

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №19

# Культура здоровья как условие самореализации личности

Инновационный проект  
(в рамках деятельности учреждения  
в качестве инновационной площадки)

Борисенко Наталья  
Владимировна, заместитель  
директора по учебно-  
воспитательной работе

# Актуальность проекта

В настоящее время современная школа должна представлять собой важную составляющую культурно-образовательного пространства для воспитания **саморазвивающейся социально благополучной личности**, осознающей пути и условия конструктивной самореализации.

Успешная самореализация личности в период обучения и после его окончания, ее социализация в обществе, активная адаптация на рынке труда и, как следствие, ее конкурентоспособность являются важнейшими целями воспитательно-образовательного процесса.

Полноценная жизненная самореализация существенным образом меняет статус личности, способствует ее востребованности, повышает ее роль в решении многоплановых проблем, в становлении и развитии гражданского общества.

## Актуальность проекта

обусловлена в том числе, изменениями, произошедшими в системе образования и изменившимися требованиями к организации и результатам образовательного процесса.

Стандарт основного общего образования предусматривает создание в образовательной организации такой среды, которая будет способствовать развитию у обучающихся способности к саморазвитию и самосовершенствованию, что с нашей точки зрения возможно в том случае, если школьнику будет предоставлена возможность самореализации в различных видах деятельности.

Основная идея проекта заключается в том, что формируя культуру здоровья школьников, в том числе посредством их участия в подготовке и сдаче тестов ВФСК «Готов к труду и обороне» создаются условия для развития потребности в самореализации, которая впоследствии может генерализовываться на другие сферы жизнедеятельности.

# Ключевые понятия

**Культура здоровья** - предстает как составная часть базовой культуры личности, отражающая осознанное ценностное отношение человека к собственному здоровью, выраженная в достаточном уровне физического, психического, духовно-нравственного и социального развития, основанная на ведении ЗОЖ.

**Культура здоровья** - представляет собой интегративное личностное образование, состоящее из:

- когнитивно-мотивационного компоненты;
- эмоционального компонента;
- конативно-волевого компонента,

которые в свою очередь, отражают объем знаний, коммуникативную толерантность, эмоциональную устойчивость, активность и волевые качества, являющиеся неотъемлемой частью образа жизни личности в его индивидуальной культуре (О.А. Ахвердова, В.А. Магин ).



# Ключевые понятия

**Самореализации “вообще” не существует.** Конкретные формы, способы, виды самореализации у разных людей различны. В поливалентности потребности в самореализации выявляется и получает развитие богатая человеческая индивидуальность.

**Влияние учителя** на самореализацию школьника определяется применяемыми способами организации деятельности коллектива, инициируемой формой общения с учащимися, методами оценки и стимулирования активности личности.

Школьнику для **самореализации нужно** безусловное принятие самого себя, возможность развития ответственности за себя, принятие себя другими.



# Ключевые понятия

Необходимые **условия для успешной самореализации** личности (Б. С. Гершунский):

- осознание веры в свое предназначение, видя в нем высший смысл жизни и надежду на продолжение собственного «Я»;
- осмысление своих способностей и интересов, предпочтений в жизни, мотивов своего поведения, руководство ими в различных обстоятельствах;
- наличие знаний, умений и творческих способностей, позволяющих наиболее полно реализовать себя в конкретной деятельности и разнообразных отношениях;
- способность к целенаправленным и эффективным усилиям, которые необходимы для самореализации на всех этапах жизни.

**Условия организации педагогического процесса, способствующие успешной самореализации личности учащегося:**

- вариативность содержания обучения;
- разветвленная сеть системы дополнительного образования;
- субъектная модель воспитательной среды;
- планомерная и целенаправленная диагностика педагогических результатов.

# Цель и задачи проекта

**Цель проекта** – создание в образовательном учреждении среды для самореализации личности школьников (подростков) посредством включения учащихся в здоровьесформирующую (физкультурно-спортивную) деятельность, в том числе участия в программе ВФСК «Готов к труду и обороне».

## **Задачи проекта:**

- Разработать положение и установить новый порядок ведения портфолио учащихся, включающий раздел «Моя будущая профессия».
- Обеспечить возможность участия школьников в разнообразных физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях различного уровня (среди учеников школы, классных коллективов, семей школьников).
- Подготовить и реализовать экспериментальную программу по предмету «Физическая культура», обеспечивающую в том числе всестороннюю подготовку к сдаче тестов ВФСК ГТО.
- Разработать и апробировать в рамках экспериментальной работы рабочую тетрадь по физической культуре с элементами самоконтроля и самоанализа собственных достижений школьников.
- Подготовить и реализовать программу психологического тренинга для подростков по самоопределению и самореализации.



