

Трухан А.А.
учитель английского языка
АНО СОШ «Сосны»
(г. Одинцово, Московская обл.)

ЗДОРОВЬЕ СБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА

Аннотация

В статье раскрыта важность и необходимость использования здоровьесберегающих технологий в обучении английскому языку младших школьников, развития мотивации к изучению языков, роль подвижных игр, использования стихов и рифмовок, песен, видеосюжетов, драматизации и проектной работы на уроках английского языка.

Ключевые слова: *здоровьесберегающие технологии, обучение английскому языку, виды речевой деятельности, игровая деятельность, проектная работа.*

Все мы знаем, что напряжение, в котором пребывают наши дети, вынужденные поглощать и перерабатывать огромные объемы информации, прессинг со стороны амбициозных родителей и со стороны общества, предъявляющего все большие требования к молодому специалисту, ведут к росту тревожности по поводу их будущего, к появлению сомнений в своей конкурентоспособности, эмоциональным срывам, апатии и депрессии, разрушающим здоровье.

Поскольку я преподаю английский язык, то, конечно, меня более всего интересует, какие технологии и приемы здоровьесбережения можно применить на уроках английского языка.

Несмотря на всеми признанную сложность, иностранный язык - это именно тот предмет, при изучении которого каждый учащийся имеет шанс почувствовать себя успешным и, как следствие, ощутить эмоциональный комфорт и удовольствие от самого процесса получения знаний, от возможности развития и демонстрации своих способностей (интеллектуальных и творческих), своих умений и навыков. Здоровьесбережение реализуется через оптимизацию содержания и целенаправленной организации урока английского языка.

Английский язык - это тот предмет, при изучении которого реализовать индивидуальный подход легче, чем при обучении другим предметам. Во-первых, для обучения иностранному языку класс делится на группы, и я работаю на уроке не с 14-16 учениками, а с 7-9. Во-вторых, обучение английскому языку ведется по пяти направлениям: чтение, письмо, аудирование, говорение и обучение грамматике.

Кроме того, на уроках английского языка учащиеся приобретают общие знания: о мировой культуре и культуре страны изучаемого языка, о литературе, искусстве, географические знания, знания по истории и т.д. Понятно, что ученик неуспешный в каких-то видах речевой деятельности или аспектах языка, может оказаться вполне успешным в других. Поэтому учителю английского языка достаточно легко выбрать то, в чём каждый конкретный ученик наиболее успешен.

Обычный урок английского языка. Он не вызывает такой тревоги и напряжения, как выполнение тестов и контрольных работ, но тем не менее не всегда сопровождается положительными эмоциями. Поэтому так важно для учителя быть доброжелательным, терпеливым и тактичным по отношению ко всем ученикам независимо от их способностей, поведения или характера. Важно создать на уроке атмосферу сотрудничества и взаимоуважения, заинтересовать и увлечь. Для этого у учителя есть много возможностей.

При планировании урока для учащихся любого возраста очень полезно придумывать задания, выполнение которых не только помогает закрепить какие-либо знания, умения и навыки или получить новые, но и доставляет радость и удовольствие.

Школьный курс английского языка имеет практическую направленность. На уроках английского языка соблюдаются гигиенические требования, и учитывается чередование и смена видов деятельности в соответствии с требованиями здоровьесберегающих технологий. С первых уроков дети учатся общаться на английском языке. При этом они должны усвоить большой объем нового материала (лексические единицы, грамматические формы), приобрести произносительные навыки. Я стремлюсь создать приятную, располагающую к занятиям обстановку. И в этом мне помогают зарядки-релаксации.

Цель релаксации – снять умственное напряжение, дать детям небольшой отдых, вызвать положительные эмоции, что ведет к улучшению усвоения материала. Видами релаксации могут быть различного рода движения, ролевые игры, групповая (парная) работа, пение, танцы, игры-

соревнования, игры с предметами, диалоги с героями сказок, просмотр мультфильмов, драматизация небольших сценок.

