



РОССИЙСКАЯ
АКАДЕМИЯ
ОБРАЗОВАНИЯ

Всероссийская научно-практическая конференция
«Формирование личностных результатов образования
через развитие самосознания и внутренней позиции
обучающегося»

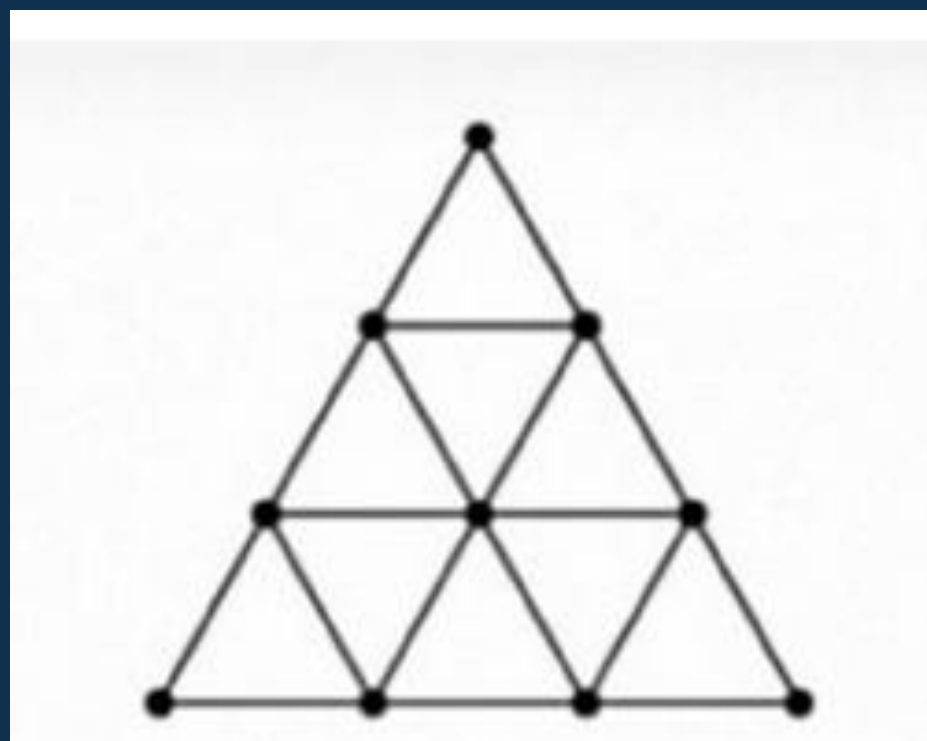
Формирование самосознания ученика через телесную культуру

Гуляева Наталья Сергеевна

учитель физической культуры, классный руководитель 10 класса

Москва, 19-20 сентября 2024 г

Тетрактис Пифагора – символ открывающий тайну универсальной природы, а число 10 осуществление порядка, закона и гармонии.