**Основная идея** - школьнику для самореализации необходимо безусловное принятие самого себя, возможность развития ответственности за себя, принятие себя другими

## Культура здоровья

### Модернизация программы и форм реализации содержания учебного предмета «Физическая культура»

1. Введение рабочей тетради по физической культуре (методико-практические занятия).
2. Организация направленной подготовки для сдачи тестов ВФСК ГТО.

### Модернизация физкультурно - оздоровительной и спортивно-массовой внеучебной работы в образовательном учреждении

Организация физкультурно - оздоровительных мероприятий, направленных на пропаганду ВФСК ГТО, подготовку к сдаче тестов и тестирование выполнения нормативов.

### Повышение эффективности здоровьесформирующих технологий, используемых в образовательном процессе

Психологический тренинг для подростков по самоопределению и самореализации – психологическое здоровье

Самоанализ показателей физического развития, функциональной и физической подготовленности – самоконтроль и самооценка результатов – физическое самовоспитание – ответственное отношение к собственному физическому состоянию и здоровью

Контроль и оценка достижений в физкультурно-спортивной деятельности – сравнительный самоанализ собственных результатов с достижениями сверстников – самоутверждение в группе сверстников посредством достижения высоких спортивных результатов

Готовность к саморазвитию и непрерывному образованию.

## Профессиональное самоопределение

### Новый порядок ведения портфолио учащихся, включающий раздел «Моя будущая профессия»

Самоанализ собственных достижений в различных видах деятельности, самообразование в вопросах профессий – самоопределение и работа над собой для достижения поставленных целей (поступление в определенный вуз)

Создание в ОУ среды и возможности для самореализации посредством включение в разнообразные виды деятельности, в том числе участия в проектной деятельности, конкурсах, соревнованиях в соответствии с интересами и потребностями подростков

## Развития потребность в самореализации



# Этапы реализации проекта

## 1. Подготовительный этап (март-май, 2014 г.)

- утверждение основных направлений и плана работы инновационной деятельности в статусе опорного образовательного учреждения на 2014-2015 г.г.
- Обеспечение заключения договоров для сетевого взаимодействия с другими образовательными организациями и учреждениями в рамках темы деятельности инновационной площадки
- Подготовка перечня учебно-методических материалов, продуктов инновационной деятельности.

## 2. Исполнительный этап (сентябрь, 2014 г. – октябрь, 2015 г.) –

реализация основных запланированных мероприятий проекта, промежуточный контроль и коррекция достигнутых результатов.

## 3. Заключительный этап (ноябрь-декабрь, 2015 г.) – обобщение

результатов исследования, их представление на педагогическом совете, Всероссийской научно-практической конференции (г. Сургут, СурГУ, институт гуманитарного образования и спорта).



## «Продукты» реализации проекта

- Инновационный проект
- Рабочая тетрадь по предмету «Физическая культура»
- Экспериментальная программа по предмету «Физическая культура», обеспечивающая в том числе всестороннюю подготовку к сдаче тестов ВФСК ГТО.
- Методическое обеспечение реализации программы.
- Диагностический инструментарий для оценки эффективности созданной в образовательной организации среды для самореализации учащихся.
- Сборник сценариев общешкольных мероприятий.



# Результаты деятельности

ООО «Новые идеи» ИНН 6150058829 КПП 615001001 СВ-ВО о регистрации: 61№007481995  
ИП Соловьев Максим Николаевич Св-во 76 № 002788176 ИНН 511601906994 ОГРНИП № 308760429600015  
Свидетельство ЭЛ № ФС 77 - 60078

**Всероссийские образовательные конкурсы, конференции, сборники для воспитателей, учителей и других работников образования**

токоп подведения итогов конкурса

ят на заседании Экспертного совета от «10» ноября 2015 года №554/588-И.

ти разделены по степени дипломов, без учета номинаций.

итогах экспертизы, на основании решения экспертного совета присудить звания Дипломантов I, II и III степени, следующим участникам конкурса:

## ПОБЕДИТЕЛИ КОНКУРСА (итоги конкурса)

**VIII Всероссийский конкурс междисциплинарных проектов и программ в области  
здоровьеформирующих и здоровьесберегающих технологий  
«Здоровые дети — здоровая Россия»**

| Название конкурсной работы                                   | ФИО участников конкурсов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Регион                                  |
|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| <b>Победители всероссийского конкурса - Диплом I степени</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                         |
| льтура здоровья как условие<br>мореализации личности         | Калтушкина Наталья Анатольевна,<br>учитель по физической культуре МБОУ<br>СОШ №19 Калтушкин Евгений Иванович,<br>учитель по физической культуре МБОУ<br>СОШ №19 Пешкова Наталья Виллиевна,<br>зав. кафедрой физической культуры БУ<br>ВО ХМАО-Югры "СурГУ" Снигирев<br>Александр Сергеевич, доцент кафедры<br>спортивных дисциплин БУ ВО<br>ХМАО-Югры "СурГУ" Карпова Анна<br>Олеговна, студентка БУ ВО ХМАО-Югры<br>"СурГУ". Руководители - Пешкова<br>Наталья Виллиевна, зав. кафедрой<br>физической культуры БУ ВО ХМАО-Югры<br>"СурГУ" Снигирев Александр Сергеевич,<br>доцент кафедры спортивных дисциплин<br>БУ ВО ХМАО-Югры "СурГУ" | Ханты-Мансийского<br>автономного округа |