Все знают, как трудно сделать урок английского языка интересным для детей в начальной школе. Если материал будет ярким, захватывающим и соответствовать возрасту, то детям урок понравится. Подвижные игры, разминки и физкультминутки особенно необходимы младшим школьникам. И нам, преподавателям английского языка, гораздо легче логично «вплести» их в структуру урока, чем преподавателю математики, физики или истории.

Естественно, урок необходимо проводить не в традиционной форме, а в форме игры, так как в этом возрасте малышам легче воспринять подаваемый им материал через игру, а игра, как известно, является большим стимулятором чему-либо научиться.

Это может быть и повторение лексики в игре с мячом (при этом нужно помнить о правилах безопасности: мяч должен быть достаточно большим и легким, дети должны встать и выйти из-за парт), и зарядка в сопровождении рифмовок (всем известные „Hands up! Hands down!” и „Bend your head, bend your knees” и более современные, которыми изобилуют аутентичные учебники). Это могут быть подвижные игры и хороводы (если позволяют размеры класса).

В игре ребёнок раскрывается, т.е. проявляет самостоятельность, решительность, сообразительность, получает признание сверстников, глубже понимает окружающий мир, значение слов, проявляет все свои лучшие качества. Игры вызывают у детей положительные эмоции, лёгкость и удовольствие.

Хорошая игра должна помочь научиться найти решение какой-либо возникшей дилеммы, выйти из сложной ситуации среди персонажей посредством полученных знаний языка.

Не стоит бояться, что если дети подвигались и пошумели, то потом будет трудно вернуть урок в рабочее русло. Совсем наоборот: сбросив напряжение, дети будут готовы серьезно потрудиться дальше.

Также рекомендуется использовать песни. Песни на уроках – это огромный стимул для детей. Ни один ребенок не останется равнодушным к веселой, задорной песенке! Спетая на английском языке песенка, пусть простенькая – это первая победа, в знак того, что малыш приобщается к другой культуре. С первых же уроков можно выучить всем известную песенку «Say, Hello». Эту песню можно использовать в дальнейшем в качестве физкультминутки.

Благодаря музыке создается благоприятный психологический климат на уроке, повышается эмоциональный тонус. Однако следует помнить о том, что музыка не самоцель и не развлечение на уроке английского языка. Она должна естественным образом вплестаться в сюжет урока и благоприятно воздействовать на мотивационную сферу обучаемых.

На начальном этапе я провожу по 2 физкультминутки за урок, сопровождая их песнями, стихами, скороговорками на английском языке. Вслед за учителем школьники многократно повторяют слова, речевые клише, предложения. В ход идут различного рода движения (хлопки, притопы, повороты туловища, ходьба, бег на месте и т.д.).

Часто урок начинается с «warming up» (так называемого «разогрева»), то есть различного рода лексических, фонетических или лексико-грамматических «зарядок». Сделать этот этап более привлекательным и задающим тон всему уроку совсем несложно, если превратить его в маленькую игру или соревнование. Например: какая группа (ряд, пара) учащихся за одну минуту вспомнит и запишет больше ключевых слов; или кто (или какая группа) построит большее количество предложений (на заданную тему или грамматическое правило); или составить мини-рассказ всей группой (предложение за предложением, ученик за учеником), при этом каждый следующий ученик может быть выбран ведущим (дополнительным условием может быть что угодно: соблюдение какой-то видовойременной формы, употребление какой-то структуры и так далее).

Главное в работе каждого учителя - это стремление к тому, чтобы процесс обучения превратился из монотонного, механического воспроизведения изучаемого материала в творческий поиск. В значительной мере этому способствует работа над рифмовками, стихами и песнями. Их можно широко использовать на занятиях английским языком с целью психологического воздействия на обучаемых: для поднятия их эмоционального состояния и повышения активности и работоспособности. Задача учителя при обучении иностранному языку – увлечь, а не развлечь, развить, а не вдолбить.

При работе с учениками среднего и старшего возраста и введении более сложного материала можно и нужно применять элементы проблемного обучения, так как самостоятельно сделанное открытие всегда вызывает чувство удовлетворения, что, в свою очередь, положительно влияет на психофизическое состояние, как каждого учащегося, так и группы в целом.

