



АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА С ВНУТРИГОРОДСКИМ ДЕЛЕНИЕМ «ГОРОД МАХАЧКАЛА» МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ЛИЦЕЙ № 30»

Ул. А. Исмаилова, 66 а, г.

Махачкала, Республика Дагестан, 367010, тел (8722) 63-58-91 e-mail:

ege20063030@yandex.ru ОГРН 1070562000981, ИНН/КПП 0562066994/057201001, ОКПО 49166717

4.1.1.

СПРАВКА

**Об использовании в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий, методик и приемов оздоровления детей, рекомендованных на федеральном или региональном уровне учителем английского языка
МБОУ «Многопрофильный лицей №30»
Мамедбеговой Лауры Джабраиловны**

Одной из важнейших задач, стоящих перед школой, является сохранение здоровья детей. Многие годы ученик проводит в стенах классных комнат, и поэтому ценностное отношение к здоровью не может формироваться без комплекса работы учителя и ученика. Можно считать, что здоровье 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, а именно:
 - 1) строгая дозировка учебной нагрузки;
 - 2) построение урока с учетом динамичности учащихся, их работоспособности;
 - 3) соблюдение гигиенических требований (свежий воздух, оптимальный тепловой режим, хорошая освещенность, чистота);
 - 4) благоприятный эмоциональный настрой.

Учитель постоянно должен заботиться о сохранении психического здоровья детей в норме, повышать устойчивость нервной системы учащихся в преодолении трудностей. У детей преобладает непроизвольное внимание. Ученик способен сосредоточиться лишь на том, что ему интересно, нравится, поэтому задача учителя -помочь ученику преодолеть усталость, формировать устойчивое внимание. У учащихся развита интуитивная способность улавливать эмоциональный настрой учителя, поэтому с первых минут урока, с приветствия нужно создать обстановку доброжелательности, положительный эмоциональный настрой.

Огромное значение в предупреждении утомления является четкая организация учебного труда. На уроках английского языка практически вся учебная деятельность связана с классной доской.

Очень важно, чтобы к началу урока были уже сделаны необходимые записи на доске: задания для устного счета, опроса, быть может, план работы на уроке. Четкая организация урока способствует выработке у учащихся умений планировать, организовывать свою деятельность. Положительный аспект в проведении урока оказывает применение разнообразных форм работы с учащимися на уроках - это работа в парах, в группах. В этом случае слабоуспевающий ученик чувствует поддержку товарища, освобождается от боязни ошибиться, получить неправильный ответ. При оценке выполненной работы необходимо учитывать не только полученный результат но и степень усердия ученика. Не нужно забывать и о том, что отдых — это смена видов деятельности. Поэтому при планировании урока нужно не допускать однообразия работы. В норме должно быть 4-7 смен видов деятельности на уроке. Некоторым ученикам трудно запомнить даже хорошо понятый материал. Для этого очень полезно развивать зрительную память, использовать различные формы выделения наиболее важного материала (подчеркнуть, обвести, записать более крупно, другим цветом). Хорошие результаты во всех классах дает хоровое проговаривание лексики, словосочетаний, предложений. Часто ученик, много раз слышавший сложный термин, понимающий его смысл, не в состоянии его произнести, что ставит его в неловкое положение перед товарищами.

Несколько минут на уроке необходимо уделять динамическим паузам. Потраченное время окупается усилением работоспособности, а, главное, укреплением здоровья учащихся. Очень хорошо если предлагаемые упражнения для физкультминутки органически вплетаются в канву урока.

Преподавая английский язык, я всегда привлекаю внимание учеников к проблеме здоровья и, как говорят англичане, “keeping fit”, то есть к поддержанию формы. Когда дети приходят в среднюю школу, им очень трудно сидеть прямо и спокойно, слушать учителя целый урок внимательно. Скоро им становится скучно, они устают и теряют интерес к предмету. Чтобы избежать этого, я провожу рифмованные физкультминутки в середине урока. Во-первых, все они на английском языке. Поэтому, выполняя эти упражнения, мы тренируем фонетику, учим новые слова и развиваем память. Кроме того, такие упражнения помогают ребятам выплеснуть «излишки» энергии. Сначала рифмовки произносятся учителем, а школьники повторяют слова и действия. Но так как эти “стихи” короткие и легко запоминаются, дети их быстро заучивают, и каждый урок один из учащихся заменяет учителя и выполняет упражнения перед классом.