На конкурс было представлено 53 проекта различных образовательных учреждений территорий  
Российской Федерации

# Результаты деятельности

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №19

«От значка ГТО к олимпийской медали»

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ ШКОЛЬНИКА

Ученик: \_\_\_\_\_

Класс: \_\_\_\_\_



20\_\_ – 20\_\_ уч. год

НОРМЫ ГТО ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ 7–9-Х КЛАССОВ (13–15 ЛЕТ)



## ИСПЫТАНИЯ ДЛЯ ЮНОШЕЙ



## ИСПЫТАНИЯ ДЛЯ ДЕВУШЕК

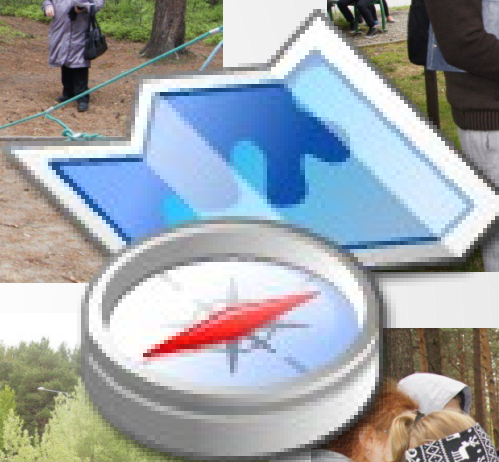


# Результаты деятельности

## *Со стороны общеобразовательного учреждения:*

- активизация деятельности образовательного учреждения в области физической культуры и спорта, внедрения ВФСК ГТО, здоровьесбережения и формирования культуры здоровья учащихся;
- расширение возможности образовательного учреждения для профессиональной ориентации учащихся;
- реализация требований ФГОС ООО к результатам освоения основной образовательной программы;
- повышение профессиональной компетентности педагогов, овладение и использование учителями активных форм работы с учащимися и родителями;
- положительная мотивация педагогического коллектива к оздоровительной и физкультурно-спортивной деятельности, понимание ее значимости как условия для самореализации личности.
- повышение социального и материального статуса педагогов за счёт участия в экспериментальной деятельности.





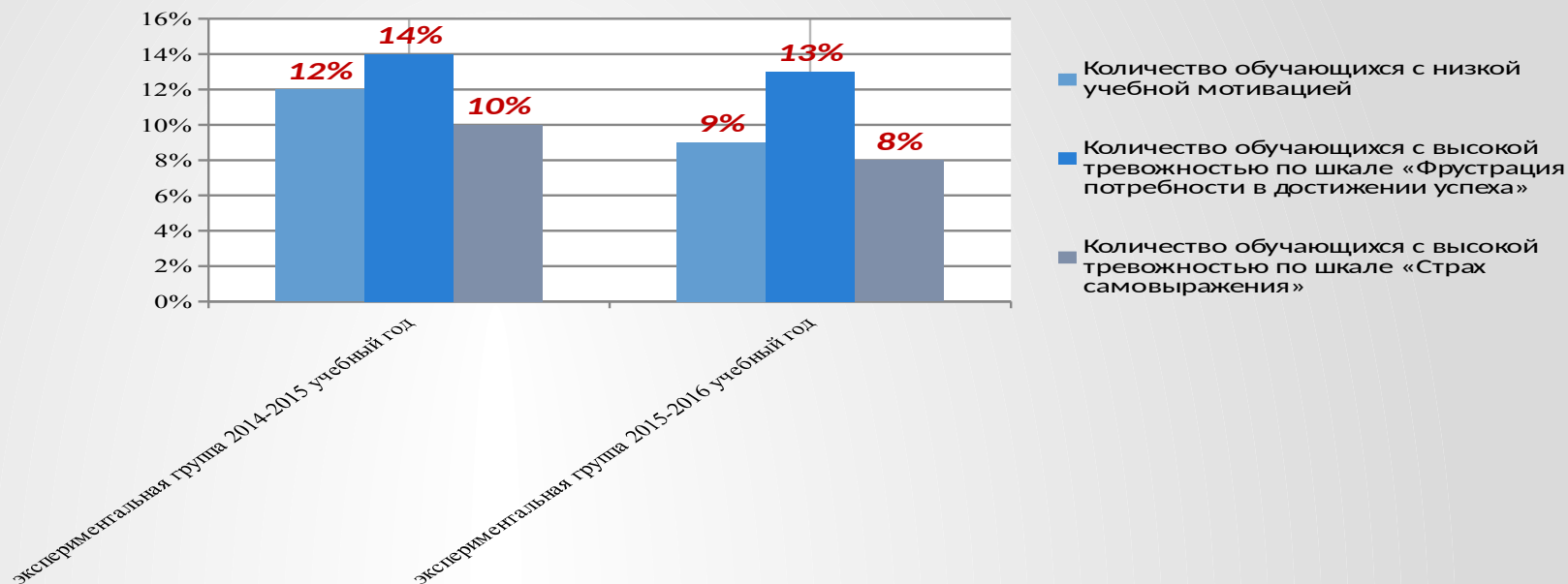
**Турслет, парк Сайма, маршрут разработан в соответствии с требованиями ВФСК «Готов к труду и обороне»**

