



Государственное автономное учреждение дополнительного профессионального образования
Ярославской области

Институт развития образования

Двигательная активность на уроке иностранного языка как фактор повышения эффективности обучения

*Урывчикова Наталья Владимировна,
ст. преподаватель кафедры общего образования
ГАУ ДПО ЯО «Институт развития образования»*

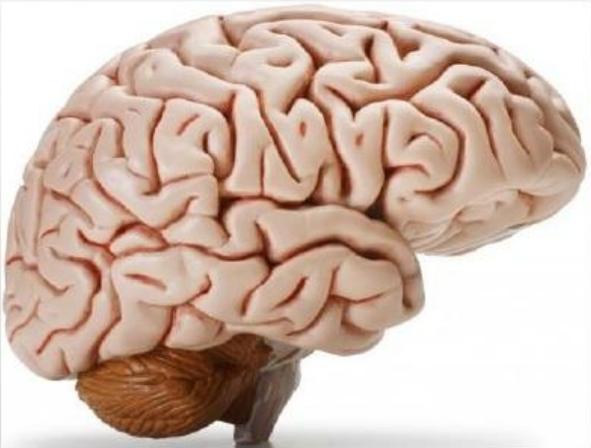


Чтобы учиться, мозгу необходимо 5 вещей:

_____,' _____,'

_____,' _____,'

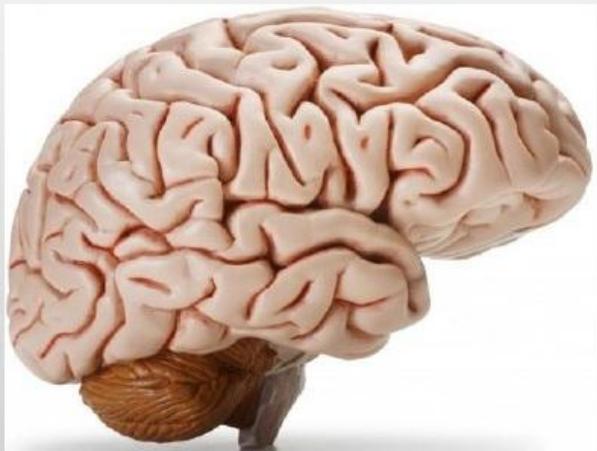
_____.'



Мартин Корте

Чтобы учиться, мозгу необходимо 5 вещей:

энергия, жидкость,
кислород, движение,
время.

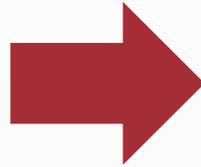


Мартин Корте



Какая связь?

**Физическая
активность**



**Улучшение памяти и
способности к обучению**



Физическая активность



Усиление кровоснабжения, больше кислорода



Ускорение обмена веществ



Образование большего количества белка в нервных клетках, образование новых клеток в гиппокампе



Гиппокамп отвечает за долгосрочную память и обучение



Улучшение памяти и способности к обучению



Почему важно образование новых нервных клеток?

Информация передаётся в мозг через нервные клетки

Нервные клетки не связаны друг с другом напрямую

Место контакта нервных клеток - синапс

Импульс передаётся благодаря нейромедиаторам

Физическая активность существенно увеличивает выброс нейротрансмиттеров

Движение дополнительно стимулирует работу мозга и способствует образованию синапсов



Главный эффект от движения

Усиление кровоснабжения

Оптимальное снабжение мозга кислородом и необходимыми питательными веществами

Повышается способность к концентрации внимания

Снижается усталость от обучения



Дополнительный эффект от движения

Обучение ассоциируется с чем-то особенным

Радость (удовольствие) от обучения благодаря выделяющимся эндорфинам и дофамину

Движение усиливает впечатление, которое материал производит на ученика (информация дольше в памяти)

Чем больше стимулов воздействует на клетки мозга, тем лучше они запоминают

Клетки, не получающие достаточного количества стимулов, отмирают

Движение



**Мышцы сокращаются → выделяют белки миокины
как «благодарность» за движение → миокины
попадают в мозг и интерпретируются как
«удовольствие» → миокины улучшают деятельность
гиппокампа и процессы формирования памяти**



«Paired Associative Stimulation» (PAS)

На нервную клетку одновременно действуют два стимула: мыслительный сигнал и сигнал движения. Таким образом нервные клетки «тренируются дважды».