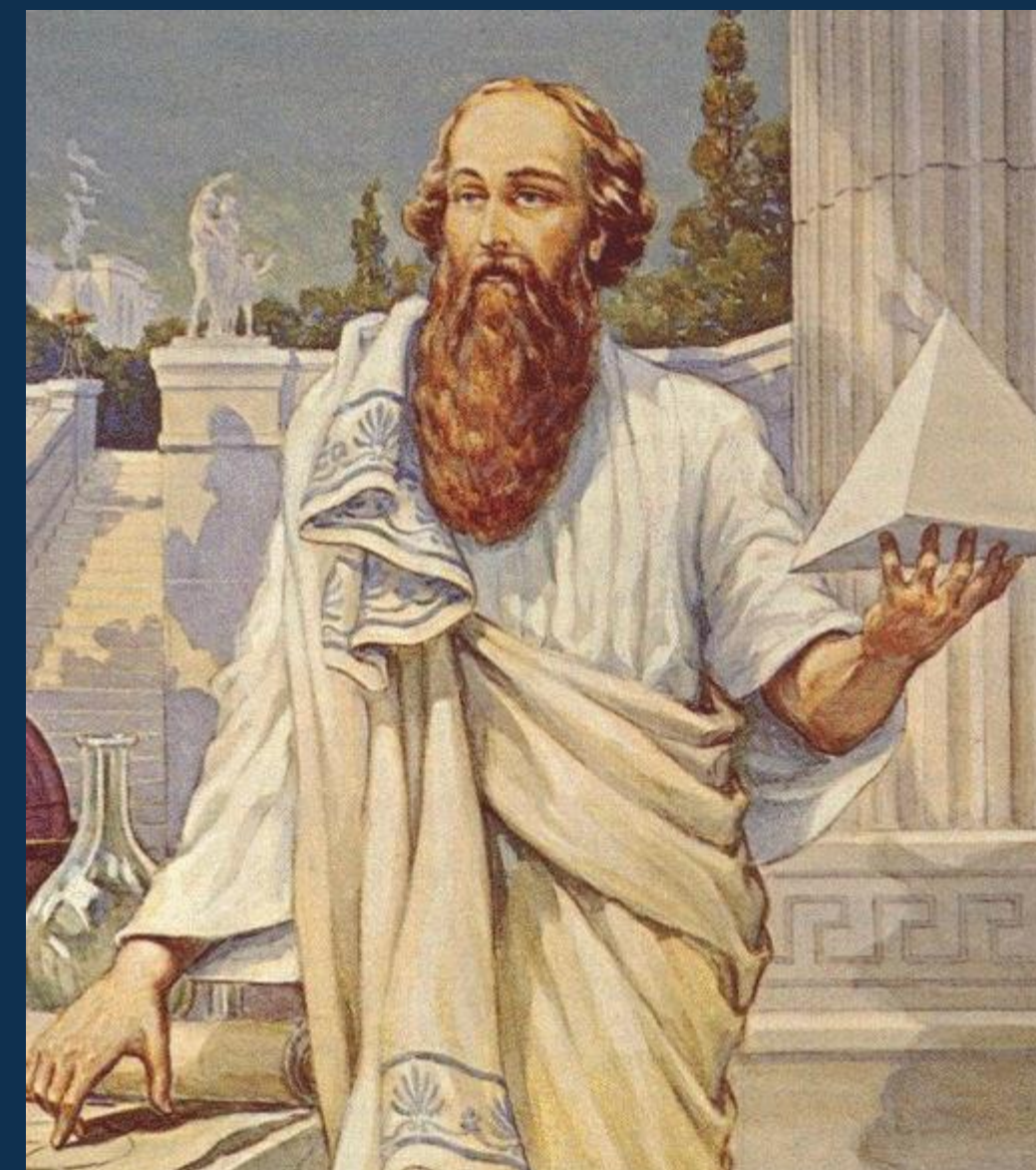


Монада (1) - это бесконечный принцип "Бог".

Дуада (2) - материя.

Триада (3) - феноменальный мир, созданный Единым из Материи.

Тетрада (4) - сумма всего, включающая в себя весь Космос.



Пифагóр Сáмосский

(около 570—490 годов до н. э.)

