Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Русско-Акташская средняя общеобразовательная школа

ДОКЛАД

Учителя английского языка

Майоровой Анны Юрьевны

на тему:

**Реализация здоровьесберегающих образовательных технологий при обучении иностранному языку.**

2013-2014

В здоровом теле - здоровый дух.

Русская народная пословица

Нет ничего более ценного для человека, чем здоровье. И нет ничего более важного для нации, чем здоровье подрастающего поколения. Причем, здоровье - это не только отсутствие болезни, но и физическая, социальная, психолого-педагогическая гармония человека, доброжелательные, спокойные отношения с людьми, с природой и самим собой.

Исследования последних лет показывают, что у многих детей за период обучения в школе состояние здоровья ухудшается в 4-5 раз. Проблема здоровья учащихся обрела социальное значение. Одной из важнейших задач, стоящих перед школой, является сохранение здоровья детей. Можно считать, что здоровье у ученика в норме, если:

а) в физическом плане - умеет преодолевать усталость, здоровье позволяет ему справляться с учебной нагрузкой.

б) в интеллектуальном плане-проявляет хорошие умственные способности, наблюдательность, воображение, самообучаемость;

в) в нравственном плане – честен, самокритичен.

г) в социальном плане - коммуникабелен, понимает юмор, сам умеет шутить;

д) в эмоциональном плане – уравновешен, способен удивляться и восхищаться.

Конечно, здоровье учащихся определяется исходным состоянием его здоровья на старте школьного обучения, но не менее важна и правильная организация учебной деятельности.

Внедрение в учебный процесс здоровьесберегающих технологий позволяет добиться положительных изменений в состоянии здоровья школьников. Поскольку гуманизация предполагает стремление сохранить здоровье ученика и учителя, развивать духовное начало, формировать установки на общечеловеческие ценности, то именно здоровьесберегающий подход к учебно-воспитательному процессу в школе и представляет реальную возможность сохранить здоровье и психику ребенка, формирующегося в условиях роста информационного потока, стрессов, экологического дисбаланса. Термин «здоровьесбережение» получил широкое распространение в педагогической и повседневной жизни. Под этим обычно понимают систему мер, направленных на улучшение здоровья участников образовательного процесса**.**

**Здоровьесберегающие технологии** определяются следующим образом:

По мнению В.В Серикова, здоровьесберегающие педагогические технологии должны обеспечить развитие природных способностей ребенка: его ума, нравственных и эстетических чувств, потребности в деятельности, овладении первоначальным опытом общения с людьми, природой, искусством.

По определению Н.К. Смирнова, - это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

По мнению В.Д. Сонькина,- это:

- условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);

- рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);

- соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка;

- необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

**Здоровьесберегающие технологии, применяемые в учебно-воспитательном процессе, можно разделить на четыре основные группы:**

1.Технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса.

2.Технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников.

3. Разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной деятельности педагогами и воспитателями.

4. Образовательные технологии здоровьесберегающей направленности.

Из здоровьесберегающих технологий хотелось бы осветить здоровьесберегающие образовательные технологии.

**Здоровьесберегающие образовательные технологии включают в себя:**

- технологии проблемного обучения,

- игровые технологии,

- технологии критического мышления,

- групповые способы обучения,

- методы, способствующие активизации инициативы и творческого самовыражения самих учащихся, т.е. активные методы (ученики в роли учителя, обучение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, семинар),

- применение ТСО (в соответствии с гигиеническими нормами),

- включение в урок вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни.

Применение здоровьесберегающих технологий на уроках английского языка имеет большое значение. Ведь английский язык – это сложный предмет. На уроках дети учатся общаться на английском языке. При этом должны усвоить массу нового лингвистического материала (лексические единицы, грамматические формы, приобрести произносительные навыки). На уроках учащимся приходится много запоминать, говорить, писать, читать, слушать и анализировать информацию, поэтому, учитель должен уделять особое внимание здоровьесберегающим технологиям. Здоровьесбережение реализуется через оптимизацию содержания и целенаправленной организации урока английского языка. Рекомендуется использовать гигиенические критерии рациональной организации урока (автор Смирнов Н.К.)

