**Раздел V. Приложение**

1. Приложение №1. Структура рациональной организации урока английского языка.
2. Приложение №2 Требования к организации и проведению физкультминуток.
3. Приложение №3 Пальчиковые игры
4. Приложение № 4 Релаксивные упражнения на дыхание
5. Приложение №5 Упражнение для глаз
6. Приложение № 6Комплексная релаксация
7. Приложение № 7. Конспект урока по теме “Health is the greatest wealth”
8. Приложение № 8Конспект урока по теме «How do you spend your free time? »

**Приложение №1**

**Структура рациональной организации урока английского языка**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Фактор урока** | **Уровни гигиенической рациональности урока** | | |
|  |  | Рациональный | Недостаточно рациональный | Нерациональный |
| 1 | Плотность урока | Не менее 60% и не более 75-80% | 85-90% | Более 90% |
| 2 | Число видов учебной деятельности | 4-7 | 2-3 | 1-2 |
| 3 | Средняя продолжительность различных видов учебной деятельности | Не более 10 мин. | 11-15мин. | Более 15 мин. |
| 4 | Частота чередования различных видов учебной деятельности | Смена не позже чем через 7-10 мин. | Смена через 11-15 мин. | Более 15 мин. |
| 5 | Число видов преподавания | Не менее 3 | 2 | 1 |
| 6 | Чередование видов преподавания | Не позже чем через 10-15 минут | Через 15-20 минут | Не чередуются |
| 7 | Наличие эмоциональных разрядок (число) | В соответствии с гигиеническими нормами | С частичным соблюдением гигиенических норм | В произвольной форме |
| 8 | Место и длительность применение ТСО | В соответствии с гигиеническими нормами | С частичным соблюдением гигиенических норм | В произвольной форме |
| 9 | Чередование позы | Поза чередуется в соответствии с видом работы. Учитель наблюдает за посадкой учащихся | Имеются случаи несоответствия позы виду работы. Учитель иногда контролирует посадку учащихся. | Частые несоответствия позы виду работы |
| 10 | Физкультминутки | Две за урок, состоящие из 3-5 повторений каждого | 1 физкульт- минутка за урок с недостаточной продолжительностью | Отсутствуют |
| 11 | Психологический климат | Преобладают положительные эмоции | Имеются случаи отрицательных эмоций. Урок эмоционально индифферентный | Преобладают отрицательные эмоции |
| 12 | Момент наступления утомления учащихся по снижению учебной активности | Не ранее чем через 40 мин. | Не ранее чем через 35-37 мин. | Менее чем через 30 мин. |

**Основные требования к качественному уроку в условиях здоровьесберегающей педагогики**

**Основные требования к уроку в условиях здоровьесберегающей технологии сводятся к следующему:**

1. **Построение урока на основе закономерностей образовательного процесса.**
2. **Оптимальное сочетание специфических принципов и методов обучения.**
3. **Создание условий для продуктивной познавательной деятельности.**
4. **Активизация развития всех сфер личности.**
5. **Логичность и эмоциональность всех этапов деятельности.**
6. **Использование средств здоровьесбережения: физкультминуток, подвижных игр, вариативное использование правил здорового образа жизни.**

**7.** **Формирование умения учиться, заботясь о своем здоровье.**

**8. Мониторинг качества урока.**

**9.** **Тщательная диагностика, прогнозирование, проектирование, планирование и контроль каждого учетом особенностей развития учащихся.**

**10.Использования нестандартных форм обучения.**

Варианты оптимального расположения учителя и учеников для выполнения разных видов деятельности.

**1.Класс сидит по рядам – учитель перед классом (Lockstep**):

представление нового материала;

привлечение внимания учеников;

тестирование;

самопроверка;

представление новой лексики по теме.

**2.Учащиеся расположены полукругом** (в форме подковы, парты за

учащимися, учитель в центре или двигается) **(Horseshoe u-shape 1):**

зарядка, ролевые игры;

беседа;

представление опорных слов,

**3.Круг (учитель – равный член группы) (circle):**

ролевые игры;

зарядка;

беседа;

языковое взаимодействие;

прослушание музыки.

**4.Работа в парах:**

диалог;

языковое взаимодействие между детьми.