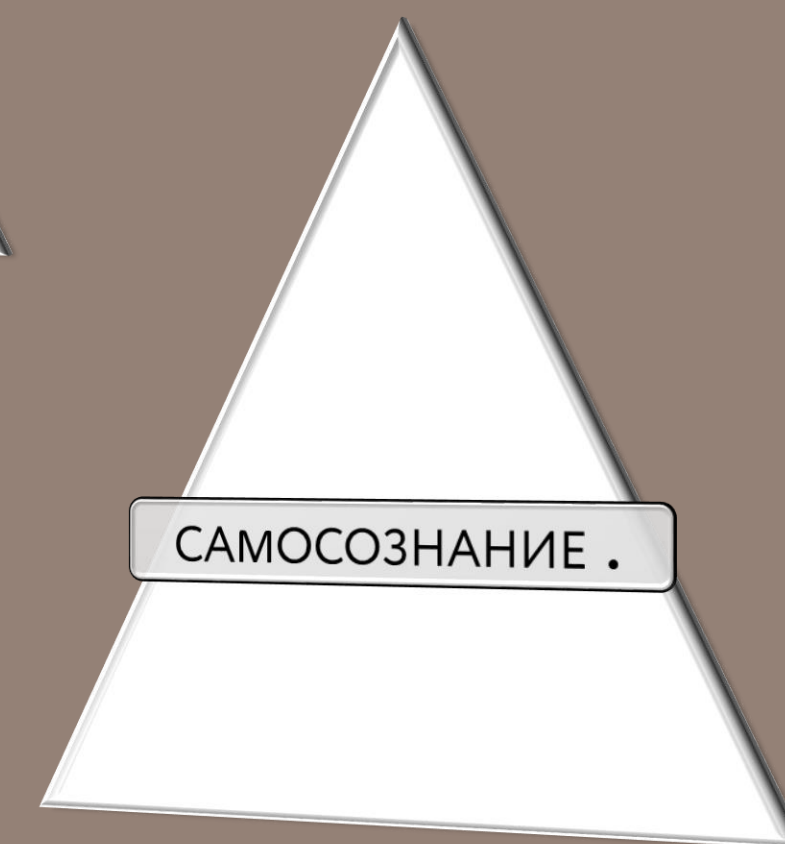
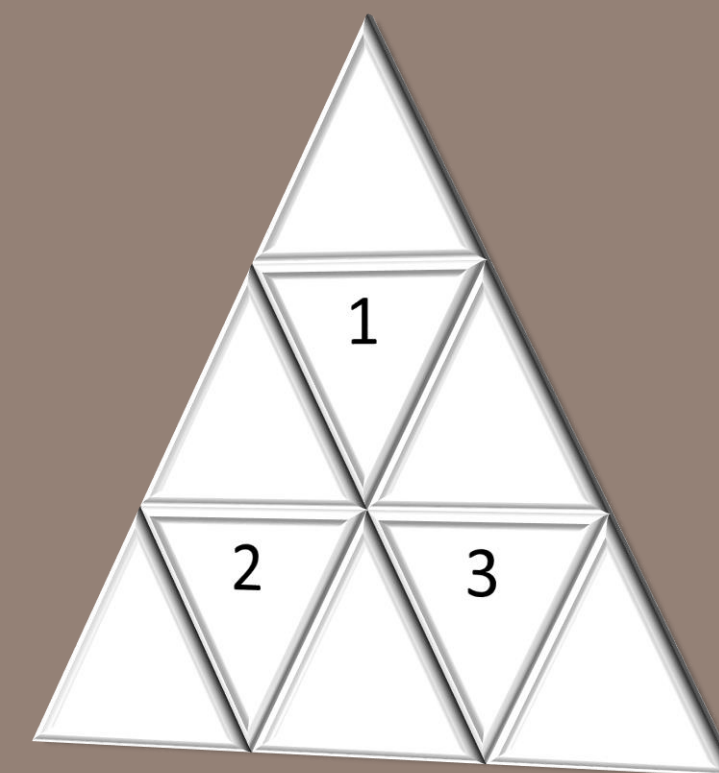
древнегреческий философ, математик, теоретик музыки и мистик, создатель религиозно-философской школы пифагорейцев.

Сознание (1) – свойство реальности

Душа (2) – мудрость поколений,
собираемый опыт

Физическое тело (3) –
ощущения, чувства, телесные
параметры.

Точка пересечения = самосознание
(способность человека проявлять свою
самотождественность и творить
реальность)

