

Только при условии, что администрация, педагоги, психологи, врачи будут работать согласованно, по комплексной программе, разработанной специально для данного образовательного учреждения, можно рассчитывать на формирование того, что мы называем здоровьесберегающим образовательным пространством образовательного учреждения, реализующего на практике идеи и принципы здоровьесберегающей педагогики.

## **ФОРМИРОВАНИЕ КОМПЕТЕНЦИИ ЛИЧНОСТНО-ЗНАЧИМОГО ФИЗИЧЕСКОГО САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ**

С. М. Малявин

*Невьянск*

Решение государственной и социально-значимой задачи трансформации воспитания в самовоспитание, а развития личности ученика в саморазвитие в условиях реализации стандартов общего образования, достаточно не простое дело. С точки зрения практика, данная задача посильна тому учителю, который способен технологизировать образовательный процесс, разработать систему мониторинга для получения объективной информации о динамике формирования тех или иных компетенций и принять адекватные решения оптимизации управления. Одной из особенностей названной задачи является то, что ее решение не могут обеспечить только действия одного учителя. Здесь требуется мотивация самих обучающихся, их активная позиция на собственное продвижение и самосовершенствование.

По данным экспресс-опроса старшеклассников нашей школы компетенция физического самосовершенствования включает в себя именно те компоненты, которые и определяют саму суть данного понятия. По их словам это есть: «забота о своем здоровье», «владение физкультурно-оздоровительным комплексом», «соблюдение правил безопасной жизнедеятельности», «занятия спортом», «физзарядка», «половая грамотность», «участие в спортивных мероприятиях и соревнованиях», «здоровый образ жизни», «развитие ловкости (силы, трудолюбия, выносливости, ...)». И хотя в рейтинговой системе ценностей учащихся нашей школы «Здоровье» стойко занимает одну из лидирующих позиций, практически никто из опрошиваемых не связал компетенцию физического самосовершенствования и здоровьесбережения с ценностно-значимой для него самого и для нации в целом компетенции. В этой связи, вполне естественно утверждение, что для учителей физической культуры, да и педагогического коллектива в целом, формирование компетенции личностно-значимого физического самосовершенствования и здоровьесбережения относятся к разряду проблемных областей деятельности.

При разработки технологии формирования компетенции личностно-значимого физического самосовершенствования и здоровьесбережения я руководствуюсь половозрастными особенностями, психофизическими возможностями, личностными проявлениями, в том числе и нравственно-волевыми и ценностными ориентациями обучающихся. Кроме того выстраиваю последовательность собственных действий и действий ученика, предусматриваю влияние условий в том числе и группы риска, рассчитываю временные и энергетические затраты для достиже-

ния спроектированного результата, выделяю критерии отслеживания за ходом процесса формирования компетенции.

Внедряемая мною технология формирования компетенции личностно-значимого физического самосовершенствования и здоровьесбережения – продукт многолетней практики. Она представляет с собою совокупность средств, приемов и методов взаимно заинтересованного сотрудничества учителя и ученика, адекватных зоне актуального физического развития типологической модели личности (по К. Г. Юнгу), состоянию здоровья и уровню прежних физических достижений.

Основные приемы и методы сотрудничества нацелены на создание ситуации успеха в физическом развитии каждого ученика. Это обеспечивается мною путем авансирования позитивного результата, отказа от прямого принуждения (вхождение в оперативную проблему ребенка), предоставления права на выбор, ошибку или очередную попытку, открытого доверительного диалога в случае личностных проблем, самооценки физического развития. Следующим шагом сотрудничества с обучающимися является составление индивидуальных программ развития – продумывание персонального пути дальнейшего физического развития и здоровьесбережения ребенка. Важным условием совместного труда с ребенком является установление между сторонами помогающих отношений, принятие ребенка, таким, какой он есть, сочувствие его проблеме.

