

## FEATURES OF FORMING A HEALTHY LIFESTYLE OF STUDENTS BY MEANS OF PHYSICAL EDUCATION

**SARSENBAEV Berik Bektursynovich**

teacher-lecturer, master of Pedagogical Sciences

I. Zhansugurov's Zhetysu University

Taldykorgan, Kazakhstan

*The article presents the main components of the problem of forming a healthy lifestyle of students by means of physical culture. Namely: the concept of «healthy lifestyle», the importance of which is enhanced for the individual as the dominant realization of their health to strengthen the position of the whole society; its components: optimal regime; motor mobility; effective nutrition and hardening; types of temperament; students' ability to adapt to student life; great attention to the student's age, as the most susceptible to harmful patterns (Smoking, alcohol and drugs). lifestyle.*

**Key words:** special aspects, formation, healthy, lifestyle, students, means, physical education, theoretical, review.

## ПРОЕКТ «ПЕРСОНАЛИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

**ТЕРЛЕЕВА Оксана Валерьевна**

учитель начальных классов

МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 5»

г. Сургут, Россия

*Как сохранить плюсы нынешней системы образования? Как в массовой школе, начиная с первого класса, учесть особенности каждого ребенка? Какие педагогические практики, какой образовательный опыт ученика будут наиболее продуктивны для качественного восприятия учениками предметного содержания и для формирования у них необходимых компетентностей – как формировать такой опыт и как оценивать учебные результаты? Ответ на эти вызовы дает Персонализированная модель образования. Данный проект является результатом поиска эффективных путей внедрения персонализированной модели образования в начальной школе по развитию личности обучающегося.*

**Ключевые слова:** индивидуально-образовательная траектория, атомизированный контент, цифровизация, персонализация образования, системно-деятельностный подход.

**Обоснование необходимости разработки и реализации проекта.** Сегодня все видят, как меняется мир. В нашу жизнь стремительно входят цифровые сервисы. Страны – мировые лидеры в развитии образования выбрали вектор на реализацию индивидуальных траекторий в обучении детей, потому что в эпоху цифровой экономики старая «традиционная» модель образования не сможет подготовить детей к продуктивной жизни и самореализации. Задача современной школы – научить детей, как воспользоваться своими талантами, реализовать себя и добывать самостоятельно необходимые знания, постоянно учиться.

Данный проект является результатом поиска эффективных путей внедрения персон-

ализированной модели образования в начальной школе по развитию личности обучающегося.

**Цели и задачи проекта.** Цель – создание условий для развития образовательного и личностного потенциала младших школьников разных образовательных возможностей, повышение эффективности учебного процесса, для каждого обучающегося и для образовательного учреждения в целом.

Данная цель достигается путем решения следующих задач:

– построения личностно-ориентированного образовательного, здоровьесформирующего, информационно-технологического пространства на основе интеграции общего и дополнительного образования;

– разнообразия индивидуальных образовательных траекторий и индивидуального развития каждого обучающегося (в т. ч. одаренных детей и детей с ОВЗ), обеспечивающих рост творческого потенциала, познавательных мотивов, обогащение форм учебного сотрудничества и расширение зоны ближайшего развития;

– использования учителем и учеником в образовательном процессе атомизированного контента из разных источников;

– создания клубов по интересам для обучающихся и родителей;

– повышения заинтересованности и уровня родительской компетентности в вопросах образования детей;

– организация сетевого взаимодействия с социальными партнерами, учреждениями дополнительного образования города для проведения занятий, познавательных экскурсий и внеурочной деятельности обучающихся, организации дополнительного образования детей на базе образовательного учреждения;

– совершенствование материально-технического обеспечения класса: модульный компьютерный класс; электронная библиотека и т. д.

**Теоретико-методологическая основа проекта.** Образование должно использовать современные методики и цифровые решения, для того, чтобы лучше раскрыть способности каждого ученика. Это позволит использовать стандартное базовое содержание для развития у ребенка компетенций необходимых для успешной жизни в современном мире.