Обычно я начинаю с самых простых рифмовок:

**Hands up,
Hands down,
Hands at side,
Sitdown.**

Но далее расширяется словарный запас учащихся, и рифмовки становятся более сложными. Поэтому, когда ребята изучают тему «Части тела», лучше выполнять физминутки под следующие стихи:

**My hands
Here's my left hand,**

And here is my right,

I clap them

With all my might.

My hands upon

My head I place,

On my shoulders,

On my face,

Then I put them

In front me,

And gently clap:

One, two, three.

Кроме того, на уроках английского языка можно проводить и гимнастику для глаз, не забывая при этом повторять лексику (например, цвета, названия стран и т. д.), буквы, числа. Вы можете разместить в разных местах в классе разноцветные кружки (цветочки, буквы, числа) и попросить учащихся: "Look at the yellow / red / blue flower, please! Find the letter "H" in our classroom, please!"
Авсредних классах: "Look at the map of Great Britain / the USA / Australia / Etc." При изучении алфавита гимнастику для глаз можно проводить следующим образом: «Нарисуйте в воздухе взглядом букву "G" / "F" / "S"» и т. д.

В старших классах средней школы учащиеся обсуждают тему «Спорт и игры» уже более глубоко. Они знакомятся с различными видами спорта, популярными не только в нашей стране, но и за рубежом: футболом, баскетболом, плаванием, волейболом, хоккеем, теннисом, гимнастикой, легкой атлетикой, катанием на скейтборде, греблей, дайвингом, виндсёрфингом, борьбой, аэробикой, велоспортом, боулингом и т. д. Используя активную лексику и высказывая аргументы "за" и "против" участия в различных спортивных соревнованиях, ученики отстаивают своё мнение. Некоторые из них считают, что спорт это неотъемлемая часть развития людей, так как он формирует характер, учит побеждать и проигрывать с честью, учит быть дисциплинированным; спорт делает человека сильным, быстрым, терпеливым. Ребята также считают, что спорт помогает обрести настоящих друзей. Но есть группа учащихся, которые имеют совершенно противоположное мнение. Они считают, что спорт не так уж и полезен, а наоборот занимает много времени и энергии. Кроме того, в спорте нет друзей – только соперники.

Таким образом, читая или слушая тексты, заучивая рифмовки или стихотворения, отвечая на вопросы на уроках английского языка, ребята приобщаются к здоровому образу жизни, а

разнообразные физминутки на английском языке помогают не только повторить лексику и грамматику, но и сделать урок интереснее.

Но это всё урок. А есть ведь ещё и внеурочная деятельность, перемены, кружки, праздники. Как соединить английский язык и здоровьесберегающие технологии во внеклассной деятельности? Всем известно, как любят дети играть, - весело, шумно и радостно. У них богатое воображение, они любознательны, энергичны, открыты любым инициативам. Для них всё вокруг может представлять интерес и быть объектом изучения. Перебирая реальные предметы в окружении ребёнка, мы можем стимулировать познавательную активность, сочетая её с обучением английскому языку, опираясь на звуковые, осязательные, вкусовые ассоциации. Все это происходит естественно именно тогда, когда ребёнок находится в движении. Соучаствуя в игре, учитель как бы неявно поправляет языковые погрешности играющих. Замечали ли вы, как быстро вновь прибывшие запоминают правила игры и включаются в неё? Быстрее всего дети запоминают слова, когда они вовлечены в процесс и соединяют движение и речь.

Детские игры трудно подразделить на типы, потому что их много и они разнообразны. Дети с удовольствием играют как в пассивные игры (они тщательно разработаны), так и в активные, подвижные. Их можно проводить на уроке, в холле школы, на улице, в командах из нескольких игроков и вдвоём. Одни игры формализованы – игра ведётся по чётким правилам и обычно для них нужно оснащение. Другие допускают отклонения от правил, рассчитаны на импровизацию (типа «Море волнуется раз», «Мы поехали на балл»). Игры призваны развлечь ребенка и обучить, приобщая его к реалиям взрослой жизни, привить навыки общения, адаптации к резко меняющимся условиям. Обычно дети играют в «знаменитостей», героев мультфильмов и любимых произведений, копируют семейные отношения – прекрасная возможность выйти на речепорождение по материалам прочитанных произведений, закрепить пройденный материал в движении. Игры в «оживший» мультфильм или рассказ с удовольствием воспринимаются учениками.

