Доклад

на тему самообразования:

**«Формирование общеучебных компетенций на уроках физической культуры в средних классах»**

учитель физической культуры: Моносов Н.А.

План:

1. Темы школы, работы ШМО учителей художественно-эстетического цикла в 2012-2013г., педсовета и тема самообразования.
2. Согласованность тем
3. Задачи, цели работы над индивидуальной темой самообразования
4. Реализация темы – ключевые моменты

* Тема школы:

**«Компетентностный подход в образовательном процессе, как фактор формирования у школьников готовности к осуществлению личностно и социально значимой продуктивной деятельности»**

* Тема работы ШМО учителей художественно-эстетического цикла в 2012 – 2013г.:

**«Качество образования в личностно-ориентированной практике: профессиональная компетентность педагогического работника»**

* Тема педсовета:

**«Компетентностный подход в образовательном процессе»**

* Тема самообразования:

**«Формирование общеучебных компетенций на уроках физической культуры в средних классах»**

**Согласованность тем, цели и задачи**

***Главной целью школьной темы, тем ШМО, педсовета и темы самообразования*** является развитие ребенка как компетентной личности путем включения его в различные виды ценностной человеческой деятельности: учеба, познания, коммуникация, профессионально-трудовой выбор, личностное саморазвитие, ценностные ориентации, поиск смыслов жизнедеятельности. С этих позиций обучение рассматривается как процесс овладения не только определенной суммой знаний и системой соответствующих умений и навыков, но и как процесс овладения компетенциями.

При изучении статей из Интернета выяснилось, что компетентностный подход изучается с точки зрения общего образования, профильного обучения и разработки моделей. Однако в области физической культуры реализация компетентностного подхода мало изучена. Поэтому данная проблема является актуальной. Именно исходя из малого опыта по развитию компетентностей как ключевых так и специальных, мною и была взята тема по самообразованию**«Формирование общеучебных компетенций на уроках физической культуры в средних классах».** Эта тем направлена на достижение следующих **целей:**

– Развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья.  
  
– Воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью.  
  
– Овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта.  
  
– Освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций.  
  
– Приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.  
  
На основании требований Государственного образовательного стандарта в содержании тематического планирования предполагается реализовать актуальные в настоящее время компетентностный, личностно ориентированный, деятельностный подходы, которые определяют **задачи физического воспитания учащихся средних классов:**  
  
– Содействие гармоничному физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам.  
– Формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физиологической подготовленности.  
– Расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях.  
– Дальнейшее развитие кондиционных и координационных способностей.  
– Формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнении функции отцовства и материнства, подготовке к службе в армии.  
– Закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видом спорта.  
– Формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремлённости, уверенности, выдержки, самообладания.  
– Дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции.

**Реализация работы над темой: «Формирование общеучебных компетенций на уроках физической культуры в средних классах» и ключевые моменты.**

*Таблица 1*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Проявление ключевых компетенций в процессе образования в области физической культуры** | | |
| **Ключевые компетенции** | **Социальная значимость** | **Личностная значимость** |
| 1. Общекультурная | Познание культурно-исторических основ физической культуры, осознание роли физической культуры в формировании способности к достижению всестороннего физического и духовного развития, здорового образа жизни; сохранение здоровья и высокой работоспособности; подготовка к труду и защите Отечества | Определение значения систематических занятий физкультурой для улучшения здоровья, повышения уровня физической подготовленности и профилактики заболеваний; развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом |
| 2. Учебно-познавательная | Познание основ физического развития и воспитания с целью формирования духовно богатой и физически здоровой личности | Приобретение знаний, необходимых для занятий физической культурой и спортом; знание основ личной и общественной гигиены; владение знаниями о правилах регулирования физической нагрузки в условиях проведения утренней зарядки, регулярных занятий спортом |
| 3. Коммуникативная | Владение разными видами информации; умение вести дискуссию по проблемам развития спорта и занятий физической культурой; выработка собственной позиции по данным вопросам | Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников; умение давать рекомендации для самостоятельных занятий физкультурой, опираясь на современные физкультурно-оздоровительные технологии |
| 4. Социальная | Понимание пользы занятий физическими упражнениями для здоровья человека, повышения его трудоспособности и увеличения продолжительности жизни, а также роли физических упражнений в профилактике профессиональных заболеваний, в борьбе с производственным травматизмом | Умение использовать средства физической культуры для подготовки к профессиональной деятельности; владение современными требованиями к научной организации труда и отдыха |
| 5. Личностная | Владение приемами самореализации; личное и жизненное самоопределение | Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма |

Проделанная работа позволила создать программу деятельности учителя физической культуры по формированию ключевых компетенций обучающихся (см*. табл.* 2). В основу заложен образовательный стандарт среднего (полного) общего образования по физической культуре, где в основных требованиях к уровню подготовки выпускников старшей школы указано, что ученик должен приобрести следующие компетентности: в сфере оздоровительно-реабилитационной, двигательной деятельности, самоконтроля и индивидуального физического развития.  
  
Развитие коммуникативной компетенции осуществляется на всех уроках физической культуры.  
  
Внедрение данной программы в учебный процесс поможет сформировать у обучающихся:

• способность работать без постоянного руководства, брать на себя ответственность по собственной инициативе;  
• умение проявлять инициативу, не спрашивая других, следует ли это делать;  
• готовность замечать проблемы и искать пути их решения;  
• умение анализировать новые ситуации и применять в них уже имеющиеся знания;  
• умение уживаться с другими;  
• готовность приобретать новые знания по собственной инициативе (учитывая свой опыт и обратную связь с окружающими);  
• умение перенимать новое у спортсменов более высокого класса.

*Таблица 2*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Деятельность учителя физической культуры по формированию ключевых компетенций обучающихся** | | |
| **Цели физического воспитания** | **Средства физической культуры, умения и знания, обеспечивающие индивидуальное здоровье** | **Формируемые компетенции** |
| 1. Воспитание бережного отношения к собственному здоровью, приобретение умений и навыков в индивидуальных занятиях физической культурой, ориентированных на повышение работоспособности, предупреждение заболеваний | Комплексы лечебной физической культуры. Оказание первой помощи при травмах. Определение индивидуальных особенностей физического развития и подготовленности. Понимание значения здорового образа жизни, профилактика вредных привычек средствами физической культуры | Личностная |
| 2. Овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания | Комплексы профессионально-прикладных физических упражнений. Простейшие приемы аутогенной тренировки и релаксации для снятия утомления и повышения работоспособности. Знание особенностей физической работоспособности человека, факторов положительного влияния физических упражнений на здоровье и формирование здорового образа жизни | Социальная, компетентность в оздоровительно-реабилитационной деятельности |
| 3. Обогащение двигательного опыта профессионально-прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности | Общая и прикладная физическая подготовка. Владение способами двигательной деятельности. Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень физической подготовленности | Учебно-познавательная, компетентность в двигательной деятельности с учетом индивидуальных особенностей физического развития и медицинских показаний |
| 4. Усвоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальной ориентации | Знание особенностей индивидуального здоровья, физического развития, возможностей их коррекции посредством занятий физическими упражнениями; владение методикой организации индивидуальных форм занятий физическими упражнениями; умение выполнять индивидуальные комплексы упражнений, использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности | Общекультурная, личностная |

В ближайшее время, я хочу провести работу по выявлению у учащихся средних классов общеучебных компетенций связанных с общекультурной и коммуникативной сферами деятельности учащихся.

Это будет выявляться способами:

1. Анализ уровня здоровья - устойчивости организма ребенка к занятиям физической культурой.
2. Тестирование по выявлению отношения учащихся к моему предмету (физическая культура)
3. Хочу ввести в практику проведение **рефлексии** (умение анализировать и оценивать свою деятельность и друзей, одноклассников; умение давать рекомендации для самостоятельных занятий физкультурой, опираясь на современные физкультурно-оздоровительные технологии) на своих уроках, что позволит развить коммуникативную компетентность учащихся.