В начальной школе это сделать на 100% нельзя, но значительно приблизиться к этому вполне реально. Процесс организации такого учебного процесса можно провести в два этапа: сначала индивидуализируем и дифференцируем, параллельно изучая потребности и цели учащихся, затем персонализируем.

*Персонализация образования.*

В современных научных исследованиях персонализация рассматривается как процесс: в результате, которого субъект получает идеальную представленность в жизнедеятельности других людей и может выступить в общественной жизни как личность (С.Ю. Головин, Л.А. Карпенко, А.В. Петровский, М.Г. Яро-

шевский и др.) [1; 3; 8]; в результате, которого социальные отношения принимают личностный характер (Д. Джери, Дж. Джери) [10].

В современных теоретических исследованиях персонализированное образование рассматривается как педагогическая система с корректно поставленной дидактической задачей и педагогической технологией, способствующей ее решению, причем педагогическая задача определяется особенностями личности учащегося (Л.В. Байбородова) [2].

Смысл и назначение персонального образования – через подбор личной образовательной программы соединить конкретного ребенка с социально-культурным сообществом, которое практически разрабатывает систему новых наук и практик или воспроизводство традиций и, тем самым, с большой степенью вероятности обеспечивает перспективность образования ребенка (Ю.В. Крупнов) [8].

**Содержание проекта.**

**А) Индивидуально-образовательные маршруты (ИОМ) и их специфика.**

Модель персонализированного образования ориентирована на создание для ребенка пространства возможностей, в котором он ставит цели, принимает решения, делает выбор, видит и рефлексировывает результаты. В этом пространстве ребенок прокладывает свою индивидуальную траекторию развития.

Индивидуальная образовательная траектория – это, по мнению многих авторов, индивидуальный образовательный маршрут (ИОМ), снабженный конкретными технологиями его организации.

Ценность ИОМ состоит в том, что он позволяет каждому, на основе оперативно регулируемой самооценки, активного стремления к совершенствованию обеспечить выявление и формирование творческой индивидуальности, формирование и развитие ценностных ориентаций, собственных взглядов и убеждений, неповторимой технологии деятельности.

При составлении маршрута обязательно учитываются индивидуальные особенности обучающегося. А именно: образовательная база (знания, которыми ученик владеет); психическое и физическое состояние ученика; личностные качества, особенности характера ребенка (умение работать в команде и

индивидуально, вид памяти, социальная активность, мотивированность и т. д.); возраст; социальный аспект (пожелания родителей).

**Б) Модульное построение образовательной деятельности.**

*Учебный модуль* – шкалированная учебная цель и совокупность заданий, специально отобранных для достижения разных уровней учебной цели, имеет примерную трудоемкость (количество часов), базируется на «Большой идее».

Большая идея – описание образовательной цели на языке, понятном обучающемуся. Ответы на вопросы: «Что мы узнаем? Зачем нам это нужно? Как это будет оцениваться?»

*Учебная цель* – те действия, которые может выполнить ученик благодаря полученным знаниям, класс задач, которые он может решить.

*Учебная задача* – направлена на достижение цели: что нужно сделать, с помощью каких ресурсов, в каком виде предъявить результат, критерии и способы оценки и самооценки.

Достижение учебной цели в рамках модуля: прохождение этапов освоения модуля; составление учеником индивидуального учебного плана; индивидуальный учебный план можно корректировать.

Идея модуля связана с принципом поэтапного развития: каждый модуль – это шаг к далекой цели через достижение конкретного актуального результата за определенное время.

Модульное планирование имеет ряд преимуществ: возможность использовать внеурочное время: большинство учебных целей невозможно достичь качественно за один урок; возможность пройти все необходимые для достижения учебной цели этапы; возможность увидеть и реализовать «Большую идею» как для педагога, так и для обучающихся; целостное восприятие целей, хода и объема работ, образ результата; возможность дополнять учебный модуль вариативными материалами, не нарушая саму структуру.

