Здоровьесберегающие приемы на уроках английского языка.

С каждым годом увеличивается количество детей с ослабленным здоровьем, повышенной утомляемостью, слабой нервной системой. Поэтому одна из самых важных задач образования сегодня – сбережение и укрепление здоровья учащихся, выбор таких приемов преподавания, которые бы соответствовали возрасту учеников, устраняли бы перегрузки и сохраняли их здоровье. В связи с этим необходимо соотносить учебную нагрузку и методы преподавания с возрастными и индивидуальными особенностями детей, содействовать охране и укреплению здоровья. Наряду с учётом индивидуальных особенностей ребёнка, необходимым является формирование у ребёнка интереса к изучению английского языка, мотивации к познанию, следует тренировать познавательную активность, развивать коммуникативные навыки.

Для того чтобы добиться наибольшей эффективности урока я использую такие технологии обучения, которые позволят сохранить и укрепить здоровье учащихся. Следует помнить, что успеваемость детей напрямую зависит от их физического и психического здоровья. Чем лучше ребенок чувствует себя в процессе обучения, тем выше будет уровень его успеваемости - это доказывает необходимость использования здоровьесберегающих технологий.

Несмотря на то, что о технологии здоровьесбережения начали говорить сравнительно недавно, на мой взгляд, нам, учителям иностранного языка, ничего нового придумывать не пришлось. Прежде всего, огромное значение уделяю организации урока. Каждый урок стараюсь строить в соответствии с динамикой внимания учащихся, учитывая время для каждого задания, чередуя виды работ. Во избежание усталости учащихся продумываю смену видов работ: самостоятельная работа, чтение, письмо, слушание, ответы на вопросы, работа с учебником (устно и письменно), творческие задания. Это способствует развитию мыслительных операций, памяти и одновременно отдыху учеников.

Одним из самых важных здоровьесберегающих действий, считаю создание у детей положительной эмоциональной настроенности на уроке. Положительные эмоции способны полностью снимать последствия отрицательных воздействий на организм школьника. Стремлюсь к тому, чтобы весь урок проходил непринужденно, а мой тон был бодрым и дружелюбным, создавалась бы приятная, располагающая к занятиям обстановка. Доброжелательный тон педагога – важный момент здоровьесберегающих технологий.

Для снятия умственного напряжения и утомления немаловажным считаю использование эмоциональных разрядок:поговорки, веселые четверостишия, юмористическая или поучительная картинка. Индивидуальное дозирование объема учебной нагрузки и рациональное распределение ее во времени достигаю благодаря применению гибких вариативных форм построения системы учебного процесса. Использование на уроках проектной работы снижает нагрузку учащихся по домашней работе; разноуровневые задания способствуют повышению здоровья учащихся. Различные тестовые задания с выбором ответа, задания на перегруппировку, на распознавание и поиск ошибок позволяют избежать монотонности на уроке. На каждом уроке я использую, по крайней мере, один из приемов реализации здоровьесберегающих технологий: рифмовки для проведения физкультминуток, песни, игры (в том числе и подвижные), игровые паузы (драматизация диалогов, текстовых отрывков), зрительную гимнастику и, конечно, эмоциональную разгрузку, аудио и видеоматериалы, компьютерные программы.