

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Родионова Галина Борисовна

преподаватель английского языка

ГБОУ СПО «Московский областной государственный колледж»

г. Раменское, Московская область

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ

Аннотация: целью данной работы является обобщение психолого– педагогического опыта использования здоровьесберегающих технологий обучения, в частности, делается попытка рассмотреть различные способы здоровьесберегающей деятельности в процессе обучения иностранному языку.

В последнее время актуальным является вопрос о здоровьесберегающих технологиях обучения. Причиной тому является тот факт, что на учащегося и учителя ложится большая учебная нагрузка, что неизбежно ведет к переутомлению. Отсюда перед педагогами и психологами остро встает задача: свести к минимуму негативные последствия интенсификации обучения.

Подходов к решению этого вопроса много: это концепции и теории отечественных и зарубежных авторов: человековедческой компетентности педагога В.М. Шепеля, самоактуализации А. Маслоу, педагогической антропологии К.Д. Ушинского, гимнастики мозга П. Деннисона, техники быстрого чтения О.А. Андреевой и др.

В отечественной педагогике много внимания уделялось и уделяется сейчас гигиеническим нормам. Однако только ими не может быть решена проблема здоровьесбережения, так как по определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) «здоровье – это состояние физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов». Поэтому в качестве определения понятия *здоровьесберегающих технологий* мы используем следующее: «совокупность форм, методов и приемов организации

учебной деятельности без ущерба для физического, психического и духовно – нравственного здоровья» учащихся [3].

В последнее время все чаще приходится слышать о таком явлении как *информационный стресс*. Психологи видят причину этого в возникновении *конфликта между количеством и качеством поступающей информации и психофизическими возможностями ученика*. Механизм этого негативного явления на психологическом уровне они объясняют следующим образом: «Одним из важнейших нарушений является отсутствие рефлексии и игнорирование последовательности обработки поступающей информации. У человека два отдела мозга. И информация сначала поступает в так называемый эмоциональный отдел мозга. Здесь она оценивается на предмет «нравится – не нравится». И только после этой процедуры информация может продвигаться в интеллектуальный отдел мозга. В интеллектуальном отделе у информации есть шанс удержаться только в том случае, если человек успел ответить себе на вопрос: «Что я с этой информацией буду делать? Зачем она мне?» [3, с.79].

Не секрет, что в обычной педагогической практике отношение учащегося к содержанию знания зачастую опускается, что неминуемо ведет к его отторжению.

Практические психологи видят выход из этой ситуации с помощью *метода саморефлексии* и предлагают использовать на занятиях его алгоритм:

Что мне нравится – не нравится в получаемой информации? (С чем я согласен – не согласен?)

Почему?

Что я с данной информацией могу делать?

(Где она мне может пригодиться?) [3, с.79].

Использование данного метода на занятиях помогает активизировать *сначала* эмоциональный, а затем и интеллектуальный отделы мозга, не нарушая при этом законов переработки информации. Это означает, что у учащихся происходит образование и принятие новых научных понятий. Именно об этом писал

Л.С. Выготский: «...только с образованием понятий наступает интенсивное развитие самовосприятия, самонаблюдения, интенсивное познание внутренней действительности, мира собственных переживаний» [1].

Обучение иностранному языку, безусловно, имеет свою специфику. Возникает вопрос: можно ли спроецировать приведенный здесь алгоритм *метода саморефлексии* на процесс обучения иностранному языку? Конечно, да. И это можно сделать пошагово и буквально:

What do (don't). I like in this information?

What do (don't) I agree with?

Why?

What can I do with this information?

Where can I use it?

Where do I need it most of all?

(in what situations)?

Но если внимательно изучить коммуникативный метод обучения иноязычному говорению (Е.И. Пассов), который является стержневым в методике преподавания иностранных языков, можно увидеть, что в нем уже имеются предпосылки использования метода саморефлексии, о котором пишут психологи. Нельзя не согласиться с У.М. Риверс, отмечающей, что учитель «должен обеспечить плавный и естественный переход от формирования навыков и умений к их функционированию» и что деятельность общения «должна служить не дополнением, а естественным продолжением тех типов деятельности, на которых базируется формирование навыков и умений» [5].

Понятно, что на этапе речевой практики учащемуся помогает знание особенностей коммуникативной ситуации. А как быть с этапом тренировки, основная задача которого – автоматизация процессов понимания и использования языкового материала? Я.М. Колкер считает, «что этап тренировки – самый важный этап: успешность овладения языком зависит прежде всего от правильной градации заданий по сложности, от умения преподавателя превратить тренировку в цепочку увлекательных смысловых и речевых задач» [2, с.87–88]. Речь пойдет

здесь об условно–коммуникативных упражнениях, которые достаточно хорошо разработаны в теории и практике преподавания иностранных языков. Приведем несколько примеров:

1. Прослушайте и скажите, что вы тоже это делаете (умеете, любите, собираетесь сделать и т.п.):

«I read English every day»

«I read English every day, too»

«I like to read English every day»

Прослушайте высказывание и ответьте, как вы к нему относитесь, начиная его «It's a pity...», «I am glad...», «It's strange...»

«We are going to the Smiths together»

«I am glad we are going to the Smiths together»

2. Прослушайте и воспроизведите высказывания, предваряя их фразой, выражающей согласие, несогласие или неуверенность: «I agree that...», «I don't think that...», «I'm not sure that...» и т.п.

3. Согласитесь или возразите и предложите свой вариант:

«English tests should be given once a week»

«Oh no, English tests should be given once a year»

Приведенные примеры наглядно показывают, что задания подобного рода помогают учащимся «прожить» предлагаемый материал эмоционально, как бы «примерить» его на *себя*, на *свое* восприятие, на *свое* осмысление. Такое построение тренировочных упражнений облегчит, сделает возможным для учащихся переход к следующему этапу – речевой практике.

В заключение хотелось бы отметить, что главная задача педагога–практика на сегодняшний день – в соединении психологических знаний основ здоровьесберегающих технологий с основами теории и практики обучения иностранным языкам, чтобы на стыке этих двух наук, в постоянном поиске точек их соприкосновения рождалось самое ценное: физическое, психическое и духовно–нравственное здоровье наших учеников.

Список литературы

1. Выготский Л.С. Психология подростка // Собр.соч. Т.4.М.: Педагогика. 1984.
2. Колкер Я.М., Устинова Е.С., Еналиева Т.М. Практическая методика обучения иностранному языку. – М.,2001.
3. Онишина В.В. Учебный стресс и способы его нейтрализации. – М., 2007.
4. Пассов Е.И. Коммуникативный метод обучения иноязычному говорению. – М., 1985.
5. Rivers W.M. From Linguistic Competence to Communicative Competence. TESOL Quarterly, Vol. 7, No. 1, 1973.