*Шкалированные учебные цели.*

Чтобы ребенок смог выстроить личную траекторию внутри модуля – он должен осознать учебные цели, отвечающие на три вопроса:

1. Чего требуется достичь?
2. Какие элементарные знания и умения

необходимо для этого освоить? (базовый уровень);

3. Как можно применить достигнутые результаты, развивать их дальше? (сверхцелевой уровень).

Такая формулировка целей образует шкалу – структурированный по уровням ожидаемый результат:

Уровень 1.0 – используется для диагностики, достижение готовности к работе, к мотивации. Он ориентирован на освоение цели уровня 2.0 при наличии помощи учителя.

Уровень 2.0 – уровень усвоения простейшего понимания. Действие по образцу, применение формул и алгоритмов.

Уровень 3.0 – целевой результат, на который направлено изучение модуля. Анализ и понимание, которое можно применить к разным обстоятельствам. Синтез нескольких простых элементов.

Уровень 4.0 – исследование, проектная деятельность, перенос достигнутых образовательных результатов в изучаемую область, синтетическое (охватывающее разные темы в рамках одного предмета) или междисциплинарное умение. Применение в практических ситуациях.

Учащийся не обязан достигать все цели уровня 4.0, однако если есть желание, чувство успеха, мотивирует учащегося выбирать сложные цели и в дальнейшем, т.е. чаще находится в зоне ближайшего развития.

Структура учебного модуля и индивидуальный маршрут его прохождения учеником нелинейны. Система заданий разрабатывается таким образом, что к общим целям можно прийти разными путями. При этом текстовое изложение содержания модуля линейно: следующее задание в тексте не обязательно будет следующей «остановкой» маршрута учащегося, поскольку он его может не выбрать, не включить в свой маршрут. Целостно структуру модуля можно представить только двумерно – не в виде последовательности заданий, а в виде диаграммы.

Содержание учебных модулей разрабатывается таким образом, что в результате любой выбранной учащимся траектории, он сможет прийти к запланированным результатам. Поэтому все задания модуля привязаны

ны к одному или нескольким элементам цели (за исключением мотивационного, для которого это не обязательно).

*Обратная связь и оценивание.*

Обратная связь – один из самых мощных факторов, влияющий на успешность образования. Ее качество, частота и своевременность могут удвоить результативность работы педагога, однако на ее организацию педагогу часто не хватает времени. Персонализированная модель обучения предлагает передать часть функций обратной связи учащимся и платформе, тем самым сэкономить силы и время педагога для осуществления точечной и качественной обратной связи. Наличие гарантированной обратной связи учит учащегося ответственно относиться к любой взятой на себя задаче, пониманию учебной работы.

### **В) Продуктивные методы и формы обучения.**

Методы и формы обучения, используемые при реализации проекта

*Традиционные методы:* рассказ, беседа, объяснение, учебная дискуссия, работа с книгой, демонстрация, упражнения, практическая/самостоятельная работа.

*Современные методы:* модульное обучение, дистанционное обучение, ценностная ориентировка, кейс-стади, коучинг, ролевые игры, деловая игра, работа в парах, метод рефлексии, мозговой штурм, метод проектов.

Основной формой обучения остается урок. Вспомогательные формы: внеурочная, внеклассная работа. Применяются различные формы обучения: учебная экскурсия, консультация, учебная конференция, инструктаж, инструктаж, фронтальная/индивидуальная/групповая форма работы.

Внеурочная работа: выполнение домашней учебной работы, рефераты, доклад и т. д. Внеклассная работа: праздники, соревнования, конкурсы, викторины, предметные недели, марфон знаний, олимпиады, проекты, встречи.

### **Г) Использование цифровых образовательных ресурсов (платформ) для организации образовательной деятельности и оценки образовательных результатов.**

Главный инструмент персонализированного образования – цифровая платформа. Доступ к ней можно получить прямо из

класса через компьютер или планшет, а также из дома.

