

# Использование здоровьесберегающих технологий на уроках английского языка

Выступление на муниципальном семинаре  
учителей английского языка  
Лазутиной Светланы Дмитриевны,  
МОУ «Гимназия №13»,  
г. Алексино тульской области

«Человек есть мера всех вещей»

Протагор

**“A sound mind  
in a sound  
body”**





# Актуальность технологии

- Применение лично-ориентированного подхода;
- Субъект-субъектные отношения на основе партнёрства;
- Проведение уроков в нестандартной обстановке;
- Формирование стремления к самосовершенствованию, самовыражению;
- Выработка коммуникативных навыков, толерантности
- Повышение мотивации к обучению;
- Использование группового метода для формирования самостоятельной позиции;
- Развитие монологической речи, умения анализировать, сравнивать, делать выводы, давать оценку;
- Оздоровляющий эффект.

# Задачи системы образования по сохранению здоровья учащихся

- Обеспечение активной адаптации школьника к жизни в современном социуме;
- Формирование ответственного отношения к собственному здоровью;
- Формирование необходимых навыков по сохранению физического и духовного здоровья;
- Воспитание культуры здоровья и потребности в здоровом образе жизни.

# Основные аспекты здоровьесберегающих технологий

Здоровьесберегающий урок

**Правовая основа:  
гигиенические требования к условиям обучения  
(Сан и ПИНа 1.09.2008г)**

**Гармонизация и гуманитаризация урока  
(Е. Ильин, Б. Йеменский)**

**Адаптивный урок  
(по К. Смирнову)**

**Зона ближайшего взаимодействия  
(Л. Выготский)**

**«Идея свободного выбора»  
(Р. Штейнер)**

**Психолого-валеологический анализ**

**Валеологический портрет учителя и ученика**

# Психолого-валеологический анализ адаптивного урока

- Постановка цели урока с привлечением учащихся;
- Соответствие содержания учебного материала уровню подготовленности класса;
- Использование опыта учащихся при изучении темы;
- Применение элементов логики;
- Формирование рефлексивного мышления;
- Стимулирование активности учащихся;
- Развитие креативного мышления;
- Культура общения;
- Способы предупреждения утомляемости на уроке;
- Разноуровневая подача домашнего задания на уроке.

# Слагаемые успеха адаптивного урока

- Мотивация на успех
- Эмоциональное состояние;
- Ситуация парадокса;
- Рефлексия.



# Валеологический портрет ученика



- Внешний вид;
- Активность;
- Эмоциональный настрой;
- Работоспособность;
- Интерес к уроку

# Виды учебной деятельности на уроке

- Опрос;
- Письмо;
- Работа с картой;
- Чтение с анализом;
- Беседа;
- Дидактические игры;
- Тесты.



# Интенсивность умственной деятельности учащихся в ходе урока

Этап урока	Время	Нагрузка	Деятельность
<b>Вводный</b> (организационный момент, зарядка, вводная беседа)	<b>5мин</b>	Относительно <b>невелика</b>	<b>Репродуктивная</b> , переходящая в <b>продуктивную</b> . Повторение.
<b>Основной</b>	<b>20-25 мин</b>	<b>Максимальная</b> работоспособность. Снижение на 15минуте.	<b>Продуктивная, творческая</b> . Знакомство с новым материалом.
<b>Заключительный</b> (актуализация пройденного материала)	<b>10-15 мин</b>	Небольшое <b>повышение</b> работоспособности	<b>Репродуктивная</b> . Отработка основных моментов пройденного.

# Структура рациональной организации урока английского языка

Факторы урока	Показатели
Плотность урока	<b>60% - 80%</b>
Число видов учебной деятельности	<b>4 -7</b>
Средняя продолжительность различных видов учебной деятельности.	Не более <b>10 минут</b>
Частота чередования видов учебной деятельности.	Смена не позднее чем <b>через 10 минут</b>
Число видов преподавания	не менее <b>3 мин</b>
Наличие эмоциональных разрядок.	<b>2-3</b>

# Общие характерные симптомы утомления

- Появление боли и неприятных ощущений в различных частях тела;
- Отрицательные эмоции – раздражительность, нервозность, чувство бессилия, иногда – агрессия;
- Невнимательность;
- Снижение скорости и ритмичности выполнения заданий, увеличение числа ошибок;
- Желание отдохнуть.