**5.Работа в группах:**

общение среди детей;

активное творчество.

**Приложение №2**

**Требования к организации и проведению физкультминуток:**

* Физиологическим обоснованием для проведения физкультминутки считается 15-20 минута урока.
* Длительность физкультминуток 1-5 минут. Каждая включает комплекс упражнений, повторяемых 4 – 6 раз. За такое короткое время удаётся снять общее или локальное утомление, значительно улучшить самочувствие детей.
* Комплексы подбираются в зависимости от вида и содержания урока. Упражнения должны быть разнообразными, так как монотонность снижает интерес, а, следовательно, и результативность.
* Физкультминутки следует проводить на начальном этапе утомления, выполнение упражнений при сильном утомлении не даст желаемого результата. Важно обеспечить позитивный эмоциональный настрой.
* Предпочтение нужно отдавать упражнениям для утомлённых групп мышц. Необходимо учитывать возрастные и индивидуальные особенности школьников.

**Виды физкультминуток:**

**Музыкально – танцевальные физкультминутки**.

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 TOGHETHER SWING!

NOW ALL TOGHETHER SWING, SWING, SWING!

Hands up, hands down, Two little feet go tap, tap, tap.

Hands on hips, sit down. Two little hands go clap, clap, clap.

Hands up, to the sides, One little leap up from the chair,

Bend left, bend right. Two little arms go up in the air.

One, two three, hop! Two little hands go thump, thump, thump

One, two, three, stop! Two little feet go jump, jump, jump.

Stand still. One little body goes round and round.

One little child sits quietly down.

2)**Физкультминутки для улучшения мозгового кровообращения**

Initial position: sitting on the chair.   
1 – bend your head right;   
2 – initial position;   
3 – bend your head left;   
4 – initial position;   
5 – turn your head forward, don’t raise your shoulders;   
6 – initial position. Repeat 3–4 times. The pace is slow.

3) **Физкультминутки для мобилизации внимания**

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.

4) **Гимнастика для 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.

5) **Гимнастика для слуха**

Такие упражнения способствуют развитию фонематического слуха и, кроме того, плодотворно воздействуют на органы зрения.

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

6) **Массаж активных точек**

В результате массажа активизируется работа подкорковых частей мозга, возникают процессы, связанные с обострением интуиции, улучшается настроение.

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.

7) **Упражнения, корректирующие осанку**

Initial position: 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.

**Приложение №3**

**Пальчиковые игры** – это прекрасная возможность общения с ребёнком на уровне тактильных ощущений. Сюжетная канва игры, иллюстрированная, несомненно, 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 кончике 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.

Ten little boys can stand up straight,   
Ten little boys can make a gate,   
Ten little boys can make a ring,   
Ten little boys can bow to the king,   
Ten little boys can dance all the day,   
Ten little boys can now hide away.

В английском материнском фольклоре каждый палец руки, как уважающий себя джентльмен, имеет собственное имя. Это имя одновременно является характеристикой пальца, определяющей его возможности. Petter-Pointer — Питер-указка (указательный палец).   
**Tobby-Tall** — Длинный Тоби (средний палец).   
**Rubby-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 задачу заставить каждый пальчик детской руки двигаться отдельно от других пальцев.  
 Petter-Pointer, Petter-Pointer,   
Where are you?   
Here are I am, here are I am.   
How do you do?  
 На слова третьей строки палец «выскакивает» из кулачка (кулачок к тому же может быть спрятан за спиной) и кланяется (сгибаются две фаланги). На слова последней строки движение можно изменить: палец наклоняется вперед, не сгибаясь.   
Движения каждого пальца в отдельности могут чередоваться с движениями всех пальцев. Обычно это «танец», когда все пальчики руки произвольно и активно шевелятся.  
 **Dance Petter-Pointer** (little finger), dance!   
**Dance Petter-Pointer** (little finger), dance! Шевелится и сгибается указательный палец. **Dance the merry men around,   
Dance the merry men around, Кулачок раскрывается, и «танцуют» все пальцы руки. But Tommy-Thumb can dance alone,   
But Tommy-Thumb can dance alone.**  
 Пальцы сжимаются в кулачок, и двигается только большой палец — сгибается, вращается, наклоняется то вправо, то влево.   
И так для каждого пальца по очереди. Игру можно повторять несколько раз: сначала для пальцев правой руки, потом — для пальцев левой руки, в конце концов — для пальцев обеих рук. Можно играть во все убыстряющемся темпе, пока пальцы не перестанут успевать двигаться в ритм тексту и дети не начнут смеяться.   
Часто пальцы руки представляются веселой семейкой. Тогда за каждым закреплен определенный статус.

