**МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ**

**«Комплексы специальных упражнений и разминок в процессе обучения детей иностранному языку в раннем возрасте в условиях ДОУ»**

*Никишина Наталья Анатольевна*

*Педагог дополнительного образования МАДОУ №13 г.Томск*

Изучение иностранного языка, особенно на начальном этапе, мы можем сравнить с тренировкой памяти, мышления, внимания и речи. В дошкольных образовательных организациях обучение иностранным языкам имеет своей целью формирование у дошкольников языковой компетенции, то есть умение формулировать речевые сообщения и обмениваться ими в различных ситуациях в процессе взаимодействия с другими участниками коммуникации, правильно используя систему языковых и речевых норм и выбирая коммуникативное поведение, адекватное аутентичной ситуации общения. Это предполагает не только и не столько усвоение слов, умение говорить на языке, сколько восприятие иноязычной речи в целом, развитие коммуникативных способностей ребенка и расширение его кругозора, общее психическое развитие дошкольника. На основании всего вышеизложенного можно сделать вывод о том, что вопрос о педагогических условиях обучения иностранному языку в дошкольной образовательной организации в настоящее время является актуальным.

Поэтому очень важно педагогу иностранного языка в ДОУ создать условия для сохранения и физического и психологического здоровья воспитанников. Использование здоровьесберегающих технологий — одно из условий. Ведь еще В.А. Сухомлинский отмечал, что "примерно у 85% всех неуспевающих учеников главной причиной отставания в учебе является плохое состояние здоровья, какое-нибудь недомогание, или заболевание".

Здоровьесберегающие технологии - это система мер - медицинских, психологических и педагогических, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленная на охрану и укрепление здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития, а также на формирование у самого ребенка осознанно ценностного отношения к своему здоровью.

***Артикуляционная гимнастика.***

Важной частью изучения любого иностранного языка является формирование и развитие навыков говорения. Артикуляционная гимнастика тренирует мышцы органов артикуляции, готовит их к дальнейшей работе во время занятия. Кроме того, укрепление артикуляционных мышц помогает научиться говорить правильно, четко и красиво не только на иностранном, но и на родном языке.

На занятиях по изучению английского языка я использую именно тренировочные, общеукрепляющие артикуляционные комплексы. Цель этих упражнений не поставить какой-то определенный звук – это задача других специалистов – а развить и укрепить артикуляционные мышцы. А чтобы гимнастика не казалась моим воспитанникам сложной скучной и не интересной, я провожу ее в игровой форме, подбирая упражнения под тему занятий и настроение группы.

*Артикуляционная разминка «Зверюшки»* - надувая и втягивая щеки дети изображают хомяка и суслика; растягивая губы в стороны и вытягивая вперед изображаем лягушку и уточку; производя активные жевательные движения изображаем корову; щелкая языком изображаем лошадку; шлепая губами изображаем рыбку; раздвинув губы в стороны и щелкая зубами изображаем крокодила.

*Артикуляционный гимнастический комплекс «Вкусненько»*

-бублик – округляем губы и напрягаем их, затем расслабляем их

-где орешек – языком изнутри касаемся щек, верхнего неба

-варенье – языком облизываем поочередно верхнюю и нижнюю губу

-кошка и молочко – высунув язык вперед поднимаем и опускаем кончик языка.

*Артикуляционный гимнастический комплекс «Мышка ищет сыр»*

-складываем губы трубочкой и вытягиваем вперед (это «нос»); - вытянутыми губами интенсивно двигаем вправо и влево (нюхаем, ищем сыр); -надуваем щеки (нашли сыр, набрали в рот); - быстро шлепаем ладошками по коленям (бежим в норку); ладошками сдуваем щеки (вытаскиваем сыр)

***Пальчиковая гимнастика***

Как говорят педиатры, речь маленького ребенка находится на кончиках его пальцев. Уже никому не приходиться доказывать, что для постановки и развития иноязычной речи (а, в равной степени, и для родного языка) упражнения пальчиковой гимнастики являются необходимыми. Кроме того, это прекрасный способ сделать небольшой перерыв, плавно перейти к другим заданиям и играм.

*Пальчиковая гимнастика «FingersFamily»*

- под ритмичную песенку сгибаем и разгибаем пальцы рук, повторяя название членов семьи; во время музыкального проигрыша делаем мах кистями рук

*Пальчиковая гимнастика «My name is…»*

- беремся за кончик пальца и «знакомимся» - My name is Nikita, слегка сжимая и потряхивая палец, как при рукопожатии

*Пальчиковая гимнастика «Пластилиновые фигурки»*

- соединив большой и указательный палец производим круговые движения, как при скатывании пластилинового шарика, пластилиновой колбаски; затем соединяем большой и средний палец и т.д. Гимнастику можно проводить как с пластилином, так и без него.

*Пальчиковая гимнастика «Утро-день-вечер»*

- каждому пальцу даем название, например, большой палец – утро, указательный – день и т.д.; дети поочереди приветствуют друг друга этикетными выражениями – добрый день, добрый вечер и т.д.; при каждом приветствии «кланяется» (сгибается-разгибается) определенный пальчик.