**Гигиенические критерии рациональной организации урока**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №№ | Фактор урока | Уровни гигиенической рациональности урока | | |
|  |  | Рациональный | Недостаточно рациональный | Нерациональный |
| 1 | Плотность урока | Не менее 60% и не более 75-80% | 85-90% | Более 90% |
| 2 | Число видов учебной деятельности | 4-7 | 2-3 | 1-2 |
| 3 | Средняя продолжительность различных видов учебной деятельности | Не более 10 мин. | 11-15мин. | Более 15 мин. |
| 4 | Частота чередования различных видов учебной деятельности | Смена не позже, чем через 7-10 мин. | Смена через 11-15 мин. | Более 15 мин. |
| 5 | Число видов преподавания | Не менее 3 | 2 | 1 |
| 6 | Чередование видов преподавания | Не позже чем через 10-15 минут | Через 15-20 минут | Не чередуются |
| 7 | Наличие эмоциональных разрядок (число) | В соответствии с гигиеническими нормами | С частичным соблюдением гигиенических норм | В произвольной форме |
| 8 | Место и длительность применение ТСО | В соответствии с гигиеническими нормами | С частичным соблюдением гигиенических норм | В произвольной форме |
| 9 | Чередование позы | Поза чередуется в соответствии с видом работы. Учитель наблюдает за посадкой учащихся | Имеются случаи несоответствия позы виду работы. Учитель иногда контролирует посадку учащихся. | Частые несоответствия позы по виду работы |
| 10 | Физкультминутки | Две за урок, состоящие из 3-5 повторений каждого | 1 физкульт-минутка за урок с недостаточной продолжительностью | Отсутствуют |
| 11 | Психологический климат | Преобладают положительные эмоции | Имеются случаи отрицательных эмоций. Урок эмоционально индифферентный | Преобладают отрицательные эмоции |
| 12 | Момент наступления утомления учащихся по снижению учебной активности | Не ранее чем через 40 мин. | Не ранее чем через 35-37 мин. | Менее чем через 30 мин. |

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, состоящие из 12-14, а не из 25-28 человек. Во- вторых, обучение английскому языку ведется по пяти направлениям: чтение, письмо, аудирование, говорение и обучение грамматике. 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. Все знают, как трудно сделать урок английского языка интересным для детей в начальной школе. Если материал будет ярким, захватывающим и соответствующим возрасту, то детям урок понравится. Подвижные игры, разминки и физкультминутки особенно необходимы младшим школьникам. И нам, преподавателям английского языка, гораздо легче и логично «вплести» их в структуру урока, чем преподавателю математики, физики или истории. Часто урок начинается с “warming up” (разогрев), 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. Урок в форме игры малышам легче воспринять, так как игра является большим стимулятором чему-либо научиться. Это может быть и повторение лексики в игре с мячом, и зарядка в сопровождении рифмовок, всем известные “Hands up! Hands down!” и “Bend your head, bend your knees” и более современные, которыми изобилует аутентичные учебники. Это могут быть подвижные игры и хороводы, если позволяют размеры класса. В игре ребенок раскрывается, т.е. проявляет самостоятельность, решительность, сообразительность, получает признание сверстников, глубже понимает окружающий мир, значение слов, проявляет свои лучшие качества. Игры вызывают у детей положительные эмоции, легкость и удовольствие. Не стоит бояться, что если дети подвигались и пошумели, то потом будет трудно вернуть урок в рабочее русло. Наоборот, сбросив напряжение, дети будут готовы серьезно потрудиться дальше.

Также рекомендуется использовать песни. Песни на уроках –это огромный стимул для детей, а также хороший вид релаксации. Песня на уроке служит для формирования фонетических, лексических и грамматических навыков. В УМК по английскому языку много различных песен, но лучше выбирать задорные, веселые, шуточные. Певческая деятельность проявляется в аудировании, разучивании, исполнении песни. Пение активизирует функции голосового и дыхательного аппаратов, повышает интерес к предмету, развивает музыкальный слух и память, снижает утомляемость за счет эмоционального настроя.

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 учащегося, так и группы в целом. Для работы с лексикой очень хороши учебные фильмы, видеоклипы, отрывки из мультипликационных и художественных фильмов. Просмотр мультфильмов на английском языке настраивает на запоминание и одновременно дает психологическую разгрузку.

Учащиеся старших классов средней школы серьезно и основательно изучают темы, способствующие здоровьесбережению, знакомясь с проблемами взаимозависимости правильного питания и поддержания организма в хорошей форме, диетического питания и активности, профессионального и любительского спорта и его влияние на продолжительность жизни. Глубоко и всесторонне обсуждаются вредные привычки молодёжи, такие, как курение, употребление спиртных напитков и наркотиков и их влияние не только на физическое, но и психическое здоровье неокрепшего организма, на деторождение и др. Учащиеся не только читают тексты по проблемам, они обсуждают их в диалогах, группах, проводят пресс-конференции, готовят проекты по этим темам, доклады и рефераты, находя и творчески перерабатывая информацию по интересующим их вопросам, что способствует воспитанию их творческих способностей, учебной компетенции.

Таким образом, использование здоровьесберегающих технологий в совокупности играет большую роль в жизни каждого школьника, позволяет легче и успешнее овладеть необходимыми знаниями на уроке, преодолеть трудности, позволяет достичь цели, решить задачи обучения. Применение здоровьесберегающих образовательных технологий учит детей жить без стрессов, укреплять, сохранять свое и ценить чужое здоровье. А на уроках способствует самоопределению, самореализации ученика на основе его внутренней мотивации, вводит ребёнка в образовательное поле без потерь для здоровья, с повышенной мотивацией.

Список литературы

1. Нугуманова Л.Н. Здоровьесберегающее обучение и воспитание в условиях средней школы. // Педагогическое образование и наука. - №1. – 2002г
2. Журнал «Иностранные языки в школе» №2, 2007г, №8,2006г
3. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. М., 2003г