# Главные причины, вызывающие утомление учащихся на уроке

- Профессиональные ошибки и низкий уровень компетентности учителя;
- Перегруженность школьных учебных программ, интенсификация учебного процесса;
- Левополушарный перекоп содержания учебных программ и методов преподавания;
- Несоблюдение санитарно-гигиенических условий в классах и школе;
- Нарушение организационно – педагогических требований к проведению образовательного процесса.

# Виды релаксации на уроке:

- Физкультминутки (5-6 кл);
- Динамические паузы (7-8 кл);
- Минуты релаксации (9-11 кл);
- Гимнастика для глаз;
- Точечный массаж.



# Требование к здоровьесберегающему уроку

- Оптимальные: температура и свежесть воздуха, освещение;
- Чередование видов учебной деятельности;
- Психологический климат на уроке;
- Наличие эмоциональных разрядок;
- Наличие физкультминуток;
- Скомканное, не скомканное завершение урока;
- Своевременное окончание урока.

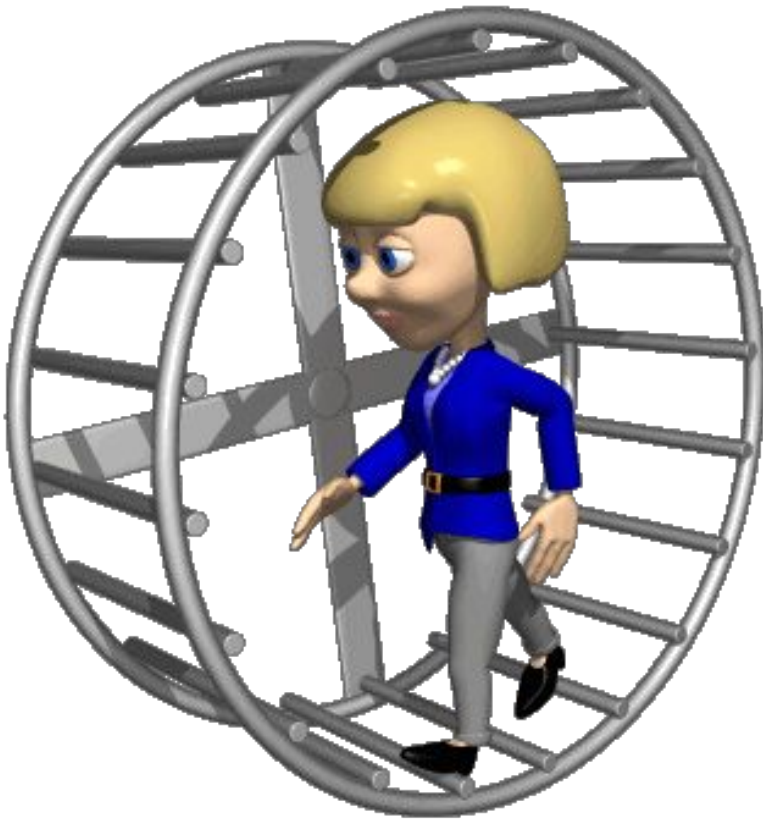


# Требование к здоровьесберегающему уроку.

## Наличие методов:

- Активизации, инициативы и творческого самовыражения
- Свободного выбора (действия, способа действия), свобода творчества;
- Активной работы (ученик в роли учителя, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар);
- Направленных на самопознание, и развитие (интеллекта, эмоций, общения, воображения);
- Мотивации деятельности на уроке (внешней и внутренней)

# Валеологический портрет учителя



- Показатели коммуникативных навыков
- Показатели невербального общения;
- Параметры внешнего облика.





































Благодарю за  
внимание!