*Пальчиковая гимнастика «Цапли»*

- соединяем поочередно большой и указательный пальцы, большой и средний, большой и безымянный, большой и мизинец; движениями пальцев вверх-вниз изображаем клюв цапли; сопроводительный текст может быть любой – например: «Пришла цапля в магазин…»

***Самомассаж, релаксационные и упражнения и гимнастика***

Самомассаж проводится с целью повышения функциональных возможностей организма, работоспособности и восстановления здоровья. Психический и физический покой, достигаемый в результате релаксации, позволяет снять напряжение, восстановить силы детей после занятий, подготовить к дальнейшей деятельности. Гимнастика используется для восстановления и переключения после какой-либо активной деятельности – подвижной игры, музыкальной разминки, а также для концентрации внимания перед новым видом деятельности.

*Самомассаж «Железная лапа» (массаж головы).*

-мы представляем себя роботами-трансформерами, программируем свою «Железную лапу» (кисть руки, пальцы) и включаем «Супермозг» - пальцы ставим на волосистую часть головы и круговыми движениями производим самомассаж, постепенно сдвигаясь с темени к вискам, а затем к затылку.

*Разминка «Мойдодыр»*

– показывая, как умываются разные персонажи – кошки, хомяки, дети – разминаем мышцы щек губ и языка)

*Разминка-самомассаж «Мячик-ежик»*

У воспитанников в руках массажные мячики. С их помощью осуществляется разминка кистей рук – круговые движения в ладонях, движения вверх-вниз, сжимания-расслабления; массаж предплечий – прокатить мячик вверх-вниз; массаж головы круговыми движениями.

*Слоу-гимнастика «Осень»*

Гимнастика проводится под музыку (например, «Времена года. Осень», А.Вивальди). С помощью средств пантомимы дети изображают как дует ветер, как идет дождь, как улетают птицы, как облетают листья и т.д.

*Разминка «Настроение»*

Под музыку с помощью мимики, выражением лица дети стараются показать, для какого настроения подходит эта музыкальная композиция. Потом обсуждаем, кто что показывал.

*Гимнастика для глаз*

Упражнения «Часики», «Разведчик» - глазами, не поворачивая головы, смотрим вправо-влево

Упражнение «Пол-потолок» - движения глазами вверх-вниз. Можно добавить лексику по подходящим темам: «Дом», «Глаголы движения» и т.д.

Упражнение «Кто это сделал?» - глаза открываем как можно шире и смотрим ими по сторонам.

Упражнение «Совята спрятались» - глаза открываем как можно шире, а затем крепко зажмуриваемся на 2-3 секунды.

В конце комплекса дети проводят небольшой расслабляющий самомассаж

***Физическая разминка***

Образовательная деятельность требует от детей большого нервного напряжения, так как для них характерна неустойчивость нервных процессов. Физическая разминка производится с целью эмоциональной разрядки, и отдыха.

*Считалочка*

Ведущий начинает порядковый счет от 1 до 10. Игрок, на которого выпал счет 10 встает и начинает счет заново с ближайшего соседа. Разминка может проводиться под скороговорку, либо стихотворение.

*Разминка-семафор «Дом»*

Дети придумывают жесты для изображения различных частей дома – крыша, окно, стена, дверь и т.д. Затем ведущий называет вразброс эти части, а игроки показывают. Разминка может проводиться со сменой ведущего

*Разминка под счет «Главный тренер»*

Ведущий показывает упражнение и считает по-английски до 5, остальные повторяют. Затем, следующий ведущий показывает другое упражнение и т.д.

*Разминка «Stand Up»*

Ведущий дает команды на английском языке (встаньте, сядьте, руки вверх, руки вниз, поворот и т.д.), сопровождая их собственными движениями, а затем игрокам нужно выполнить те же команды без зрительного сопровождения.

*Разминка «Снежки»*

Ведущий и дети изображают игру в снежки. Задача как можно точнее воспроизвести все используемые движения – набор снега, формовка снежка, броски, уворачивания и т.д.

Задача преподавателя иностранного языка в ДОУ, наряду с развитием специальных навыков, сформировать у ребенка положительное и ценностное отношение к данной дисциплине, пробудить его интерес к изучению, задеть его любопытство и любознательность. Изучение иностранных языков помогает обратить внимание воспитанника и к другим областям - география, история, культура, литература. С расширением пространственно-развивающей среды ребенок получает гораздо больше информации об окружающем его мире и, соответственно, его возможности выбора несравненно богаче. А применение здоровьесберегающих технологий позволяет более полно и продуктивно использовать эти возможности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Степаненко О.А. Применение здоровьесберегающих технологий в ДОУ в соответствии с ФГОС // 2014 г. Электронный ресурс <http://ped-kopilka.ru/blogs/olesja-aleksandrovna-stepanenko/>

2. Блохина Н.Н. Для чего нужна артикуляционная гимнастика // 2013 г. Электронный ресурс [http://sites.google.com](http://sites.google.com/)Cайт учителя логопеда Блохиной Н.Н.

3. Романова К.А. Гимнастика для глаз детям дошкольного возраста // 2015 г. Электронный ресурс [http://nsportal.ru](http://nsportal.ru/)

4. Колодная Т.В. Физминутки нам нужны, для детей они важны // 2015г. Электронный ресурс [http://nsportal.ru](http://nsportal.ru/)

5. Сангалова Н.Г. Психологические игры для дошкольников // 2014г. Электронный ресурс [http://ped-kopilka.ru](http://ped-kopilka.ru/)

6. Никишина Н.А. Применение здоровьесберегающих технологий в раннем изучении иностранного языка в ДОУ // 2018 г. Электронный ресурс http://portalobrazovaniya.ru