Двойное кодирование учебного материала (двигательное и когнитивное) помогает быстрее и надежнее находить информацию в долговременной памяти.



Проверьте себя:



<https://learningapps.org/view36787696>



Как долго может спокойно сидеть восьмилетний ребёнок?

15 минут

20 минут

25 минут

30 минут



Способность сохранять концентрацию внимания:

5 – 7 лет: примерно 15 минут

7 – 10 лет: примерно 20 минут

10 – 12 лет: примерно 25 минут

12 – 16 лет: примерно 30 минут

Источник: «Lernen in Bewegung»

<https://www.volksschule.vs-badblumau.at/wp-content/uploads/2015/08/Lernen-in-Bewegung.pdf>

Фонетическія навукі



 То-ма-тен-са-лат  То-ма-тен-са-лат
 То-ма-тен-са-лат  То-ма-тен-са-лат

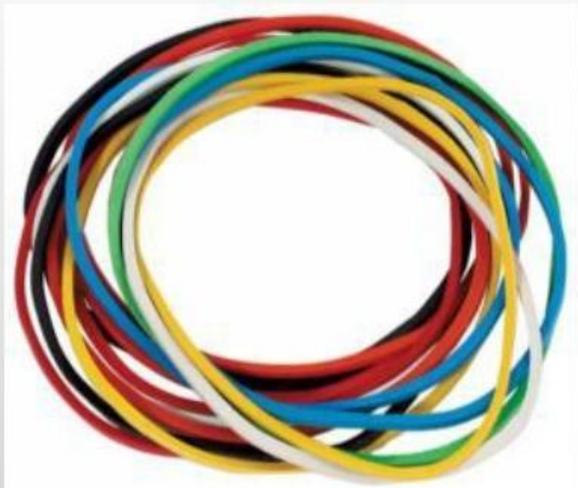
         
То-ма-тен-са-лат То-ма-тен-са-лат

         
То-ма-тен-са-лат То-ма-тен-са-лат

Фонетические навыки

foot, sheep, dream, car

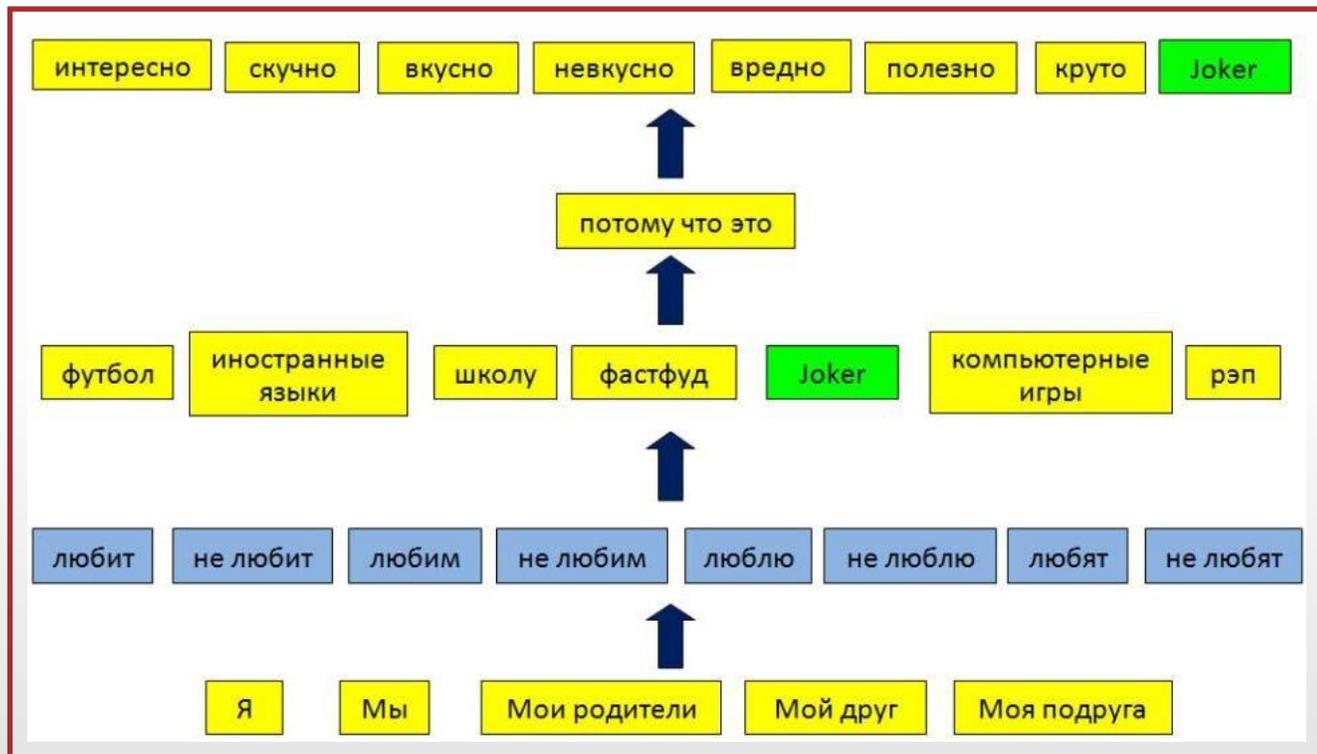
ship, pen, fox, cat



lesen, spielen, Stuhl, Auf Wiedersehen

lernen, schwimmen, Schrank, Mutter

Грамматические навыки



«Пешком по предложению»



«Живые предложения»



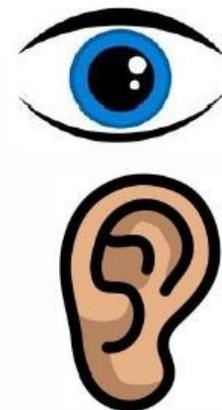
«Artikel-Disko»

«Охота за автографами»

Autogramm jagd

 Ja, ich e gern.

 Nein, ich e nicht gern.



| | | |
|---|---|--|
| <p>Singst du gern?</p>  <p>_____</p> | <p>Tanzst du gern?</p>  <p>_____</p> | <p>Turnst du gern?</p>  <p>_____</p> |
| <p>Hörst du gern Musik?</p>  <p>_____</p> | <p>Spielst du gern Computerspiele?</p>  <p>_____</p> | <p>Machst du gern Selfies?</p>  <p>_____</p> |
| <p>Telefonierst du gern?</p>  <p>_____</p> | <p>Machst du gern Videofilme?</p>  <p>_____</p> | <p>Spielst du gern Fußball?</p>  <p>_____</p> |