This is the father, so strong and stout,   
This is the mother with children all about,   
This is the brother so tall you see,   
This is the sister with her dolly on her knee,   
This is the baby still to grow,   
And this is the family, all in row.

 A Family Fingerplay  
 This is a family (hold up one hand, fingers spread)   
Let's count them and see,   
How many there are,   
And who they can be ( count 1, 2, 3, 4, 5)   
This is the mother ( touch pointer finger )   
Who loves everyone   
And this is the father ( touch big finger)   
Who is lots of fun.   
This is my sister ( touch ring finger )   
She helps and she plays,   
And this is the baby ( touch little finger )   
He's growing each day.   
But who is this one? ( touch thumb )   
He's out there alone,   
Why it's Jackie, the dog,   
And he's chewing a bone ( wiggle thumb)  
 Fun finger play  
Put your hands into fists and then put them up in front of you   
Finger family up (put your fingers up)   
and finger family down ( curl your fingers down again)   
Finger family dancing (stick your fingers up again and wiggle them around)   
All around the town   
Dance them on your shoulders, ( make your fingers dance in the appropriate places)   
Dance them on your head   
Dance them on your knees   
and tuck them into bed (curl your fingers into a fist again and place them into your lap).  
 Pairs   
Two things make a pair. (hold up two fingers.)                                      
And on me, I’ll show you where. (point to self.)  
                                                                                            
I have two ears, and I have two eyes. (point to ear and eyes.)  
Both are important to make me wise!   
I have two holes in my nose. (point to nose.)                                         
That lets me smell a beautiful rose. (pretend to smell a rose.)                                               
I have two hands that clap a beat. (clap hands to underlined words.)  
                                                    
I have two feet that are really neat! (jump when saying the word neat!)

Five little gentlemen   
Going for a walk.   
Five little gentlemen Stop for a talk.  
Along came five ladies   
They stood all together (5 пальчиков – джентльмены, 5 пальчиков – леди, они встречаются и начинают танцевать).  
And they began to dance.   
Fox in a Box   
I saw a little fox (hold up two fingers walking in air.)   
climb into a box. (put fingers in opening of other hand.)   
I saw a large ox (hold hand as a fist.)   
sit on a mailbox. (place fist on other hand.)   
Zebras in a Zoo   
Five zebras in a zoo (wiggle five fingers.)   
The first one said, "I need new shoes.” (touch thumb.)   
The second said, "I do, too!” (touch index finger.)  
The third one said, "My name is Sue.” (touch middle finger.)  
The fourth one said, "It’s nice to meet you.” (shake ring finger with other hand as if shaking hands.)   
The Fifth one said, "How do you do?” (wiggle little finger.)   
Two little black birds   
Two little black birds   
Sitting on the wall, (hold up one finger of each hand)   
One named Peter,   
The other named Paul.   
Fly away Peter! (put a hand behind your back)   
Fly away, Paul! (put the other hand behind you back)   
Come back, Peter! (bring the first hand from behind your back)   
Come back, Paul! (bring the second hand from behind your back)

