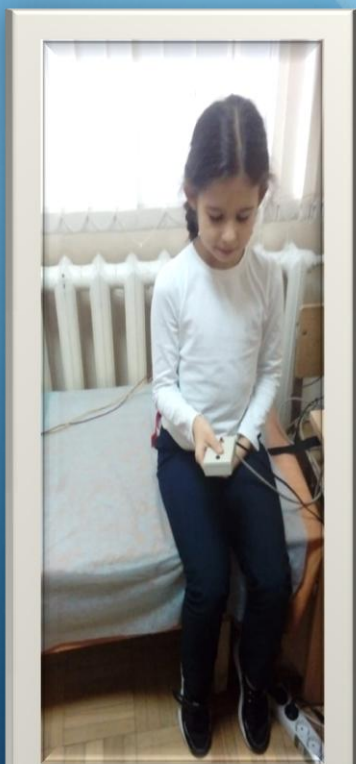
Основные направления моей деятельности:

Здоровьесбережение реализуется через оптимизацию содержания и целенаправленной организации урока английского языка.

На уроках использую:

- методы позитивной психологической поддержки обучающегося**
- учет индивидуальных особенностей обучающегося и дифференцированный подход к детям с разными возможностями**
- поддержание познавательного интереса к изучению английского языка**
- принцип двигательной активности на уроке.**

МБОУ «Школа № 110» города Ростова-на-Дону так же принимает участие в реализации данного пилотного проекта. В период с сентября по октябрь 2019 года на АПК «АРМИС» было обследовано более 150 обучающихся начальной и средней школы.



На уроках английского языка использую
**методы эмоциональной раскачки,*
** медитативно релаксационные*
упражнения

с целью изменения **микроклимата** и для
создания более благоприятной атмосферы на
уроке

Методы эмоциональной раскачки ***Упражнение «Комплименты».***

Дети по очереди говорят друг другу добрые слова, стараясь акцентировать достоинства своих одноклассников.

Игра «Вам сообщение».

По кругу передается сообщение, например «Я рад тебя видеть». «Ты сегодня хорошо выглядишь» и т.д.

Проведение игры «Вам сообщение» с учащимися 6 «а» класса.



Медитативно - релаксационные упражнения.

Упражнение «Я вижу, я слышу, я чувствую».

Ученик должен сказать три предложения, что он видит; три предложения, что он слышит, три предложения о том, что он чувствует. Количество предложений зависит от уровня обучения.

Упражнение «Деревянная кукла» в формате физминутки.

Кукла падает. Сначала кисти поднятых рук, затем до локтя, голова, кукла складывается в поясе и покачивается.

*Упражнение «Деревянная кукла»
выполняют учащиеся 6«б» класса.*



“Head and shoulders”

в 5а классе



Упражнение на релаксацию и визуализацию.

Расслабленная поза, глубокое дыхание, тишина. Учитель на английском языке просит представить лес, аромат лесной поляны, тихий шелест листвы.



Выявить, что интересно одному и в чём силен другой-задача педагога.



Одним из важных средств создания благоприятного микроклимата является

похвала ученика. Она может быть вербальной:

«Well done!», «How clever you are!», «Good boy/girl!» и т.д.

Невербальные методы поощрения: **улыбка, жесты, мимика, аплодисменты** и т.д.

**К.Д. Ушинский: «Учитель!
Помни, твоя улыбка
стоит тысячи слов».**

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.

**Пример выбора домашнего задания
3 класс. Тема: «Мой день». Задание:
рассказать о своем выходном дне.**

- На 3 балла** - написать рассказ 7-8 предложений (основа есть в учебнике);
- на 4 балла** - рассказать о своем выходном (5-6 предложений);
- на 5 баллов** – рассказать о том, как ваша семья проводит выходные (8-10 предложений).

Двигательная активность учеников на уроке английского языка

способствует

- * лучшему овладению языковым материалом
- * Снятию усталости
- * Повышению мотивации к обучению

Игра «Угадай букву»

Активная жестикуляция помогает лучше запомнить учебный материал



Активное поведение учащихся на уроке обеспечивается за счет использования рифмовок, стихотворений, песен на основе движений и проведения физкультминуток: на уроке проводятся 1-2 физкультминутки по 2-3 минуты продолжительностью через 15-20 минут после начала урока.

Зарядка для глаз

**Look left, look right,
Look up, look down,
Look around.**

**Look at your nose,
Look at that rose,
Close your eyes,
Open, wink, open and smile.
Your eyes are happy again.**

Учащиеся 11 класса выполняют упражнение для глаз.



Для поддержания интереса к изучению английского языка

использую игровую методику.

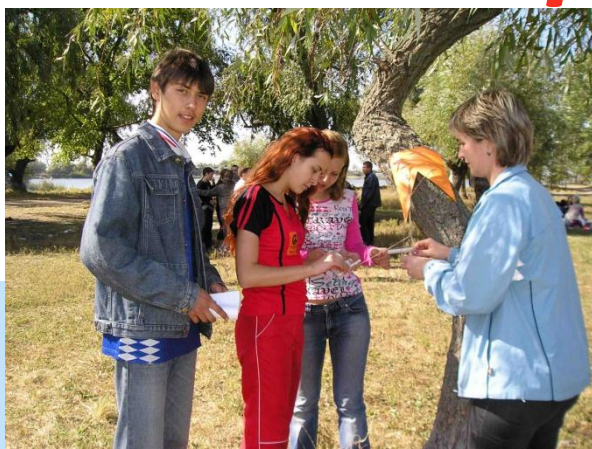
Ролевые игры «*В кафе*», «*У врача*», «*В магазине*», «*День рождения*»,
игра с мячом «*Переведи с русского на английский*»,
игра «*Снежный ком*» способствуют
быстрому и лёгкому запоминанию языкового
материала.

При изучении названий животных на уроках во 4 классе использую игру «Магазин».





**Спорт,
красота,
здоровье.**



При изучении других тем использую универсальные игры
«Что исчезло?», «Загадай слово» и др.