Придать лично-значимую окраску формированию компетенции физического самосовершенствования и здоровьесбережения позволяет реализуемая мною трехступенчатая модель мотивации. Стартовым звеном в ней является личностное осознание социального заказа на физически развитую и здоровую личность. Такое осознание есть проявление внешнего мотива «Я понимаю». Любые пусть даже и не значительные успехи в проявлении тех или иных умений укрепляют веру ученика в реальной возможности стать физически более совершенным. Это актуализирует готовность учащихся к проявлению компетенции и обеспечивает формирование внутреннего мотива «Я хочу». Так ученик отрывается от внешних факторов давления, типа «Я хочу, так как это модно или надо другим». Суть внутренней мотивации заключается в понимании зависимости личностного профессионального самоопределения и здоровья будущей семьи от овладения компетенцией здоровьесбережения уже на данном возрастном периоде. Самоанализ физического развития и успешная реализация индивидуальной программы убеждают учащихся и в необходимости углубления знаний о компетенции физического самосовершенствования и здоровьесбережения, и расширения деятельностных форм занятий физической культурой. Комплексная программа спортивно-оздоровительной работы и программа «Здоровье», реализуемые в нашем ОУ, а также содержание деятельности УДО города предлагают разнообразные бесплатные услуги для самореализации учащихся, заинтересованных в физическом самосовершенствовании и оздоровлении. Наши ученики могут заниматься в спортивных секциях и кружках (волейбол, футбол, баскетбол, ОФП, легкая атлетика, теннис), а также участвовать во всех видах спортивных состязаний школьной спартакиады, включающей 14 видов спорта. Для наших учеников постоянно открыты спортивные и тренажерные залы. В уголке здоровье ученики могут воспользоваться видео- и фото-картотекой гимнастических упражнений, картотекой учебных заданий по подвижным играм, электронными карточками домашних заданий, посмотреть видеофильмы полезными при организации самостоятельной работы над собой.

Успешно реализуемый в различных формах спортивно-оздоровительных занятий мотив «Я могу» оказывает существенное влияние на становление системы ценностных ориентаций и установок в физическом самосовершенствовании и побуждает эмоционально волевою регуляцией процесса формирования компетенции лично-значимого физического самосовершенствования и здоровьесбережения «Я должен стать компетентным и деятельным».

Важную роль в управлении физическим самосовершенствованием играет мониторинг, направленный на изучение состояния физической подготовки учащихся и состояния их здоровья. Действующая модель мониторинга позволяет оптимизировать получение оперативной информации всеми заинтересованными субъектами образования – учениками и родителями и не только в начале и конце учебного года, но и в течение всего учебного процесса и на протяжении 11 лет обучения. Модель включает 4 этапа. Первый из них – проблемно-диагностический – тестирование кондиционной физической подготовленности учащихся. Второй этап – этап педагогического сопровождения. На основании первичных данных по каждому кондиционному физическому качеству составляются списки учащихся с низким и высоким уровнем физической подготовленности. Личные результаты учащихся заносятся ими в индивидуальный паспорт физического развития. Учитель физической культуры совместно с учеником определяет программу коррекции выявленных отклонений у одних учеников и программу дальнейшего развития у других, дает методические рекомендации. Третий этап – деятельностно-коррекционный, который позволяет фиксировать изменения в физическом развитии в период коррекции и активного физического напряжения. На четвертом этапе – рефлексии – учащиеся включаются в процесс самотестирования. Он проводится, как организованно на уроках физической культуры, так и в домашних условиях с привлечением родителей. Результаты текущего тестирования заносятся в дневники самоконтроля.

Об эффективности технологии формирования компетенции лично-значимого физического самосовершенствования и здоровьесбережения говорят результаты участия учеников школы во всех видах спортивных соревнований, организуемых в рамках фестивального движения «Юные интеллектуалы среднего Урала в Невьянском городском округе». В течение 3 последних лет школа удерживает переходящий кубок в форуме «Здоровое поколение». Наши ученики-призеры районной олимпиады по физической культуре по 7, 8, 9, 11 классам. Лучшие трое из них были участниками областной олимпиады и вошли в первую десятку.

## **ПУТИ РАЗВИТИЯ ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СОВРЕМЕННОЙ СИСТЕМЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ<sup>1</sup>**

С. А. Медведева, Т. А. Бобылева  
*Екатеринбург*

В современных социально-экономических условиях развития общества особенно остро на государственном уровне стоит проблема оптимизации здоровья и физического развития подрастающего поколения. Медики, педагоги, психологи

<sup>1</sup> Публикация осуществляется при финансовой поддержке РГНФ, проект № 08-06-00074а.