Применение здоровьесберегающих технологий на занятиях иностранного языка в системе СПО

Состояние здоровья молодогопоколения – важный аспект благополучия общества и государства, не только отражающий настоящую ситуацию, но и дающий прогноз на будущее. Внимание к вопросам здоровья в нашей стране в последние годы заметно возросло, и внимание к здоровью учащихся и студентов. От молодого специалиста, вступающего в самостоятельную жизнь, работодатель требует не только глубоких знаний своей профессии, но и достаточно высокого интеллектуального и физического развития, творческого и активного отношения к труду. Однако последние исследования ученых показывают, что за период обучения у многих обучающихся состояние здоровья ухудшается в несколько раз. И как результат этого – низкий уровень активности учащихся на занятиях, слабая успеваемость, низкое качество обучения в целом.

В настоящее время одной из первостепенных задач образования становится сбережение и укрепление здоровья учащихся, формирование у них установки на здоровый образ жизни, выбор таких технологий преподавания, которые соответствовали бы возрасту обучающихся, устраняли перегрузки и сохраняли их здоровье.

Особенно остро эта проблема проявляется в обучении иностранному языку, это связано со спецификой предмета.  Иностранный язык является одним из трудоемких по шкале трудности предметов. Студенты должны усвоить массу нового лингвистического материала (лексические единицы, грамматические формы, приобрести произносительные навыки). На занятиях обучающимся приходится много запоминать, говорить, писать, читать, слушать и анализировать информацию, поэтому, преподаватель должен уделять особое внимание здоровьесберегающим технологиям. Без прочного сохранения приобретенных знаний, без умения воспроизвести в необходимый момент, ранее пройденный материал, изучение нового материала всегда будет сопряжено с большими трудностями и не дает надлежащего эффекта. Поэтому, проблема внедрения и использования на занятиях здоровьесберегающих технологий в настоящее время очень актуальна.

Для повышения здоровья обучающихся огромное значение имеет организация занятия. Здоровьесберегающее занятие должено быть построено с учетом потребностей студентов в саморазвитии, в подражании, в приобретении опыта. С целью повышения мотивации к изучению иностранного языка большое внимание следует уделять созданию психологического климата на занятиях, учитывать физиологические и психологические особенности обучающихся и предусматривать такие виды работы, которые снимали бы напряжение и усталость и организовывать учебный процесс так, чтобы периоды интенсивного интеллектуального напряжения обучающихся чередовались с периодами эмоциональной разгрузки. Во избежание усталости и перегрузки преподаватель должен строить занятие в соответствии с динамикой внимания учащихся, учитывая время для каждого задания, чередуя виды работ .Развитию мыслительных операций, памяти и одновременно отдыху учащихся способствуют: индивидуальное дозирование объема учебной нагрузки, рациональное распределение ее по времени; смена видов работ : самостоятельная работа, чтение, письмо, слушание, ответы на вопросы, работа с учебником (устно и письменно), творческие задания, “мозговой штурм”и т.д.; различные тестовые задания с выбором ответа, с открытым ответом; задания на перегруппировку; на распознавание и поиск ошибок; разноуровневые задания. Для профилактики перегрузок и снятия усталости у обучающихся, повышения их работоспособности на занятиях, применяются игровые паузы, пантомимы, зарядки-релаксации. По времени это занимает не более пяти минут.

Таким образом, занятие иностранного языка, как никакое другое позволяет с успехом использовать здоровьесберегающие технологии, становясь при этом более интересным, функциональным, динамичным . Рациональное чередование видов деятельности помогает избежать снижения внимания, усталости. Разнообразие типов взаимодействия на занятии обеспечивает активный стереотип поведения студентов и снимает усталость, делает занятие более эмоциональным. Обучение становится более эффективным и гораздо более привлекательным для студентов с использованием здоровьесберегающих технологий. Использование здоровьесберегающих технологий позволяет легче и успешнее овладеть необходимыми знаниями , преодолеть трудности в обучении иностранному языку. Более того, снижается процент быстро утомляющихся студентов, возрастает их удовлетворенность полученными знаниями, повышается качество образования по предмету, укрепляется и сохраняется здоровье студентов.

Литература

1. Бродкина Г.В., Зубарёва И.И. Здоровьесберегающие технологии в образовании. АПКРО, 2002

2. Смирнов А. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. М., АПКРО, 2002.

3. Артамонова Л.Н. Ролевые игры на уроках английского языка. // English - 2008 №4 - с.36

4. Качан, Л.Г. Организация здоровьесберегающей среды// ИЯШ - 2005 №1. - С. 48-52. . Педагогика здоровья, или как учитель влияет на физическое и эмоциональное здоровье детей // Начальное образование. - 2006 №5.

5. Якушина О.А., Гусейнов А.Н. Анализ и оценка внешних факторов оценки здоровья учащихся // Школа здоровья. 2003. —№ 2. — С.39—42.