Именно благодаря формированию общеучебных компетенций на уроках физической культуры в средних классах я смогу добиться роста своей педагогической компетентности, а следовательно применить личностно-ориентированный подход в полном объеме.

***Приложение №1***

**Рефле́ксия** (от [позднелат.](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%BD%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA#.D0.9F.D0.BE.D0.B7.D0.B4.D0.BD.D1.8F.D1.8F_.D0.BB.D0.B0.D1.82.D1.8B.D0.BD.D1.8C) *reflexio* — обращение назад) — междисциплинарное понятие с многовековой историей, обращение внимания [субъекта](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D1%83%D0%B1%D1%8A%D0%B5%D0%BA%D1%82) на самого себя и на своё сознание, в частности, на продукты собственной активности, а также какое-либо их переосмысление. В частности, — *в традиционном смысле* — на содержания и функции собственного [сознания](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BE%D0%B7%D0%BD%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5_(%D1%84%D0%B8%D0%BB%D0%BE%D1%81%D0%BE%D1%84%D0%B8%D1%8F)), в состав которых входят [личностные структуры](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C) (ценности, интересы, мотивы), [мышление](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D1%8B%D1%88%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5_(%D1%84%D0%B8%D0%BB%D0%BE%D1%81%D0%BE%D1%84%D0%B8%D1%8F)), механизмы [восприятия](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%BE%D1%81%D0%BF%D1%80%D0%B8%D1%8F%D1%82%D0%B8%D0%B5), [принятия решений](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%80%D0%B8%D0%BD%D1%8F%D1%82%D0%B8%D0%B5_%D1%80%D0%B5%D1%88%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B9), [эмоционального реагирования](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AD%D0%BC%D0%BE%D1%86%D0%B8%D1%8F), поведенческие шаблоны и т. д.

Согласно [П. Тейяру де Шардену](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D0%B9%D1%8F%D1%80_%D0%B4%D0%B5_%D0%A8%D0%B0%D1%80%D0%B4%D0%B5%D0%BD,_%D0%9F%D1%8C%D0%B5%D1%80), рефлексия — то, что отличает человека от животных, благодаря ей человек может не просто знать нечто, но ещё и знать о своём знании.

Согласно [Э. Кассиреру](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B0%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%80%D0%B5%D1%80,_%D0%AD%D1%80%D0%BD%D1%81%D1%82), рефлексия заключается в «способности выделять из всего нерасчленённого потока чувственных феноменов некоторые устойчивые элементы, чтобы, изолировав их, сосредоточить на них внимание»[[1]](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D1%84%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%81%D0%B8%D1%8F#cite_note-Kassirer0-0)

Одним из первых в психологии рассмотрением рефлексии занялся А. Буземан (1925—1926 гг.), который трактовал её как «всякое перенесение переживания с внешнего мира на самого себя».[[2]](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D1%84%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%81%D0%B8%D1%8F#cite_note-STSM0-1)

В психологических исследованиях рефлексия выступает двояко:

* как способ осознания исследователем оснований и результатов исследования;
* как базовое свойство субъекта, благодаря которому становится возможным осознание и регуляция своей жизнедеятельности.
* ***Ситуативная рефлексия*** — выступает в виде «мотивировок» и «самооценок», обеспечивающих непосредственную включённость субъекта в ситуацию, осмысление её элементов, анализ происходящего. Включает в себя способность субъекта соотносить с предметной ситуацией собственные действия, а также координировать и контролировать элементы деятельности в соответствии с меняющимися условиями.
* ***Ретроспективная рефлексия*** — служит для анализа уже выполненной деятельности и событий, имевших место в прошлом.
* ***Проспективная рефлексия*** — включает в себя размышления о предстоящей деятельности, представление о ходе деятельности, планирование, выбор наиболее эффективных способов её осуществления, а также прогнозирование возможных её результатов.