**«Использование здоровьесберегающих технологий на занятиях по английскому языку с детьми дошкольного возраста»** (из опыта работы)

МАДОУ центр развития ребенка - детский сад №82 г. Томска

Педагог дополнительного образования Колесова Ю.В.

Сохранение здоровья дошкольников – приоритетное направление образования. Учет индивидуальных особенностей дошкольников, дифференцированный подход к детям с разными возможностями, создание позитивной обстановки на занятиях, использование информационно – коммуникативных технологий, увеличение двигательной активности ребенка – вот ключевые позиции современного занятия по английскому языку с точки зрения здоровьесбережения.

Известно, что иностранный язык – один из универсальных предметов, способных обогатить дошкольное образование, так как дети этого возраста обладают врожденной еще неутраченной способностью к овладению языками, а языки, в свою очередь, могут стать действенным средством развития детей.

Не секрет, что обучать детей дошкольного возраста иностранным языкам очень сложно. Они быстро устают, отвлекаются. Занятия лучше проводить в игровой форме, где дети могут подвигаться, спеть песни, послушать сказку в сопровождении настольного или кукольного театра. Игра задействует активное воображение детей, а через воображение легче и надежнее активизируется его память. При этом постепенно будут развиваться логические способности его мышления.

 Важным направлением реализации концепции здоровьесбережения в образовательном пространстве в настоящее время является разработка и применение здоровьесберегающих образовательных технологий на всех уровнях образования, начиная с дошкольного.

Целью нашей работы в ДОУ является создание среды, способствующей сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса, их продуктивной учебно-познавательной деятельности, основанной на научной организации труда и культуре здорового образа жизни.

Цель занятий по обучению дошкольников английскому языку в ДОУ состоит не только во всестороннем развитии ребенка, но и в создании условий для сохранения и укрепления здоровья детей.

Дошкольникам свойственна психологическая пресыщаемость, они быстро утомляются, поэтому в соответствии с возрастными особенностями во время занятий им необходимо давать возможность отдохнуть, подвигаться. В структуру занятий включаются физминутки – небольшие по времени, рассчитанные на 2-3 минуты упражнения. Основное их назначение – снять усталость и напряжение, внести эмоциональный заряд, восстанавить умственную работоспособность детей, успокаивают нервную систему. Физминутка всегда тесно связана с темой занятия и является переходным мостиком к следующей части занятия. Наибольшая эффективность достигается тогда, когда физминутки по форме и содержанию разнообразны. (Приложение №1)

Очень важной составной частью работы по развитию мелкой моторики являются «пальчиковые игры». Их очень любят дети, так как они интересны, увлекательны, способствуют развитию речи, творческой деятельности.«Пальчиковые игры» как бы отображают реальность окружающего мира – предметы, животных, людей, их деятельность. В ходе таких игр дети, повторяя движения педагога, активизируют моторику рук, тем самым концентрируют внимание на одном виде деятельности. «Пальчиковые игры» – это инсценировка каких – либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Многие упражнения требуют участия обеих рук, что дает возможность ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз». Все упражнения выполняются в медленном темпе, от 3до 5 раз. Педагог следит за правильностью и точностью переключения с одного движения на другое.

(Приложение №2)

На занятиях английского языка часто используют информационно –коммуникативные средства (мультимедийную доску, планщеты, компьютер). Глаза детей устают и с целью оказать помощь зрительной системе и обеспечить ее надежное функционирование, я использую в работе гимнастику для глаз. Ведь именно она позволяет снять напряжение с глаз детей. При проведении гимнастики широко использую такие предметы как бабочку на длинной палочке, птичку, стрекозу, которые перемещаются вверх – вниз, вправо-влево, а дети наблюдают за ними только при помощи глаз.

Для удобства в работе я систематизировала физминутки, «пальчиковые игры», гимнастику для глаз, упражнения на релаксацию по темам, составила картотеку, что облегчает проведение занятий по английскому языку.