Подвижная игра может проводиться со школьниками и на уроках физкультуры, и во внеучебной деятельности, но инструкции для игры даются при этом на английском языке. Играть можно и в известные всем спортивные игры – волейбол, баскетбол, пионербол, футбол. Очки команде при этом набавляются или снимаются с неё в зависимости от того, общаются ли во время игры дети на английском языке. У команды могут быть свои cheerleaders, которые поддерживают команду песнями на английском языке и движениями в такт. Или просто болельщики, скандирующие заранее приготовленные речёвки на английском языке.

Уже с XII века практикуется игра «Делай за мной, делай как я». Многие игры по праву можно назвать устным народным творчеством. За время своего путешествия во времени они обросли стишками-инструкциями, песенками- потешками, восклицаниями и рифмовками. Хорошо

известны и ритуальные игры, многие из них носят интернациональный характер, что облегчает процесс вовлечения детей в игру с опорой на английский язык (hide-and-seek – прятки, spinningtops – камешки). Подвижные игры способствуют процессу запоминания слов и фраз, так как инструкции повторяются много раз и ассоциируется с определёнными передвижениями. К тому же, эта лексика эмоционально окрашена, что также облегчает запоминание. Можно дать несколько советов для тех кто только начинает работать с играми на английском языке:

- ❖ Объясняйте правила игры на английском языке, но короткими фразами, помогая себе жестами и мимикой
- ❖ Произносите достаточно медленно, ритмично, мажорно меняя высоту тона
- ❖ Дождитесь ответного жеста ученика как знака понимания: кивок головы, взмах рук, хлопки в ладоши, движения друг к другу.

Таким образом, мы видим, что урок иностранного языка, как никакой другой позволяет с успехом использовать здоровьесберегающие технологии, становясь при этом более интересным, функциональным, динамичным, а главное полезным. Нужно помнить, что любое упражнение может принести пользу, не оказать никакого воздействия, принести вред.

Поэтому нужно выполнять его очень старательно, обязательно в хорошем настроении.

В конце урока нужно обсудить не только то, что усвоено нового, но выяснить, что понравилось на уроке, какие вопросы хотелось бы повторить, задания какого типа выполнить. Полезно строить графики настроения на протяжении урока. В ходе проведения данного вида работы эмоциональный настрой учеников заметно повышается после проведения динамических пауз. Предлагая домашнее задание учитель может продифференцировать уровень сложности, указать что ученики должны выполнить, чтобы подготовить задание на «три», «четыре», «пять».

Директор МБОУ «Многопрофильный лицей №30»

/Малиотаки С.Г/





**АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА С ВНУТРИГОРОДСКИМ ДЕЛЕНИЕМ
«ГОРОД МАХАЧКАЛА» МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ЛИЦЕЙ № 30»**

Ул. А. Исмаилова, 66 а, г. Махачкала, Республика Дагестан, 367010, тел (8722) 63-58-91 e-mail:

ege20063030@yandex.ru ОГРН 1070562000981, ИНН/КПП 0562066994/057201001, ОКПО 49166717

4.1.3

СПРАВКА

**об использовании современных цифровых
образовательных ресурсов
на уроках учителя английского языка
Мамедбеговой Лауры Джабраиловны**

Современное общество неразрывно связано с процессом информатизации. Происходит повсеместное внедрение компьютерных технологий. При этом одно из приоритетных направлений процесса информатизации современного общества – информатизация образования. Информатизация образования - это процесс создания оптимальных условий для удовлетворения информационных потребностей и реализации прав граждан, органов управления образованием, учебных учреждений, общественных объединений на основе формирования и использования информационных образовательных ресурсов единого информационного пространства.

Информатизация образовательного пространства обещает радикально повлиять на качество подготовки выпускников школы - потенциальных носителей нового типа мышления, соответствующего требованиям общественного развития через существенное повышение эффективности учебного процесса.