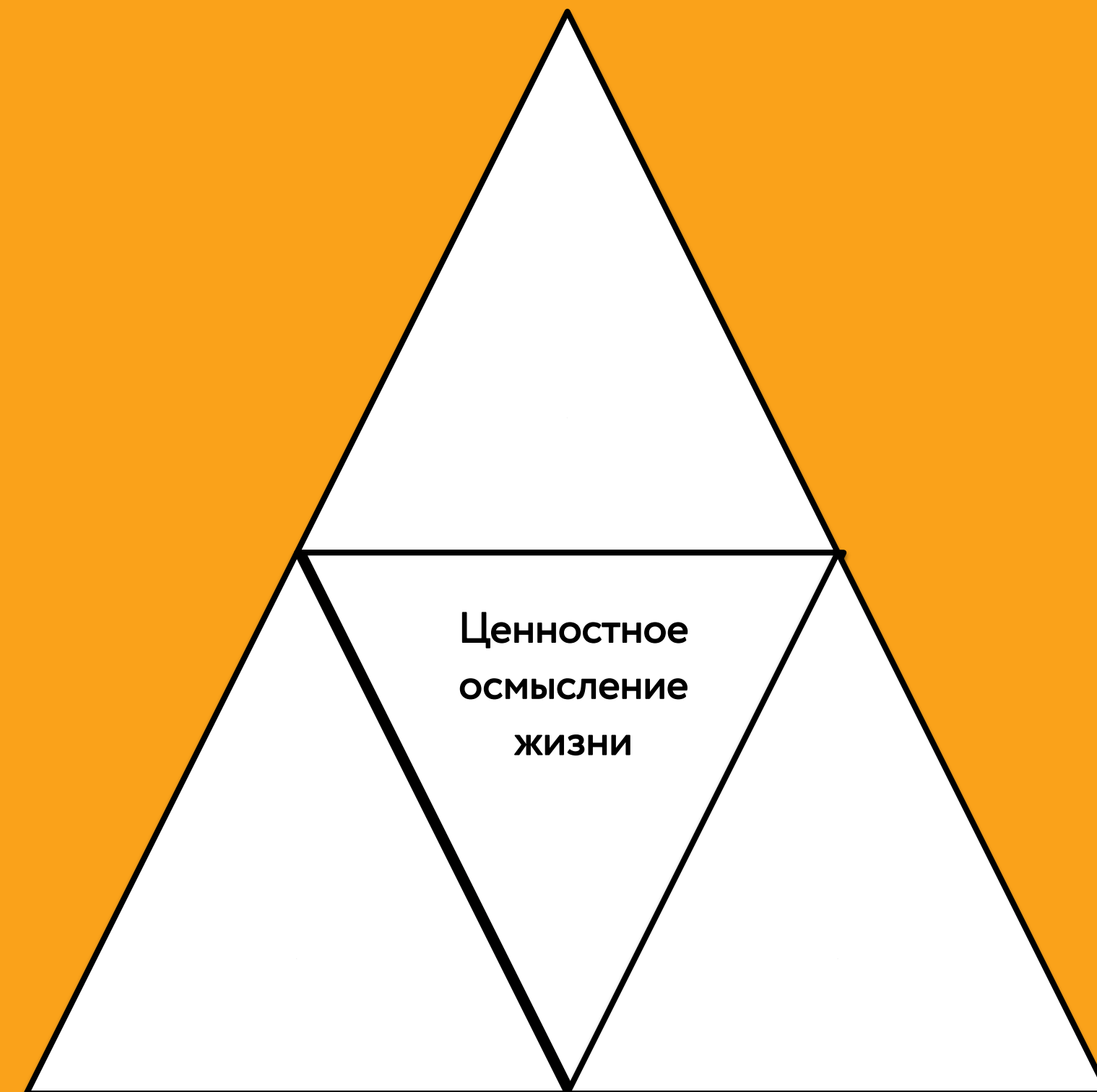


Жизненные ценности,
социальные роли и нормы
поведения обучающихся
дают основание к
самоопределению и поиску
своей идентичности.

Психологические реакции по
Валерии Сергеевне Мухиной
– это реакции обособления,
которые определяют свои
ценности.



РОССИЙСКАЯ
АКАДЕМИЯ
ОБРАЗОВАНИЯ





Алексе́й Фёдорович Ло́сев
(23 сентября 1893 — 24 мая 1988) — русский советский философ, антиковед, филолог, переводчик, писатель, видный деятель советской культуры. Профессор, доктор филологических наук.

5

Алексей Федорович Лосев считал, что тело является «Живым ликом души», а «судьба души есть судьба тела». Для расширения сферы самосознания не существует орудия более совершенного, чем человеческое тело.

Физическая культура - сознательное творение
собственной формы тела, посредством физических
упражнений.





Класс — это сложившийся коллектив со своим устоявшимся микроклиматом, где по-разному сформированы качества: поддержки, взаимопомощи, взаимопонимания, дружбы, то и задачей нашего урока является формирование спортивного духа в противовес соперничеству, для наработки этих качеств личности. Данное смысловое понимание должно стать, для каждого педагога частью общей идеи, формирования у обучающихся умения преодолевать трудности.

Практическая деятельность



РОССИЙСКАЯ
АКАДЕМИЯ
ОБРАЗОВАНИЯ



Ориентир на успешное выполнение.



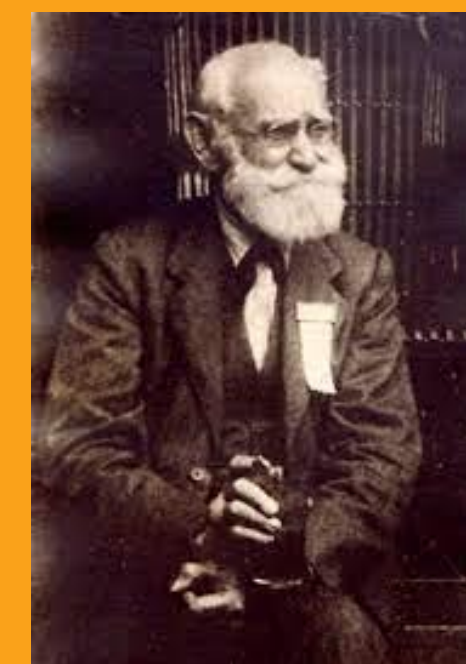
Коллективная
ответственность.
Организованность
процесса.
Внимание и
сосредоточенность

Физическая культура выступает, как некая форма взаимодействия, а самосознание это характер взаимодействия.