Ostrich   
An ostrich has two long legs (hold up 2 fingers.)   
and can lay many large eggs. (touch together index fingers and thumb for 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.)  
**Five Fingers**   
**I have five fingers on each hand.** (show each hand.)  
**I like to put them in the sand.** (wiggle all fingers.)   
**When I hide my thumb just so,** (bend thumbs back.)   
**There’s only four that I can show.** (show four fingers on each hand.)  
 **Bug**   
**Finger play 1, 2, 3** ( hold up fingers)   
**There is a bug on me!** (point to shoulder)  
**Where did it go?** ( brush off)  
**I don't know** ( shrug shoulder and look really puzzled)  
 **Five Little Sparrows**   
**Five little sparrows high in a tree** (hold one hand up)   
**The first one said, "Whom do I see?"** (point to thumb)   
**The second one said, "I see the street."** (pointer finger)   
**The third one said, "And seeds to eat."** (middle finger)   
**The fourth one said, "The seeds are wheat."** (ring finger)   
**The fifth one said, "Tweet, tweet, tweet."** (little finger)   
**Five little kittens**   
**Five little kittens standing in a row** (hold up 5 fingers)   
**They nod their heads to the children so** (bend fingers)   
**They run to the left, they run to the right** (run fingers to the left and then to the right)   
**They stand up and stretch in the bright sunlight** (stretch fingers out tall)   
**Along comes a dog who's in for some fun** (hold up one finger from opposite hand)   
**MEOW! See those little kittens run** (let fingers run)   
**Five Little Puppies**   
**Five little puppies were playing in the sun.**   
(hold up hand fingers extended)   
**This one saw a rabbit, and he began to run.** (bend down first finger)   
**This one saw a butterfly and he began to race**. (bend down second finger)   
**This one saw a cat and he began to chase.** (bend down third finger)   
**This one tried to catch his tail and he went round and round.** (bend down fourth finger)

**Приложение № 4**

**Релаксивные упражнения на дыхание**

1. разного рода вдохи и выдохи;

2. выдох через рот с надуванием щек;

3. дыхание животом;

4. различная звуковая дыхательная гимнастика (А-А-А, Ту- Ту-Ту и т.д.) Дыхательные упражнения способствуют углублению дыхания, помогают повысить возбудимость коры больших полушарий, активизировать детей на уроке.

Упражнение «Шарик» (начальная школа).

Учитель предлагает детям представить, что они воздушные шарики. « You are balloons»! На счёт 1234- дети делают 4 глубоких вздоха «Breath in!» и задерживают дыхание. Затем на счёт 1-8 медленно выдыхают «Breath out!».

Дыхательные упражнения:

* + - Вдохните левой ноздрей на счет 6, правую ноздрю зажмите пальцем;
    - Задержите дыхание до 3;
    - Закройте левую ноздрю и выдохните через правую ноздрю на счет 6;
    - Вдохните правой ноздрей и т.д. Повторять 5-6 раз.

**Ныряние** Нужно два раза глубоко вдохнуть и выдохнуть, а затем, после третьего глубокого вдоха, «нырнуть под воду» и не дышать, зажав при этом нос пальцами. Как только ребёнок чувствует, что больше не может «сидеть под водой», он «выныривает». Упражнение рекомендуется выполнять между различными дыхательными комплексами, чтобы избежать головокружения.

**Каша кипит** Вдыхаем через нос, на выдохе произносится слово «пых». Повторить не менее 8 раз. Но одним из самых важных здоровьесберегающих действий, считаю создание у детей положительной эмоциональной настроенности на уроке. Положительные эмоции способны полностью снимать последствия отрицательных воздействий на организм школьника. Поэтому для создания положительной атмосферы, а также снятия усталости и умственного напряжения на уроке я часто использую эмоциональную разрядку. Таким образом, применение здоровьесберегающих образовательных технологий на уроках способствует самоопределению, самореализации ученика на основе его внутренней мотивации, вводит ребёнка в образовательное поле без потерь для здоровья, с повышенной мотивацией. Подобный подход к обучению не даёт дополнительной нагрузки на нервную систему и способствует творческому развитию личности.

**Приложение №5**

Упражнение для глаз:

* вертикальные движения глаз вверх-вниз;
* горизонтальные - вправо-влево;
* вращение глазами по часовой стрелке и против неё;
* закрыть глаза и представить по очереди цвета радуги как можно отчётливее;
* на доске начертить какую-либо кривую ; предлагается глазами нарисовать этуфигуру несколько раз в одном, затем в другом направлении.
* сделать спокойный вдох через нос и закрыть глаза. Во время медленного вдоха через нос массировать закрытые веки подушечками ладоней, которые ближе к запястью, в направлении к носу и от носа. На паузе после выдоха, не открывая глаз, положить ладони на глаза, нос и рот так, чтобы к глазам не проникал свет. Задержаться в таком положении, сколько возможно, не вдыхая воздух. Затем, не отрывая ладоней от лица, открыть глаза и сделать спокойный вдох через нос. На медленном выдохе через нос открыть лицо, повернув ладони так, чтобы мизинцы были осью вращения.