Перед современной школой стоит очень важная задача – подготовка подрастающего поколения к жизни в быстро меняющемся информационном обществе, в мире, в котором ускоряется процесс появления новых знаний, постоянно возникает потребность в новых профессиях, в непрерывном повышении образования. И ключевую роль в решении этих задач играет компетенция современного человека в ИКТ.

Одной из главных задач, стоящих перед учителем, является расширение кругозора, углубление знаний об изучаемом предмете, активизация умственной деятельности детей, развитие речи. Использование ИКТ позволяет развивать умение ориентироваться в информационных потоках окружающего мира, овладевать практическими способами работы с информацией, развивать умения, позволяющие обмениваться информацией с помощью современных технических средств: компьютеров, мобильной связью, Интернет и т. д.

В единой образовательной среде ИКТ ни в коем случае не подменяют собой традиционные методы взаимодействия между участниками образовательного процесса, в том числе между учителем и учеником, но они дают возможность облегчить труд учителя и повысить эффективность обучения. В результате использования ИКТ у учителя появляется возможность осуществить индивидуальный подход к ученику, получить поддержку коллективной работы, возможность содействовать самостоятельной и творческой работе ученика, у учителя высвобождается время и он может заниматься наукой, творчеством. Функции поддержки мотивации и интерпретации обучения всей группы учащихся или конкретного ученика по-прежнему выполняет учитель. Но использование ИКТ способствует формированию и новой роли учителя. В электронной образовательной высокоинформативной среде учитель и ученик равны в

доступе к информации, содержанию обучения, поэтому учитель перестаёт быть единственным источником фактов, идей и другой информации. Наставник – вот его новая роль. Теперь учитель не только поддерживает педагогическое общение, координирует процесс обучения, но и выполняет новые задачи развития в своих учениках востребованных современным обществом навыков – критического мышления, эффективной коммуникации при устном и письменном общении, умения работать в группе, быстро адаптироваться к изменениям в ИКТ, а также интеллектуальных навыков для постановки проблемного вопроса, осуществления поиска и систематизации полученных знаний.

Лаура Джабраиловна систематически использует информационные технологии в учебно-воспитательном процессе на всех ступенях обучения: информационные ресурсы сети интернет, программные продукты, мультимедийные учебники.

Учитель активно использует ресурсы федеральных образовательных порталов: «Российское образование» (www.edu.ru), Российский общеобразовательный портал (www.school.edu.ru).

Мамедбегова Лаура Джабраиловна постоянно использует презентации на уроках технологии. По ФГОС предусмотрена работа учащихся на компьютере совместно с родителями для поиска информации в Интернете. Важная цель обучения – научить каждого ребёнка за короткий промежуток времени осваивать, преобразовывать и использовать в практической деятельности огромные массивы информации. Детям приходится часто самим находить необходимую информацию по различным темам. Задача учителя – умело сочетать работу с книгой и поиск информации детьми с помощью техники.

Ученики Мамедбеговой Л.Д. умеют пользоваться информационными ресурсами сети Интернет с целью поиска страноведческого материала, в процессе работы над проектными работами, для участия в онлайн - тестированиях для закрепления изученного материала.

Лаура Джабраиловна использует цифровые образовательные ресурсы на всех этапах процесса обучения: при объяснении нового материала, закреплении, повторении, контроле ЗУН. Внедрение информационных технологий в процесс обучения проводится с учётом санитарно-гигиенических норм, что обеспечивает здоровьесберегающий режим обучения. Индивидуальная работа за компьютером строго регламентируется и составляет не более 10 минут. В течение уроков проводятся физкультурные минутки и зарядка для глаз. Кроме того, смена видов деятельности способствует снижению утомляемости детей.

Практика использования ИКТ даёт возможность утверждать, что уроки с использованием информационных технологий не только расширяют и закрепляют полученные знания, но и значительно повышают творческий и интеллектуальный потенциал учащихся. Поскольку фантазия и желание проявить себя у школьника велики, стоит учить его как можно чаще излагать собственные мысли, в том числе и с помощью ИКТ. Мамедбегова Л.Д. считает, что использование информационных технологий может преобразовать преподавание традиционных учебных предметов, рационализировав детский труд, оптимизировав процессы понимания и запоминания учебного материала, а главное, подняв на более высокий уровень интерес детей к учёбе.

Директор МБОУ «Многопрофильный лицей №30»

//Малиотаки С.Г//