# Результаты деятельности

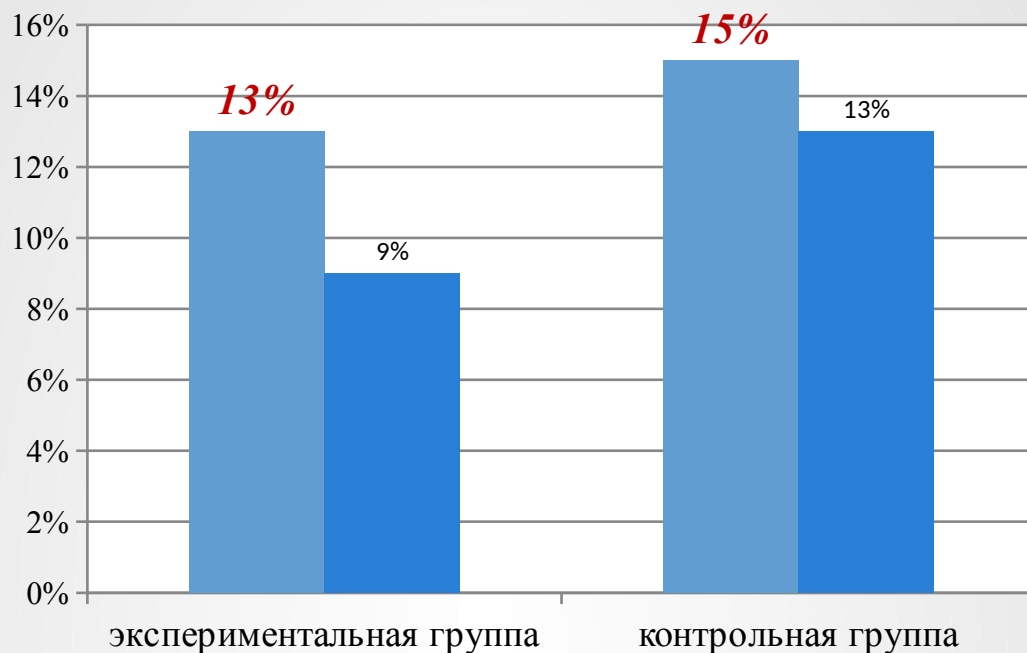
## *Со стороны учащихся:*

- развитая потребность в самореализации;
- комфортность самочувствия в школе и удовлетворенность характером взаимоотношений с окружающими, статусом в классе;
- достаточный уровень знаний в области здорового образа жизни, построения самостоятельных занятий физической культурой и спортом;
- повышение значимости здоровья в системе ценностных ориентаций школьников;
- развитая мотивация стремления к успеху в физкультурно-спортивной деятельности;
- достаточный уровень физической подготовленности для успешного выполнения нормативов ВФСК ГТО.





## Показатели психического состояния школьников в процессе экспериментальной работы



■ Количество обучающихся с высокой тревожностью по шкале «Общая тревожность в школе» в 2014-2015 учебном году

■ Количество обучающихся с высокой тревожностью по шкале «Общая тревожность в школе» в 2015-2016 учебном году

### Показатели психического состояния школьников в процессе экспериментальной работы



# Результаты исследования

## *Со стороны родителей:*

- повышение удовлетворённости деятельностью образовательного учреждения;
- повышение осведомленности родителей в вопросах здоровьесформирования, организации здорового досуга в семье;
- актуализация потребностей и мотивов сохранения и поддержания собственного здоровья посредством участия в программе ВФСК ГТО.





**Совместные физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия**

Спасибо за внимание!