Памятка для зрения.

Полезно:

* Смотреть вдаль: на зелень, поля, цветы, небо, облака, воду.
* Рассматривать цветные картины, репродукции, пейзажи.

Вредно:

* Читать, писать лёжа или, близко наклонившись к тексту.
* Пользоваться некачественными солнцезащитными очками.
* Употреблять алкоголь.
* Курить.

Необходимо

* Яркое освещение (60 Вт) без попадания прямого света в глаза.
* Располагать книгу или тетрадь на расстоянии 40-50см, монитор компьютера – на расстоянии 60см.
* Смотреть телевизор при мягком освещении на расстоянии, равном шестикратному размеру экрана по диагонали (3-4м).

При напряжённой работе через каждые 40 минут делать перерывы на 3-*4мин*

**Приложение № 6**

**Комплексная релаксация**

Сидя на стуле, просим ребят слегка наклонить туловище вперед, голову чуть-чуть опустить, глаза закрыть, ноги при этом поставить на полную ступню, колени не должны касаться друг друга, предплечья рук положить на переднюю поверхность бедер, кисти свободно свесить. То есть принять позу «кучера». Расслабление. Тихим голосом просим учеников расслабить мышцы лица и рук, затем затылка, шеи, плеч, рук, грудной клетки, живота и ног, не отвлекаться на посторонние мысли. Все тело погружается в покой, дыхание спокойное: I am ready to rest. I want to be quiet. All my muscles are relaxed. My breast muscles are relaxed. My body is resting. Nothing can trouble me. Расслабление мышц субъективно воспринимается как чувство тяжести. Сначала его можно вызвать в одной руке, на следующих уроках - в другой, а затем в обеих одновременно. Со временем чувство тяжести может смениться приятным ощущением легкости, невесомости: My left arm is heavy. My right leg is heavy. All my muscles are relaxed and resting. I am quiet. Чувство тепла Ощущение тепла обеспечивает лучший отдых, успокаивает нервную систему: My right arm is warm. My body is warm. Nothing diverts my attention. Заключительная часть. Выход из аутогенного погружения должен быть спокойным, постепенным. I open my eyes. I have a lot of energy. I am active and strong. I can do any work easily. My body is light. Пример комплексной релаксации. (Quiet music) Sit comfortably. Close your eyes. Breathe in. Breathe out. Let's pretend it's summer. You are lying on a sandy beach. The weather is fine. The light wind is blowing from the sea. The birds are singing. You have no troubles. No serious problems. You are quiet. Your brain relaxes. There is calm in your body. Nothing diverts your attention. You are relaxing. (Pause) Your troubles float away. You love your relatives, your school, your friends. They love you too. Learn to appreciate every good thing. The Earth is full of wonders. You can do anything. You are sure of yourself, that you have much energy. You are in good spirits. Open your eyes. How do you feel?

Пример комплексной релаксации. Продолжительность 3-5 минут.

*(Quiet music.)*

*Sit comfortably. Close your eyes.*

*Breathe in. Breathe out.*

*Let’s pretend it’s summer. You are lying on a sandy beach. The weather is fine. A light wind is blowing from the sea. The birds are singing. You have no troubles. No serious problems. You are quiet. Your brain relaxes. There is calm in your body. Nothing diverts your attention. You are relaxing.*

*(Pause)*

*Your troubles float away.*

*You love your relatives, your friends. They love you too. Learn to appreciate every good thing. The Earth is full of wonders. You can do anything. You are sure of yourself, that you have much energy. You are in good spirits.*

*Open your eyes. How do you feel?*

**Приложение № 7**

*Конспект урока по теме “Health is the greatest wealth”*

*Цели:*

* Формирование коммуникативных навыков с использованием приемов здоровьесберегающих технологий
* Воспитание позитивного отношения к здоровому образу жизни
* Повышение познавательного интереса к изучению иностранного языка

*Задачи:*

* Систематизация и обобщение лексических единиц по темам “Спорт”, “Еда”, “Здоровье”
* Отработка употребления модального глагола “Should” и условных конструкций
* Развитие навыков диалогической речи
* Подготовка учащихся к монологическому высказыванию
* Создание психологически благоприятной среды обучения.