Лексические и грамматические навыки

Ich bin lustig. 😊

Ich bin traurig. 😞

Ich bin alt. 👵

Ich bin fleißig. 🧑🌾

Ich bin böse. 😡

Ich bin klug. 💡



Графические /орфографические навыки

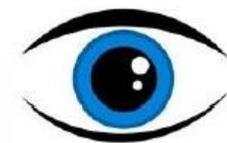


- Рисование букв на спине
- Рисование букв в воздухе
- Лепка букв из пластилина
- Изображение букв своим телом





Графические /орфографические навыки



Примеры заданий:



<http://linoit.com/users/injaz/canvases/multisense>



Если хочется немного больше ... «Мозг и движение»



<https://www.learningsnacks.de/share/463845/>



Карла
Ханнафорд

Мудрое движение. Мы
учимся не только
головой

https://www.phantastike.com/superlearning/wise_move/pdf/

Группа в ВК «Учителя иностранного языка Ярославской области»



<https://vk.com/foreignlanguageteachersyar>

ВКонтакте Поиск

Моя страница
Новости
Мессенджер
Звонки
Друзья
Сообщества
Фотографии
Музыка
Видео
Клипы
Игры
Стикерсы
Маркет
Службы

SVEIKI BI SEI HEJSA GUTEN TAG AL SANNU
Cześć SEI HEJSA SERVUS HELLO CIAO BONGHJORNU SZERVUSZ BONGHJORNU MING DAR FIA PRONTO
HALOO HI DIA DUIT SALVE Olá Aiió

Учителя Иностранного Языка Ярославской Области
"Если хочешь идти быстро - иди один, если хочешь идти далеко - идите вместе"
(африканская пословица)

Вы подписаны

Информация

Цели сообщества: создание единого информационного пространства для учителей иностранного языка Ярославской области, обмен опытом и сотрудничество.

Написать сообщение
Управление
Сообщения



Спасибо за работу!





Образование без границ

Контактная информация:

Россия г. Ярославль, ул. Богдановича, 16

Тел.: +7 (4852) 23-06-34

Сайт: www.iro.yar.ru

E-mail: inyaz.iro@yandex.ru

