

Виды физкультминуток

на уроках английского языка в рамках УМК “Forward”

Гупанова Ольга Александровна, учитель англ.языка.

Музыкально-танцевальные физкультминутки, когда дети поют песню на английском языке и исполняют под песню различные движения, представлены в учебнике серии «FORWARD» и пользуются у детей большой популярностью. Например:



8. Song. Круг. (Circle.) Слушай песню и повторяй движения вместе с учителем.

Come along and join our circle.
Put out your hands and make a circle.
Step to the right* and sing!
Step to the right and sing, sing, sing!



Now make pairs with arms crossed over.**
Make up a pair with arms crossed over.
Now all together swing!
Now all together swing, swing, swing!



* **to the right** [raɪt] — направо

** **arms crossed over** — руки крест-накрест

Физкультминутки для улучшения мозгового кровообращения, например:

Initial position: sitting on the chair.

Bend your head right.

Initial position.

Bend your head left.

Initial position.

Turn your head forward, don't raise your shoulders.

Initial position. Repeat 3–4 times. The pace is slow.

Физкультминутки для мобилизации внимания, например:

Head and shoulders, knees and toes, knees and toes.

Head and shoulders, knees and toes, knees and toes.

And eyes, and ears, and mouth, and nose.

Head and shoulders, knees and toes, knees and toes.

Гимнастика для глаз, например:

Look left, right.

Look up, look down.

Look around.

Look at your nose.

Look at that rose.

Close your eyes.

Open, wink and smile.

Гимнастика для слуха

Такие упражнения способствуют развитию фонематического слуха и, кроме того, приучают детей к внимательности, например:

Clap your hands once, when you hear the short sound [i]: big, teacher, six, sit, bee, tree, giraffe.

Clap your hands twice, when you hear the sound [e]: bed, bat, black, seven, ten, cat, pen, hat.

Say «yes», when you hear words starting with the sound [s]: snake, smile, cat, six, seven, she.

Массаж активных точек

В результате массажа активизируется работа подкорковых частей мозга, улучшается настроение. Например:

Bend the upper part of the ear down with your hand. Unbend, bend, as if you are rolling up and down the ear. The ears should become warm. Press the lobe of the ear, rub and release. Rub the whole ear in a circle from one side to another. You should rub 2 ears at the same time. Start pulling the ears. First 20 times down, then take the middle of the ear and pull 20 times.

Упражнения, корректирующие осанку, например:

Initial position: put your legs aside, put your hands over the head.

1–3 — make circular motions with your body to the right;

4–6 — make circular motions to the left;

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

Repeat 4–6 times. The pace is medium.

Дыхательная гимнастика способствует углублению дыхания, помогает повысить возбудимость коры больших полушарий, активизировать детей на уроке.

Например, упражнение «Шарик».

Учитель предлагает детям представить, что они воздушные шарики. На счет от одного до четырех дети делают четыре глубоких вдоха и задерживают дыхание. Затем, на счет от одного до восьми, медленно выдыхают.

Артикуляционно-мимическая гимнастика

Данные упражнения помогают создать благоприятный фон для выработки точных и координированных движений, нужных для звучания полноценного голоса, ясной и четкой дикции; а так же снять лишнюю напряженность артикуляционной и мимической мускулатуры; выработать необходимые мышечные движения для свободного владения и управления частями артикуляционного аппарата. Осуществляется тренировка мышц нижней челюсти, губ, языка, мышц глотки и мягкого неба, мимических мышц. Данный вид гимнастики проводится на каждом уроке. В книге для учителя есть приложение «Основные сведения по фонетике английского языка», в котором дается много советов для учителя по проведению данного вида гимнастики. При выполнении данных упражнений важным условием является правильная осанка.

Пальчиковые игры

Это прекрасная возможность общения с ребенком на уровне тактильных ощущений. Сюжетная канва игры, сопровождающаяся движением пальцев, способствует снятию усталости, повышению работоспособности и концентрации внимания. С помощью пальчиковых игр можно отрабатывать фонетику, грамматику и новые лексические единицы. На кистях рук

расположено множество рефлекторных точек, от которых идут импульсы в центральную нервную систему. Массируя определенные точки, можно воздействовать на внутренние органы, которые с этими точками связаны. «Ум ребенка находится на кончиках пальцев», говорил В.А. Сухомлинский. В английском фольклоре каждый палец руки, как уважающий себя джентльмен, имеет собственное имя. Это имя одновременно является характеристикой пальца, определяющей его возможности.

Peter-Pointer — Питер-указка (указательный палец).

Tobby-Tall — Длинный Тоби (средний палец).

Ruby-Ring — Руби с кольцом (безымянный).

Baby-Small — Малютка (мизинчик).

Tommy-Thumb — Большой Том, Сам (большой палец).

Во многих пальчиковых играх пальцы по очереди выкликаются по именам. Эти игры преследуют следующую цель — заставить каждый пальчик детской руки двигаться отдельно от других пальцев, например:

Peter-Pointer, Peter-Pointer,

Where are you?

Here I am, here I am.

How do you do?

На слова третьей строки палец «выскакивает» из кулачка. Затем речь идет о другом пальце.

TOMMY THUMB (пальцы сжаты в кулачки, большие пальцы направлены к груди)

Tommy thumbs, up!

Tommy thumbs, down!

Tommy thumbs are dancing around the town.

Dancing on your shoulders, Dancing on your knees,

Dancing on your head,

And tuck them into bed!

PAIRS

Two things make a pair.

And on me, I'll show you where.

I have two ears, and I have two eyes.

Both are important to make me wise!

I have two holes in my nose.

That lets me smell a beautiful rose.

I have two hands that clap a beat.

I have two feet that are really neat!

OSTRICH

An ostrich has two long legs. (Hold up 2 fingers.)

And can lay many large eggs. (Touch together index fingers and thumbs for a large egg.)

She's the largest of all the birds. (Hold hands up high like wings.)

And she can't fly. Isn't that absurd? (Put hands on hips.)

В УМК для 2 класса серии «FORWARD» много внимания уделяется пальчиковым куклам, с помощью которых мы разыгрываем диалоги.



