

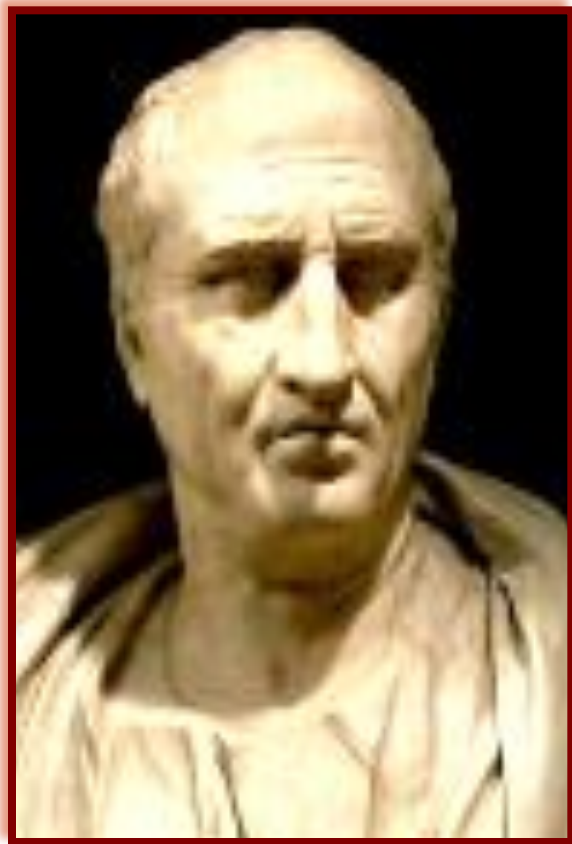
Березовская средняя общеобразовательная
школа



КОМПЕТЕНЦИЯ САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ

Работу выполнил:

Ковалев Александр Анатольевич



**Обязанности мудрого -
заботиться о своем
имуществе, не совершая
ничего противного обычаям,
законам и установлениям; ведь
мы хотим быть богаты не
только ради государства: ведь
средства и достояние
отдельных лиц составляют
богатства гражданской
общины.**

Компетенция личностного самосовершенствования.

Освоение способов:

- физического саморазвития ;
- духовного саморазвития;
- нравственного саморазвития;
- эмоциональной саморегуляции;
- самоподдержка;

Компетенция самосовершенствования.

**правила личной
гигиены**

**половая
грамотность**

**забота
о собственном
здоровье**

**внутренняя
экологическая
культура**

**комплекс качеств по основам
безопасности жизнедеятельности**

Критерии сформированности.

Вторая ступень

1. Самоопределение в способах достижения здоровья.
2. Самоорганизация на уровне здорового образа жизни.
3. Соответствие физического состояния выпускника нормативам физического развития.

Третья ступень

1. Осознание ценностей ведения здорового образа жизни.
2. Осознанное отношение к здоровью и физической культуре.
3. Умение применять простейшие способы оказания первой медицинской помощи, способность действовать в чрезвычайной

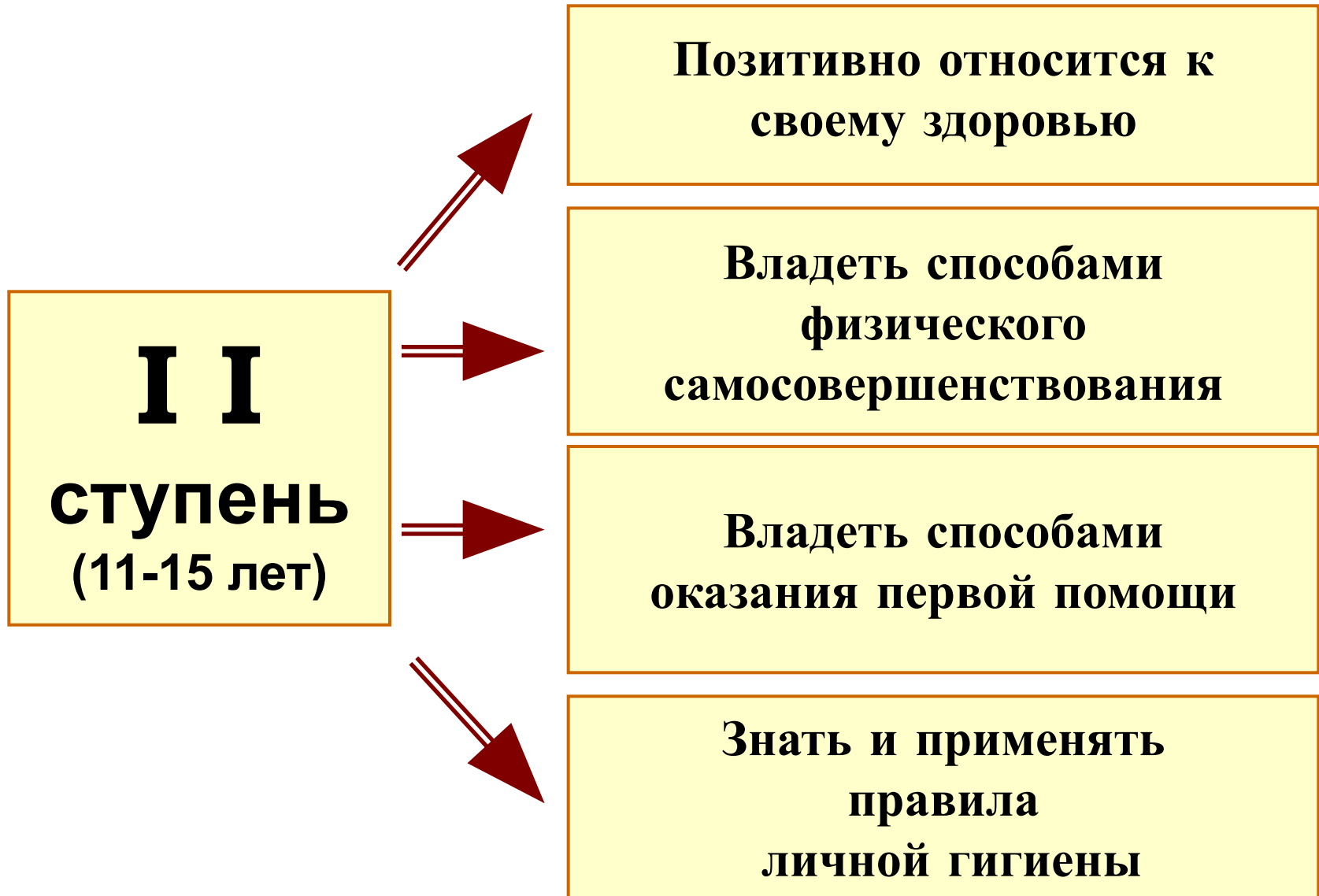
Здоровье сберегающая компетенция как компетенция самосовершенствования

**Иметь опыт ориентации
и экологической
деятельности
в природной сфере**

**I
ступень
(7-10 лет)**

**Знать и применять
правила
поведения в
экстремальных
ситуациях**

Здоровье сберегающая компетенция как компетенция самосовершенствования



Здоровье сберегающая компетенция как компетенция самосовершенствования