Цифровая платформа открывает доступ к увлекательным учебным материалам в самых различных форматах: видео, тексты, изображения. Проходить обучение на платформе можно в удобном темпе, выбирая для себя желаемый уровень. Традиционная форма классного обучения сохраняется. Дети работают с учебниками, в группах и самостоятельно. Выполняют задания в тетрадях и на компьютере. Делают проекты и учатся с помощью игры. Ученик всегда может обсудить свои достижения с учителем и поставить следующие цели.

На сегодняшний день выбраны наиболее эффективные платформы для формирования информационной компетенции обучающихся младших классов: Российская электронная школа; ЯКласс; Учи.ру; Яндекс. Учебник; Веб-грамотей; «ЛЕСТА».

#### **Этапы реализации проекта.**

*Подготовительный этап* (сентябрь – октябрь 2020г.): включает в себя мероприятия по проведению начальной самооценки ОУ, изучение взаимодействия семьи и школы, активности родителей, обучающихся в образовательном процессе, создание команды – единомышленников среди педагогов школы (на параллели), обсуждение идей и плана мероприятий, принятие решения о разработке и внедрении данного проекта в образовательной организации. Разработка плана сетевого взаимодействия с социальными партнерами, учреждениями доп. образования города для проведения занятий, познавательных экскурсий и внеурочной деятельности обучающихся класса.

*Организационно-теоретический этап* (ноябрь – декабрь 2020 г.): предполагает разработку стратегического плана внедрения проекта «Персонализация образовательной деятельности»; привлечение социальных партнеров в систему работы класса, школы. Изучение теоретического материала по теме «Персонализация образовательной деятельности; разработку необходимой документации, локальных актов, процедур; изучение и апробация возможностей цифровых платформ для начальной школы, регистрация на выбранных платформах, обучающихся класса; обновление рабочих про-

грамм; разработка учебных модулей, построение ИОМ обучающихся; диагностика и выбор методов, изучение возможностей каждого обучающегося. Создание клуба по интересам «Эрудит» среди детей, клуба «Компетентные родители».

*Практический этап* (январь 2021 г. – апрель 2024 г.): практическая реализация мероприятий проекта, разработка и внедрение в образовательный процесс: учебных модулей, ИОМ обучающихся; использования учителем и учеником в образовательном процессе атомизированного контента из разных источников, атомизированный контент (1 атом = 1 задание: «изучи», «посмотри видео», «выполни», «реши», «разработай проект» и т. д.).

*Заключительно – презентационный этап* (май 2024 г.): экспертиза полученных в ходе проекта результатов, обобщение материалов, презентация продуктов деятельности, диссеминация идей и полученных результатов.

#### **Ожидаемые результаты проекта.**

##### *Качественные результаты:*

1. Построение личностно-ориентированного образовательного, здоровьесформирующего, информационно-технологического пространства на основе интеграции общего и дополнительного образования в классе обеспечит:

- позитивную динамику личностного развития всех обучающихся класса;
- укрепление психического и физического здоровья всех обучающихся класса;
- формирование ключевых компетентностей УУД у всех обучающихся в соответствии с требованиями ФГОС;
- активное использование в образовательном процессе интерактивных образовательных технологий всеми педагогами, работающими с классом;
- единую стратегию педагогов и родителей в работе с детьми.

2. На каждом предмете при изучении учебного модуля учителем и учащимся разрабатываются ИОМ, учитывая возможности каждого учащегося класса.

3. В образовательном процессе учителем и учеником используется атомизированный контент из разных источников (Учи.ру, Якласс, Яндекс-учебник, Веб-грамотей и т. д.).

4. Прохождение курсовой подготовки пе-

дагогами, работающими с детьми в классе по теме проекта; диссеминация опыта работы по проекту перед педагогами школы, города.

5. Создан клуб по интересам «Эрудит» среди детей; создан родительский клуб «Компетентные родители».

6. Разработан план – сетевого взаимодействия с социальными партнерами для проведения занятий, познавательных экскурсий и внеурочной деятельности обучающихся класса; вовлечение обучающихся в детские объединения доп. образования детей на базе ОУ и учреждений города.

