**Здоровьесберегающие технологии**

**на уроках английского языка**

Забота о здоровье учащихся – одна из самых важных задач, возложенных на процесс воспитания и обучения в школе.

Взрослые всегда несут ответственность за то, что происходит с детьми, находящимися под их опекой. Это касается и детского здоровья. Именно в школе школьники проводят большую часть своего времени, и педагоги должны помочь детям сохранить свое здоровье.

 Задача школы прежде всего состоит в том, чтобы сохранить и укрепить здоровье своих воспитанников. Основную роль в этом играет педагог.

Цель здоровьесберегающей педагогики - обеспечить выпускнику школы высокий уровень реального здоровья, дав ему необходимый багаж знаний, умений, навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни, и воспитав у него культуру здоровья. Педагогические технологии отвечают на вопрос "как учить?" С точки зрения здоровьесбережения, ответом на этот вопрос будет: не нанести вреда здоровью субъектов образовательного процесса - учащихся и педагогов. Таким образом, здоровьесберегающие образовательные технологии можно рассматривать и как качественную характеристику любой образовательной технологии, ее "сертификат безопасности для здоровья", и как совокупность тех принципов, приемов, методов педагогической работы, которые дополняют традиционные технологии обучения, воспитания, развития задачами здоровьесбережения.

Школа должна обеспечить особые условия обучения, воспитания, развития, которые не будут негативно сказываться на здоровье учащихся.

Это своего рода «охрана труда школьников».

На своих уроках английского языка я ставлю целью не только достижение практических, общеобразовательных и развивающих целей, но и также использую элементы здоровьесберегающих технологий.

 Ученики, по моему мнению, должны испытывать ощущение комфорта, защищенности и, безусловно, интерес к уроку. Стараюсь делать так, чтобы каждый урок оставлял в душе ребенка только положительные эмоции.

Для этого необходимо учитывать физиологические и психологические особенности детей и тщательно продумывать виды работы, которые снимают напряжение и усталость на уроке. Одним из таких упражнений является зарядка - своего рода релаксация на английском языке. Цель такого упражнения - дать детям небольшой отдых, вызвать положительные эмоции, снять умственное напряжение. Подобная зарядка может включать в себя различные движения, игры, танцы, инсценировка небольшого четверостишия на английском языке, песня.

При проведении зарядки я ставлю перед учениками задачу запомнить языковой материал.

Примеры зарядки.

1) Stand up!

 Hands up, hands down

 Hands on the hips, sit down!

2) Clap, clap, clap your hands.

 Clap your hands together.

 Stamp, stamp, stamp your feet.

 Stamp your feet together.

3) Танцуем и поём. Цель упражнения – вызвать положительные эмоции, сменить вид деятельности и закрепить лексику по теме « Части тела».

 You put your right foot in,

 You put your right foot out,

 You put your right foot in

 And you shake it all about.

 You do the Hokey Pokey

 And you turn yourself around,

 That's what it's all about.

 You put your left foot in,

 You put your left foot out,

 You put your left foot in,

 And you shake it all about.

 You do the Hokey Pokey

 And you turn yourself around,

 That's what it's all about.

 You put your right hand in,

 You put your right hand out,

 You put your right hand in

 And you shake it all about.

 You do the Hokey Pokey

 And you turn yourself around,

 That's what it's all about.

 You put your left hand in,

 You put your left hand out,

 You put your left hand in,

 And you shake it all about.

 You do the Hokey Pokey

 And you turn yourself around,

 That's what it's all about.

 You put your right shoulder in,

 You put your right shoulder out,

 You put your right shoulder in,

 And you shake it all about.

 You do the Hokey Pokey

 And you turn yourself around,

 That's what it's all about.

 You put your left shoulder in,

 You put your left shoulder out,

 You put your left shoulder in,

 And you shake it all about.

 You do the Hokey Pokey

 And you turn yourself around,

 That's what it's all about.

You put your right hip in,

You put your right hip out,

You put your right hip in

And you shake it all about.

You do the Hokey Pokey

And you turn yourself around,

That's what it's all about.

You put your left hip in,

You put your left hip out,

You put your left hip in,

And you shake it all about.

You do the Hokey Pokey

And you turn yourself around,

That's what it's all about.

You put your whole self in,

You put your whole self out,

You put your whole self in

And you shake it all about.

You do the Hokey Pokey

And you turn yourself around,

That's what it's all about.

Игра является одной из важных форм релаксации и действенным инструментом, который активизирует мыслительную деятельность обучаемых и позволяет сделать учебный процесс интересным и привлекательным.

Примеры игр на уроке английского языка:

1) Игра с мячом: перебрасывая мяч, учащиеся называют друг за другом букву алфавита, либо слова «съедобное- несъедобное» по теме «Еда» и т.д.

2) Игра-пантомима: при изучении лексики «feelings and emotions» изобразить состояние; при изучении темы « My Pet» изобразить животное движением, мимикой, жестами.

Подобные игры способствуют развитию координации рук и ног, других частей тела.

Песня на уроке предоставляет возможность учащимся отдохнуть и служит для формирования фонетических, лексических и грамматических навыков.

 Ожидание необычного также затрагивает эмоциональную сторону и служит снятию напряжения. «Мостиком» от одного вида деятельности к другому может быть рассказанная учителем шутка или анекдот на английском языке. Такой рассказ не носит учебный характер, а строится на понятном ученикам языке с использованием наглядности, мимики и жестов.

Пример подобной шутки:

Teacher: Who can name five wild animals?

Pupil: I can name, sir.

Teacher: Please name them.

 Pupil: A lion and four cubs.

Использование здоровьесберегающих технологий играет большую роль в жизни каждого школьника, позволяет легче и успешнее овладеть необходимыми знаниям на уроке, преодолеть трудности, позволяет достичь цели и решить задачи обучения иностранному языку и сделать процесс обучения увлекательным.

**Литература**

1. Катаева А.А. Дидактические игры и упражнения. - М.: Просвещение, 1991

2. Колкова М. К. Обучение иностранным языкам. – СПб.: КАРО, 2003

3. Димент А.Л. Шутки и смешные рассказы - М.,Просвещение.1993

4. http://www.homeenglish.ru/SongsChildren\_hokey.htm