Для формирования эмоциональной стабильности ребенка важно научить его управлять своим телом. В процессе воспитания и обучения дети получают огромное количество информации, которую им необходимо усвоить. Активная умственная деятельность и сопутствующие ей эмоциональные переживания создают излишнее возбуждение в нервной системе, которое, накапливаясь, ведет к напряжению мышц тела. Научившись расслаблению, каждый ребенок получает то, в чем ранее испытывал недостаток. Это в равной степени касается любых психических процессов: познавательных, эмоциональных или волевых. В процессе расслабления организм наилучшим образом перераспределяет энергию и пытается привести тело к равновесию и гармонии. Такая системная работа позволяет детскому организму сбрасывать излишки напряжения к восстановлению равновесия, тем самым сохраняя психическое здоровье.

(Приложение №3)

Занятия по английскому языку – благодатная почва для любых начинаний, включая здоровьесбережение. Более того, это просто часть учебного процесса, обеспечивающая успешное усвоение необходимого материала. Дети дошкольного возраста охотно играют, поют, слушают веселые истории, разыгрывают сценки на английском языке. Их не смущает, что пока знают они не так много, главное – интерес и удовольствие от успеха! Ведь достаточно знать два слова, чтобы отправиться в кругосветное путешествие на корабле. Дети прыгают в море и на берег, выполняя команды педагога на английском языке. Или проходят тренировки на космодроме, изучая глаголы движения: run,jump,ski, skate. Движения сопровождают считалки, договорки, ритмические стихотворения под музыку вместе с носителями языка, чьи голоса они слышат в записи. Благоприятный психологический климат на занятиях, который служит одним из показателей успешности его проведения: заряд положительных эмоций, полученных детьми, определяет позитивное воздействие на здоровье дошкольников.

Список литературы:

1. Актуальная проблема внедрения здоровьеразвивающей педагогики. По материалам международного симпозиума «Образование в Европе для гармоничного развития учащихся» -М., 2010

2.Ильющенко – Крылова Т.В. Урок «Здоровый образ жизни» (Осознание значения здорового образа жизни на уроках английского языка) СПб., 2000

3.Шляхтова Г.Г. Элементы здоровьесберегающих технологий на уроках английского языка. Иностранные языки в школе. – 2007, №2

**Приложение №1**

**Физминутки**

Handsup! Handsdown!

Hands on hips! Sit down!

Standup! Hands up!

Bend left! Bend right!

One, two, three…hop!

One, two, three… stop!

I can run and run and run.

I can jump and jump and jump.

I can climb and climb and climb.

I can hop and hop and hop.

I can do it. Stop and stop.

Hand up, clap, clap.

We stand up, step, step.

Turn left, hop, hop.

Turn right, stop.

Stand up, clap, clap.

Turn around, clap, clap.

Turn left, step, step.

Turn right, step, step.

Hop, hop, hop, hop.

**Приложение №2.**

**Пальчиковые игры**

“Little Bird"

Fly, little bird, fly (сжимаютиразжимаюткулачки).

Fly into the blue sky (шевелятпальцами).

One, two, three(стучат кулачками по столу).

You are free (резко разжимают пальцы).

“My fish”

One, two, three, four, five (пальчиками постукиваем по столу).

I caught a fish alive (соединяемладошки, изображаярыбку).

Six, seven, eight, nine, ten (пальчиками постукиваем по столу).

I let it go again (соединяемладошки, изображаярыбку).

“Baby mice”

Where are you baby mice?

Squeak, squeak, squeak(спрятать спину за спину).

I cannot see them peek, peek, peek (вытягиваемкулаквперед).

Here they come out of the hole

One, two, three, four, five and that is all (разжимаемпальцыпоодному).

**Приложение № 3**

**Релаксация**

«Лимон» - для расслабления мышц шеи

Я возьму в ладонь лимон.

Чувствую, что круглый он.

Я его слегка сжимаю –

Сок лимонный выжимаю.

Все в порядке, сок готов.

Я лимон бросаю, руку расслабляю.

«Лошадки» - на расслабление мышц ног

Замелькали наши ножки

Мы поскачем по дорожке.

Но внимательнее будьте,

Что вам делать, не забудьте.

На расслабление всего организма

Все умеют танцевать, прыгать, бегать, рисовать.

Но не все пока умеют расслабляться, отдыхать.

Есть у нас игра такая – очень легкая, простая.

Замедляется движенье, исчезает напряженье.

И становится понятно – расслабление приятно!