

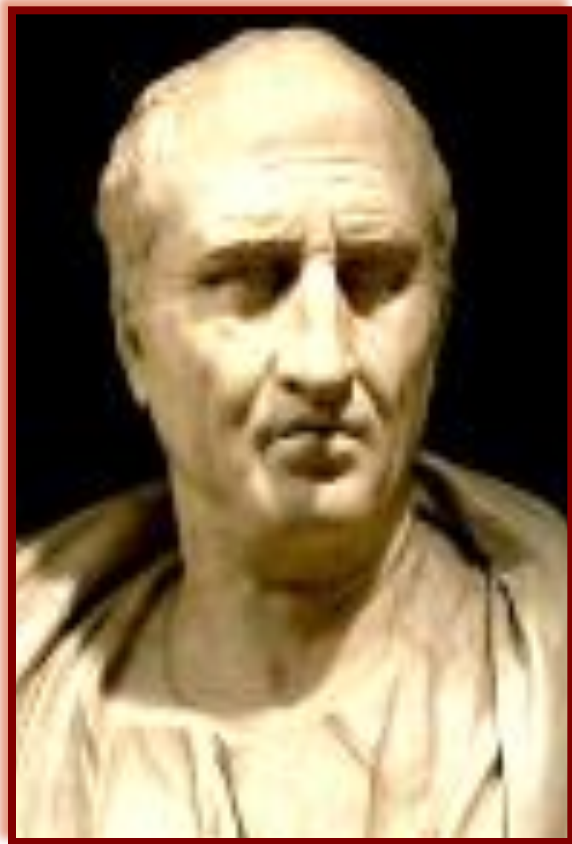
Березовская средняя общеобразовательная
школа



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

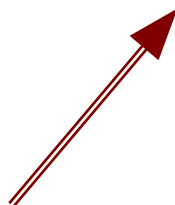
1. Самоопределение в способах достижения здоровья.
2. Самоорганизация на уровне здорового образа жизни.
3. Соответствие физического состояния выпускника нормативам физического развития.

Третья ступень

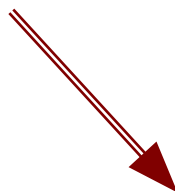
1. Осознание ценностей ведения здорового образа жизни.
2. Осознанное отношение к здоровью и физической культуре.
3. Умение применять простейшие способы оказания первой медицинской помощи, способность действовать в чрезвычайной

Здоровье сберегающая компетенция как компетенция самосовершенствования

I
ступень
(7-10 лет)



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



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

Здоровье сберегающая компетенция как компетенция самосовершенствования

II
ступень
(11-15 лет)

**Позитивно относится к
своему здоровью**

**Владеть способами
физического
самосовершенствования**

**Владеть способами
оказания первой помощи**

**Знать и применять
правила
личной гигиены**

Здоровье сберегающая компетенция как компетенция самосовершенствования