*Оснащение урока*: Аудио- и видеоаппаратура, магнитная доска, карточки с лексическими единицами и речевыми образцами, фотографии спортсменов, мультфильм, диск с музыкальным сопровождением урока.

Ход урока

1. Организационный момент.

a*) Учитель приветствует учеников (звучит спокойная музыка).*

*На доске учитель заранее рисует изображения человечков (улыбающийся, серьезный и грустный).*

Good morning children! I’m glad to see you! How are you? How do you feel? Do you like the music? What can you say about your spirit? Are you OK now?

Now, Boys and Girls come up to the blackboard and put a tick.

*Дети ставят галочки у изображения соответствующего их настроению и состоянию.*

*(Этот мини-тест можно провести и в конце урока)*

b) *Сообщение цели и задач урока. Введение в тему.*

*На доске записан ряд слов:*

*Car, gold, computer, health, cottage, jewel, job.*

Children, what thing is the most important for you?

Yes, you are right. Because “Health is the greatest wealth”

What proverbs about health do you know

*Дети называют пословицы на русском языке*

Today, we’ll speak about our health and body. Let’s do the task. Combine the proverb! In order to be merry we’ll divide into groups.

*Далее все задания дети будут выполнять в группах, в зависимости от количества учеников (4-5 в каждой). Это придает состязательный, живой оттенок уроку, так как с ребенка снимается груз ответственности за ошибку.*

*Быстрый и правильный ответ оценивается в 1 балл.*

2. Речевая разминка. Warming up.

*Командам предлагается 3 фотографии с изображением спортсменов (бегуна, велосипедиста, фигуриста).*

1) What are they doing?

2) Are they healthy?

3) What can you say about their appearance?

4) Which is the best way to keep fit?

5) Are you go in for sport?

6) What should we do to be such healthy and good-looking persons?

*Команды набирают очки за правильные ответы.*

3. Let’s listen to the tape and guess:

What games do the people play?

*Звучит аудиозапись с футбольного матча, с боксерского ринга, слышен стук мяча о корт, лыжные гонки. Дети угадывают, записывают названия видов спорта. При проверке результатов для усиления эффекта успеха можно подключить видеозапись.*

4. Валеологическая пауза. Зарядка.

It’s time to do some useful exercises

Hands up! Hands down! Hand on the hips! Sit down.

a) Turn to the left. Turn to the right. Clap your hands. That’s right. (2-3 раза)

b) Eyes up. Eyes down.

Eyes to the left. Eyes to the right (2-3 раза)

Shut your eyes

Open your eyes widely (2-3 раза)

Look at your right hand

Look at your left hand

Shake your head (2-3 раза)

5. Активизация лексики по теме “Спорт”.

The next task is: choose the right names of British

popular sports to complete the sentences.

|  |  |
| --- | --- |
| 1. People in England began to play…as early as 1550. | golf |
| 2. …is one of the oldest British sports that existed in Saxon times. | cricket |
| 3. …is the sport that began to develop in Scotland. | football |
| 4. …was first played in England in 1872, whose first championship was at | boxing |
| Wimbledon. |  |
| 5. …is a game invented and developed in England which is nowadays played all | tennis |
| over the world. |  |

6. Отработка модального глагола should.

I see that you know much information about sport.

So, let’s remember “Health rules”.

What should we do”to be healthy” and what we shouldn’t.

*Раздаются карточки. Дети составляют утвердительные и отрицательные предложения. Используются выражения:*

|  |  |
| --- | --- |
| Eat vegetables | Drink alcohol |
| Go to bad late | Do morning exercises |
| Spend more time in the open air | Watch TV too much |
| Get a good night’s rest | To smoke |

7. Активизация лексики по теме “Еда”.

Children, one of the main things in our life is healthy food.