7. Наличие в учебном кабинете компьютерного класса, электронной библиотеки; подключение каждого компьютера (планшета) к различным цифровым источникам (платформам).

##### *Количественные результаты:*

1. 100% обучающихся класса освоят программы НОО на качественном уровне.

2. 100% обучающихся класса, в том числе обучающиеся с ОВЗ, будут обеспечены пед. поддержкой в реализации их образовательного маршрута.

3. 100% обучающихся класса будут зарегистрированы на таких цифровых платформах как: Учи.ру, Якласс, Яндекс-учебник, Веб-грамотей и т. д.

4. У 90% обучающихся класса будет сформирована позитивная мотивация к обучению.

5. 80% обучающихся класса будут вовлечены в индивидуальную и групповую учебно-исследовательскую, проектную деятельность.

6. Увеличение количества обучающихся класса как участников олимпиад, конкурсов, марафонов, предметных недель различного уровня до 70%.

7. Клуб по интересам «Эрудит» охватит своей работой не менее 60% обучающихся, а 85% обучающихся овладеют навыками учебно-исследовательской, информационно-коммуникативной, рефлексивной; деятельности на базовом уровне.

8. Положительная динамика в удовлетворенности родителей качеством образовательных услуг (2020 г. – 75 %, май 2024 г. – 90%).

9. Увеличение числа родителей, активно принимающих участие в школьной жизни не менее 70%.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Александрова Е. Индивидуализация образования: учиться для себя // Народное образование. – 2008. – № 7. – С. 243-250.
2. Байбородова Л.В. Индивидуализация образовательного процесса в школе: монография. – Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2011. – 281 с.
3. Ермаков Д.С., Кириллов П.Н., Корякина Н.И. при участии Янкевич С.А., Толокнова Т.А.; под редакцией члена-корреспондента РАО Казаковой Е.И. Шкалирование учебных целей в персонализированной модели образования, 2017. – С. 189-190.
4. Ермаков Д.С., Кириллов П.Н., Корякина Н.И. при участии Янкевич С.А., Толокнова Т.А. Разработка учебного модуля в персонализированной модели образования, 2017. – С. 117-122.
5. Ермаков Д.С., Кириллов П.Н., Корякина Н.И. при участии Янкевич С.А., Толокнова Т.А.; под редакцией члена-корреспондента РАО Казаковой Е.И. Персонализированная модель образования с использованием цифровой платформы, 2017. – С. 136-139.
6. Кириллов П.Н., Корякина Н.И. Школа возможностей: индивидуальные траектории развития // Образовательная политика. – 2019. – № 3. – С. 142-150.
7. Каспржак А.Г. Школа возможностей и возможности школы // Вопросы образования. – 2009. – № 3. – С. 5-25.
8. Крупнов Ю.В. Практика персонального образования. – URL: <http://www.personaledu.narod.ru>.
9. Прутченков А.С. Индивидуализация в образовании: новые тренды в XXI веке. – URL:<http://es.slideshare.net>.
10. Хуторской А.В. Методика личностно-ориентированного обучения: как обучать всех по-разному? – М.: Владос-Пресс, 2005. – 383 с.
11. URL:<https://uchi.ru/>, <https://resh.edu.ru/>.
12. URL:<https://www.yakclass.ru/>, <https://lecta.rosuchebnik.ru/>.

## PROJECT «PERSONALIZATION OF EDUCATIONAL ACTIVITIES»

**TERLEEVA Oksana Valerievna**

primary school teacher

Secondary School No. 5

Surgut, Russia

*How to preserve the advantages of the current education system? How in a public school, starting from the first grade, to take into account the characteristics of each child? What pedagogical practices, what educational experience of the student will be most productive for the qualitative perception of the subject content by students and for the formation of the necessary competencies in them – how to form such an experience and how to evaluate learning outcomes? The answer to these challenges is provided by the Personalized Education Model. This project is the result of a search for effective ways to introduce a personalized model of education in elementary school to develop the student's personality.*

**Key words:** individual educational trajectory, atomized content, digitalization, personalization of education, system-activity approach.