Для работы с лексикой очень хороши учебные фильмы, видеоклипы, отрывки из мультипликационных и художественных фильмов. На этапе

закрепления лексики можно применять прием «озвучка» (с опорой на субтитры или без). Можно превратить это в ещё более интересное занятие, попросив учащихся «переозвучить» по-своему тот или иной отрывок. Просмотр мультфильмов на английском языке настраивает на запоминание и одновременно дает психологическую разгрузку.

Учащимся 10–11-х классов по душе создание проектов, когда они пишут проекты, защищают их, участь тем самым отстаивать свою точку зрения с одной стороны и совершенствуя английскую речь с другой. Этот вид деятельности делает их жизнерадостными, оптимистичными, уверенными в себе.

Существует много споров по поводу того, что такое «проект». В своей практике я исхожу из того, что проектом может считаться любой вид аудиторной или внеаудиторной деятельности, при которой происходит поиск дополнительной информации, её сортировка и оформление в любом формате (от открытки, постера или альбома до настольных или компьютерных игр и видеоклипов, концертов или радиопрограмм). Главное, чтобы это было интересно и исполнителям и аудитории при защите проекта. При этом слабые в языковом отношении ученики могут продемонстрировать свои организаторские, творческие или иные способности, поделиться своими увлечениями с другими детьми, найти единомышленников.

Несколько слов хочется сказать о драматизации (acting out) как о виде релаксации на уроке английского языка. Я считаю, что драматизация способствует развитию навыков общения на английском языке, расширяет кругозор детей.

Безусловно, нельзя превратить каждый урок, от начала до конца, в урок-праздник, урок-соревнование. Много требует серьезного труда, спокойной академической обстановки, вдумчивой интеллектуальной работы. Да и вечный праздник надоедает так же быстро, как и серые будни. Во всём нужно руководствоваться чувством меры. Тем не менее, если ваши уроки будут построены таким образом, что учащиеся будут всегда ожидать чего-то нового и интересного; если эмоциональная атмосфера на ваших уроках будет атмосферой доброжелательства и сотрудничества; если ваши ученики будут иметь возможность развивать и проявлять не только свои знания, но и творческие способности, - безусловно, и учить, и учиться будет легко и радостно, что непременно положительно скажется на психофизическом здоровье вашем и ваших учеников.

Использование здоровьесберегающих технологий играет большую роль в жизни каждого школьника, позволяет легче и успешнее овладеть

необходимыми знаниями на уроке, преодолеть трудности в достижении целей и задач обучения, учит детей жить без стрессов, а также сохранять свое и ценить чужое здоровье.

Но одним из самых важных здоровье сберегающих действий, считаю создание у детей положительной эмоциональной настроенности на уроке. Положительные эмоции способны полностью снимать последствия отрицательных воздействий на организм школьника. Учитель должен стремиться вызывать положительное отношение к предмету. Доброжелательный тон педагога – важный момент здоровье сберегающих технологий.

Список литературы:

1. Бабанский Ю. К. «Методические основы оптимизации учебно-воспитательного процесса» 1982 г. – С. 480
2. Ковалько В.И. Здоровье сберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. М.: «ВАКО», 2004, С. 296 - (Педагогика. Психология. Управление).
3. Кукушин В. С. Теория и методика обучения. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2005 – С. 474
4. Менчинская Е.А. Основы здоровье сберегающего обучения в начальной школе: Методические рекомендации по преодолению перегрузки учащихся / Е.А. Менчинская. — М.: Вентана-Граф, 2008. — С. 112 — (Педагогическая мастерская).
5. Наш выбор – здоровье: досуговая программа, разработки мероприятий, рекомендации/ авт.-сост. Н. Н. Шапцева – Волгоград: Учитель, 2009. – С. 184
6. Орехова В. А. Педагогика в вопросах и ответах: учебное пособие. – М.: КНОРУС, 2006. С. 147
7. Смирнов Н. К. Здоровье сберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2002. – С. 62.
8. Советова Е. В. Эффективные образовательные технологии. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2007. – С. 285
9. Щукина Г.И. «Активизация познавательной деятельности учащихся в учебном процессе». М., Просвещение. – С. 220
10. <http://www.shkolnymir.info/> Соколова О. А. «Здоровье сберегающие технологии».