Look in the word square and find 7 things you can eat and 8 adjectives to describe food.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| B | A | P | P | E | T | I | Z | E | R |
| A | E | E | S | B | A | L | U | N | G |
| K | Y | P | A | O | S | W | E | E | T |
| E | E | P | L | I | T | A | S | T | Y |
| D | B | E | T | L | E | O | A | C | J |
| S | R | R | Y | E | L | L | U | H | D |
| E | O | S | K | D | E | I | C | E | E |
| A | W | K | N | K | S | V | E | S | S |
| F | R | I | E | D | S | E | Z | T | S |
| O | Q | N | E | M | U | S | C | L | E |
| O | P | U | D | D | I | N | G | X | R |
| D | E | L | I | C | I | O | U | S | T |

8. Отработка грамматической структуры условных предложений

Children! If you follow “Health rules” you’ll be good-looking!

The following sentences each contain one word that should not be there. Cross it out.

1. If you take physical exercise, you should to warm up first.
2. If you will want to improve your appearance, a brisk walk in the fresh air will certainly help.
3. It is possible that you will have skin problems if you will cut down on your sleep.
4. Unless you are not careful, you will hurt yourself.
5. You may end up sleepless at night unless you don’t get enough exercise during the day.
6. You should will injure you feet and knees if you don’t exercise on soft ground
7. You will be able to burn up a lot of fat if you won’t run regularly.
8. You won’t get fat if you maybe eat chocolate in moderation.

9. Релаксация “Sound effects”.

*Данный прием релаксации позволяет оживить учащихся после интенсивной работы на уроке. Суть данного упражнения в том, что звуковые эффекты выполняют сами ученики, изображая персонажей или явления. История может быть смешной, грустной. Это снимет усталость и напряжение. Например, фрагмент из мультфильма (можно “Ну, погоди!”, а дети его озвучивают).*

I suggest relaxing. It will be interesting and funny to be actors. Let’s watch and sound!

10. Развитие диалогической речи.

We have relaxed and laughed. And now it’s time to work hardly.

Sometimes we’re ill and we need to go to the hospital. Let’s imagine

the situation. Our task is to complete the dialogue in the right order.

*Предлагается работа с диалогом “Medicine advice”. Детям даны фразы, которые необходимо собрать в логической последовательности. Для контроля работы можно предложить русский вариант диалога. Затем группы инсценируют его по ролям.*

|  |  |
| --- | --- |
| Good morning doctor! | Доброе утро, доктор! |
| Good morning. | Доброе утро. |
| What’s the trouble? | Что вас беспокоит? |
| I’ve got a splitting headache. | У меня раскалывается голова. |
| I feel sort of feverish. | И меня знобит. |
| Any vomiting? | Вас не рвало? |
| No. | Нет. |
| You’d better get undressed then, and | Тогда вам лучше раздеться, |
| I’ll take a look at you. | И я на вас посмотрю. |
| Does it hurt when I press here? | Больно, когда я нажимаю сюда? |
| No. | Нет. |
| What’s wrong with me, doctor? | Что со мною, доктор? |
| Well, you have all the symptoms of a common cold. | Что ж, у вас все синдромы обыкновенной простуды. |
| You don’t think it’s that mad-cow disease, do you? | Вы ведь не думаете, что это “коровье бешенство”, правда? |
| I’ve read about it in the papers. | Я читал о ней в газетах. |
| No, no… | Нет, нет… |
| No chance of that. | Ни малейшей вероятности. |
| Is my cold contagious? | Моя простуда заразна? |
| I don’t think so. | Не думаю. |
| Dissolve these tablets in a glass of water. | Растворите эти таблетки в стакане воды. |
| Take them as needed, up to four time’s a day. | Принимайте при необходимости их до 4 раз в день. |

11. Заключение. Подведение итогов. Подсчитываются очки.

Победители получают медали. Необходимо отметить работу всех учеников.

Is it true that “Health is the greatest wealth”?

What tasks of our lesson did you like most of all, and why?

I wish you to be healthy and wealthy! Thanks, Good bye!

*Выслушиваются высказывания и впечатления учащихся по теме урока.*

12. Домашнее задание (дифференцировать по уровню знаний):

* Высокий: подготовить монолог на тему “Здоровый образ жизни”.
* Средний: мини-сочинения 8-10 предложений “Мой любимый вид спорта”.
* Низкий: составить кроссворд на тему “Здоровье и спорт”.

