**Мастер класс учителя английского языка МОУ СОШ № 2 с УИОП**

**Гришиной Анны Антоновны.**

Здравствуйте, уважаемые коллеги! Наконец-то мы с Вами встретились! Я желаю каждому из Вас удачи, и надеюсь, что наше с Вами общение и общие мероприятия будут протекать только на позитивной и дружеской ноте.

Итак, меня зовут Гришина Анна Антоновна. Я учитель английского языка школы № 2. Педагогический, да как и общий стаж у меня 1 год. И работая не так уж долго, я уже пытаюсь расставлять для себя определённые акценты в обучении детей. Т.к. у меня, в основном, дети младшего школьного возраста, основной трудностью для меня является поддержка внимания и интереса учащихся на уроке, а также вопрос – Как повысить работоспособность на уроке?. На мой взгляд, в данной ситуации, как ни что другое, помогает физкультминутка. Поэтому темой для своего мастер класса я выбрала следующую «Физкультминутки как средство здоровьесбережения на уроке иностранного языка».

В настоящее время очень много внимания уделяется сохранению здоровья школьников, что является одним из приоритетных направлений гуманизации школьного образования. Обучение – это серьезная нагрузка на организм ребенка. Изучение английского языка требует значительного умственного напряжения учащихся. Это приводит к быстрому утомлению и рассеиванию внимания. К тому же у детей снижена физическая активность, повышено напряжение зрительных органов. Это ведет к ухудшению самочувствия. Невозможность реализовать естественную потребность растущего организма в движении, а также неосуществимость желания дать выход своим эмоциям приводит к быстрой утомляемости, нервозности, снижению внимания и работоспособности, плохому усвоению изучаемого материала. «Валеологизация системы образования предполагает, что каждый урок, каждое школьное мероприятие должно содержать в себе оздоровительный эффект, препятствовать развитию переутомления, не ухудшать здоровье, а способствовать его развитию. Здоровьесберегающая технология проходит красной нитью во всей системе современного образования, и отражается в государственных стандартах. Важным способом поддержания общей учебной работоспособности организма учащихся является проведение на каждом уроке физкультминуток, связанных с усилением двигательной активности учащихся, с борьбой против гиподинамии, со снятием утомления с различных групп мышц и активизации познавательной способностей детей».

При первых проявлениях утомления учащихся необходимо проводить физкультминутки. Они не только способствуют повышению работоспособности, усиливают кровообращение, обеспечивают активное дыхание, снимают усталость, вызванную продолжительным сидением за партой, но и позволяют повторить изученный ранее материал.

Детей дошкольного и младшего школьного возраста очень трудно удержать на месте в течение урока. Необходимо на несколько минут отвлечь детей от основного занятия, дать возможность проявить динамическую активность. На помощь приходят различные стишки, рифмовки, скороговорки, песенки, сочетающие слова и движения частей тела. Подобная физкультминутка отвлечет детей, даст возможность отдохнуть и продолжить занятие. Подобные стихи легко запоминаются, заучиваются наизусть, дети легко запоминают сложные грамматические конструкции, так называемые фразы – клише. Такие физкультминутки помогут сделать ваш урок интереснее и подогревают интерес ребенка к обучению английским языком. Далее в процессе разговора на английском языке, составления диалогов, при написании сочинений ученики с легкостью вспоминают необходимые грамматические конструкции, правильно подбирают вспомогательные глаголы для определенных местоимений, правильно определяют время глагола. Даже если ребенок допустил ошибку в процессе речи, он понимает, что предложение звучит неправильно и исправляет себя сам. На старшей ступени обучения целесообразно вводить песни современных исполнителей, сочетая их с динамическими движениями.

С учетом прогресса в сфере технологий, образовательный процесс также стал более гибким. Особой тенденции подвергся английский язык. Технологии запада вместе с программой обучения внедрились в нашу систему и стали её неразрывной частью. В зарубежных странах уже в прошлом веке началось практиковаться мультимедийное обучение, с помощью видео, музыки и песен. Гораздо интереснее провести музыкальные физкультминутки на английском языке, чем молча делать зарядку. Но, а если добавить еще и картинку, тогда дети смогут повторять движения прямо с экрана интерактивной доски. К примеру, включить видео и без особого вмешательства наблюдать, как дети самостоятельно выполняют движения, повторяют слова на английском языке, и при этом весело проводят время и хорошо усваивают материал.

На мой взгляд, педагогу, особенно начинающему ( каким являюсь я), необходимо пытаться систематизировать свой накопленный опыт, пусть даже не большой в объёме. Я, в свою очередь, попыталась систематизировать свой опыт именно в данном вопросе. И составила свой сборник физкультминуток. На мой взгляд, цифровые носители – это, конечно хорошо, но нет ничего лучшего, чем бумажный носитель. Данный сборник состоит из пояснительной записки и физкультминуток четырёх различных видов:

- **Валеологических упражнений.**

 **- Упражнения для профилактики нарушения зрения.**

 - **Упражнения для глаз.**

 **- Динамические упражнения.**

И сейчас, я бы хотела продемонстрировать, как легко и просто можно разрядить обстановку на уроках. Возможно, Вы уже знаете многие способы, для этого, но в силу ряда причин, забываем или просто не хотим ими воспользоваться, сами не понимаю, что этими способами мы в первую очередь расслабляемся и отдыхаем сами.

**1). При общем утомлении полезно массировать биологически активные точки на руках:**

а) первая точка (симметричная на обеих руках) находится внутри угла ногтевого ложа мизинца. Надавливая до легкой болезненности, массировать в течение 2-3 минут.

б) вторая точка (симметричная, находится cнаружи от угла ногтевого ложа мизинца), надавливая до легкой болезненности, массировать в течение 2-3 минут.

в) третья точка (симметричная), находится на среднем пальце со стороны указательного пальца на 3 мм ниже угла ногтевого ложа. Надавливая до легкой болезненности, массировать большим пальцем в течение 2-3 минут.

**2). Снять усталость глаз и восстановить остроту зрения помогает такой комплекс упражнений:**

1. Крепко зажмурьте глаза на 3-5сек., затем откройте их (считаем от 1 до 20 по-английски).

2. Быстро поморгайте глазами в течение 30-60 сек (считаем десятками от 10 до 100 по – английски).

3. Расположите указательный палец правой руки напротив носа на расстоянии 25-30 см от глаз, переведите взгляд на кончик пальца и смотрите на него 3-5 сек., опустите руку (про себя называем, в качестве повторения, дни недели, название месяцев).

4. Посмотрите на кончик носа. Затем закройте глаза и посмотрите вправо, влево, вверх, вниз, не поворачивая головы (действие сопровождаем повторением предлогов: to the right, to the left, up, down) .

**3). ''Письмо''.**

Пишите буквы или слова движением глаз. При этом желательно чередовать размер ''написанных'' букв, например, сначала во всю противоположную стену, а потом на ближайшем мелком предмете. Можно предложить написать алфавит, свое имя, или имя друга по-английски.

**4). *Head, shoulders, knees and toes.***

Head, shoulders, knees and toes,
Knees and toes,
Head, shoulders, knees and toes,
Knees and toes.
Eyes and ears and mouth and nose,
Head, shoulders, knees and toes,
Knees and toes.

Надеюсь, наш мастер класс поёл нам всем на пользу. Мы взбодрились и готовы покорять новые вершины. И в качестве подарка, я хочу каждому подарить диск с моим сборником. Всем спасибо за внимание!