

Физкультминутки на уроках английского языка

Каждому человеку во время умственного напряжения хочется отдохнуть. Урок - это не только работа мозга, но и эмоциональная деятельность. Чтобы информационно не перегружать ребенка, как в младших классах, так и в старших необходимо использовать физкультминутки на уроках английского языка.

К сожалению, многие учителя пренебрегают этим элементом. Тем самым, они пытаются дать детям больше материала. И делают они это зря. Когда мозг ребенка перегружен, ему ничего в голову не «запахнешь». Помимо этого, можно нанести вред здоровью. А ведь необходимо не ухудшать его, а сохранять. Поэтому крайне ВАЖНО включать физминутки на уроках английского языка.

Когда проводить?

Детям просто необходимо движение. Вы все порой замечали, что через некоторое время любой, даже самый прилежный ученик начинает крутиться, отвлекаться, зевать. Значит, пора сменить деятельность. Дать голове отдохнуть. Для каждого возрастного этапа следует подбирать определенные разминки. Для деток помладше, больше подойдут анимационные, стихотворные физминутки. Для старших также можно использовать стихи, можно шутки, анекдоты, скороговорки или что-то, что одновременно и связывает с языком, и расслабляет. Связь с английским — одно из основных требований. Тем самым, вы можете закрепить какой-то материал, как по лексике, так и по грамматике. А порой, расширить словарный запас.

Все мы хорошо знаем, что стандартный урок в школе длится 45 минут. С начальными классами можно проводить и две разминки. Например, после первых 15 минут урока, и после 35 минут. Не обязательно использовать одинаковые. Даже наоборот, возьмите разные стихи и песенки. Это будет интереснее. Со средним и старшим звеном можно проводить физминутку после 20 — 25 минут урока. Лучше всего смотрите по ситуации, по вниманию детей, по их активности. По длительности разминка составляет 1-2 минуты.

Разминка на уроке английского языка

Как проводить? Расслабляющие минутки бывают разные. Это может быть и песенка, и стихотворение, и юмор. Если у вас есть возможность использовать аудио или видео материал, то непременно воспользуйтесь. Это позабавит детей, придаст легкости и энергичности. Если нет, то вместе с детьми повторяете все движения. Когда дети будут уже знать, например, стихотворение, можно выбирать одного ребенка из класса, и он будет проводить. Какие разминки самые интересные?

Динамические упражнения построены на движениях. Например, вы можете использовать такие **стихотворения**:

Hands up! Hands down!
Hands on hips! Sit down!
Hands up! To the sides!
Bend left! Bend right!
One, two, three! Hop!
One, two, three! Stop!
Stand still!

Hands up, clap, clap!
Hands down, clap, clap!
Turn yourself around and then you clap, clap!
Bend left, clap, clap!

Bend right, clap, clap!
Turn yourself around and then you clap, clap!

.....

Hands on your hips, hands on your knees,
Put them behind you if you please.
Touch your shoulders, touch your nose,
Touch your ears, touch your toes.

Stand up and show me orange!
Hands up and show me blue!
Clap! Clap! Show me yellow!
Sit down. Nice of you!
Stand up and show me blue!
Hop! Hop! Show me red!
Sit down. Nice of you!
Stand up and show me grey!
Sit down and point to the green.
Clap! Clap! Show me pink.
Stop! Very nice of you.

Песенки также часто используются на уроках. Вы можете прослушать и просмотреть видео материалы по следующим ссылкам:

Hokey Pokey

If you are happy

Clap your hands

I can run — Nursery Rhymes & Kids Songs

One little finger

Упражнения для глаз:

1. Начертите на доске или другим способом букву S. Затем попросите детей глазами очертить ее сначала в одном направлении, потом необходимо поменять. При этом можно приговаривать скороговорку или рифмовку. Ее можно связать с изучаемой темой (“Wealth is nothing without health”).
2. Хорошим упражнением для глаз будет «письмо». Например, сначала можно написать какие-нибудь большие буквы на доске. Затем перевести взгляд на свою парту и там глазами «написать те же буквы». Затем на любом маленьком предмете. Как вариант, можно написать свое имя или любое слово.
3. Можно использовать стихотворный способ для расслабления глаз.

Look left, right
Look up, look down
Look around.
Look at your nose
Look at that rose
Close your eyes
Open, wink and smile.
Your eyes are happy again.

Дыхательная физминутка:

Дети, представьте, что мы воздушные шарик (We are balloons). Сейчас я буду считать, а вы на каждую цифру делаете глубокий вдох: one, two, three, four- дети делают 4 глубоких вдоха. По команде «Breath in!» необходимо задержать дыхание. Затем, я буду считать от 4 до 8, а вы делаете глубокий выдох «Breath out!» — four, five, six, seven, eight.

На формирование правильной осанки:

Начальное положение: put your legs aside, put your hands over the head.

1–5 – make circular motions with your body to the right;

5–6 – make circular motions to the left;

7–8 – put your hands down and shake them.

Repeat 4–6 times. The pace is medium.

Уважаемые педагоги! Не забывайте о физкультминутках на уроках английского языка. Это совсем не лишний элемент, перегружающий ваш план. Это способ расслабить детей, снять нагрузку, привлечь внимание к предмету, заинтересовать. Ритмичные стишки довольно быстро запоминаются, а в сопровождении с аудио или видеозаписью, они делают урок еще более интересным.