Приложение № 8

*Конспект урока по теме* «How do you spend your free time? »

Урок-подготовка к путешествию

Урок английского языка в 7 классе

(Учебник английского языка)

Цели урока:

познавательный аспект: знакомство с известными достопримечательностями Лондона, с популярными видами отдыха у британских подростков;

развивать умение сравнивать и оценивать уже имеющиеся знания и понятия с вновь полученными, т.е. развивать диалог культур;

развивающий аспект: развитие способности к догадке, способности логически излагать свои высказывания, развитие личностной активности учащихся;

воспитательный аспект: воспитание уважительного отношения к британской культуре, к британскому образу жизни;

учебный аспект: формирование лексических и грамматических навыков речевого умения в монологической и диалогической речи учащихся, развитие умения читать, понимать на слух с целью извлечения детальной информации.

Грамматический материал: I'd like to…

I would like…

I admire…

Речевой материал: лексика по теме «Спорт», «Путешествие» и «Свободное время».

Оборудование урока: учебник, компьютер, презентация, раздаточный материал.

Ход урока

1. Начало урока. Приветствие.

Teacher: Good morning, children! How are you! Today we have an unusual lesson. We have got a lot guests. They have learnt that you spend your free time very interesting and came to meet with you. I think you will be kind and polite with them.

1. Введение в тему.

T: So, today we will talk about your favourite activities, we’ll make acquaintance with the most famous sights in London; you’ll tell us about persons whom British and Russian teens admire; we’ll learn about a hobby survey among British teens.

1. Основная часть урока.
2. T: Children, what does it mean for you «free time». It’s sport. It’s enjoyable. It’s a change from school…

P2, P3 …

We conducted a hobby survey in your class… The most popular are Travelling, Sport and Reading.

T: What is your favourite hobby? P1, P2, P3.

Do you like to learn your classmates’ hobby? Ask them!

P1=P2, P3=P4

1. T: The most popular hobby is travelling. I like travelling and you?

P1: I’am crazy about travelling! I get a lot out of it. It is amusing!

P2, P3, P4 …

And what about your classmates? Ask them about it.

P1=P2, P3=P4

Now we’ll have a chance to travel to Britain!

Watch, listen and tell what are the most famous sights in London you learn! (Просмотр видеоролика о достопримечательностях Лондона).

P1: Big Ben

P2: Buckingham Palace

P3: The British Museum

T: Do you know why Trafalga Square has such name? And why Big Ben is Big Ben.

Read and tell us!

Половина группы учащихся читает об Адмирале Нельсоне, а другая – о Часовой Башне.

All the British admire that man because he was really аn all-time great person. Hе was а man who served his country best. Не was а hero of the Great War with France and one of the greatest warriors. Не was а brаvе and skilful admiral. Не won the battle of Trafalgar and England became mistress (повелительница) of the seas. At Trafalgar the French killed him. His last words were "Thanks God I have done mу duty".

The large clock in оnе of the towers is Big Вen. Big Вen is the name of the clock and the bell of the clock tower of the Houses of Parliament. Yоu саn hear the sound of Big Вen еvеry hour in London. The clock and the bell got their names after Sir Benjamin [‘bendзэmin] Наll. Не was а tall man, whose nickname was Big Вen. So people know the clock as Big Вen.

P1, P2, P3…

3.T: Sport is a favourite spare time too. Why do you like sport?

P1, P2, P3 …

T: Do you like to learn about favourite kinds of sport in Britain? But let’s imagine! What do you think?

P1, P2, P3 …

Now watch, listen and tell! ( Дети смотрят видеоролик о популярных видах спорта в Британии).

T: Were you right?

P1: Yes I was. The popular kinds of sport are foot-ball, cycling, swimming…

P2, P3 …

1. T: Due to reading we learn a lot of interesting things, about the life of British children and who they admire. What do you know about it?
2. T: At last let’s learn about the most popular hobbies among British children. (ex. 3 p 179. Учебник)

P1, P2, P3 …

1. T: Write please your British friends about your free time activities.
2. Подведение итогов урока.

Рефлексия «Синквейн»