«Человек - система в высочайшей степени саморегулирующаяся, сама себя поддерживающая, восстанавливающаяся, поправляющаяся и даже совершенствующаяся...».

И.П. Павлов

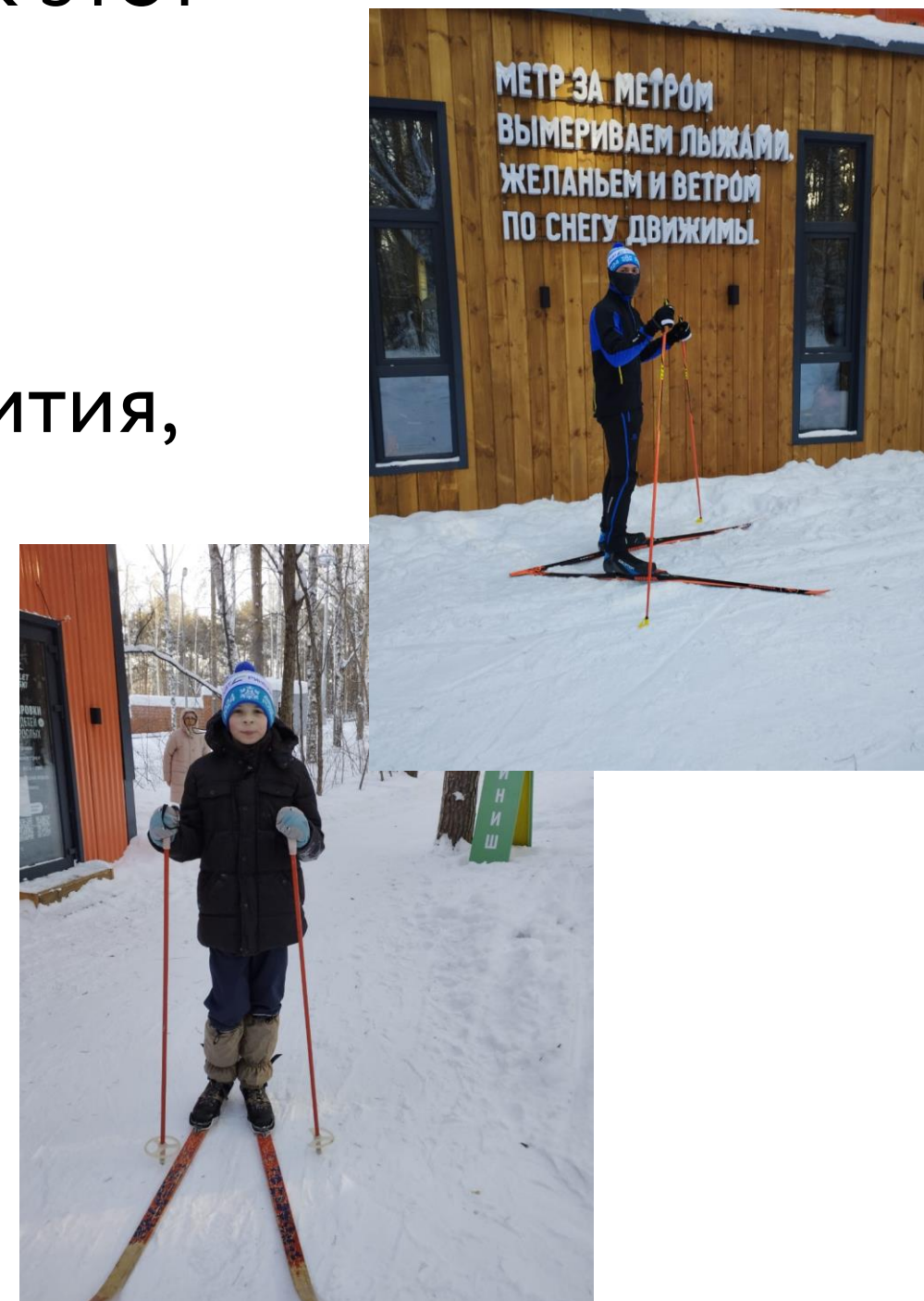


Что обуславливает не принятие догм и правил:

- Определенное поле страха, быть не как все, так как этот ученик находится в социуме.
- Принятие единоличной ответственности за свои действия.
- Ежедневная работа над собой с точки зрения развития, как тренировочного процесса.

Во-первых, сказывается образование, возможны пробелы в воспитании, жизненные условия и определенные обстоятельства.

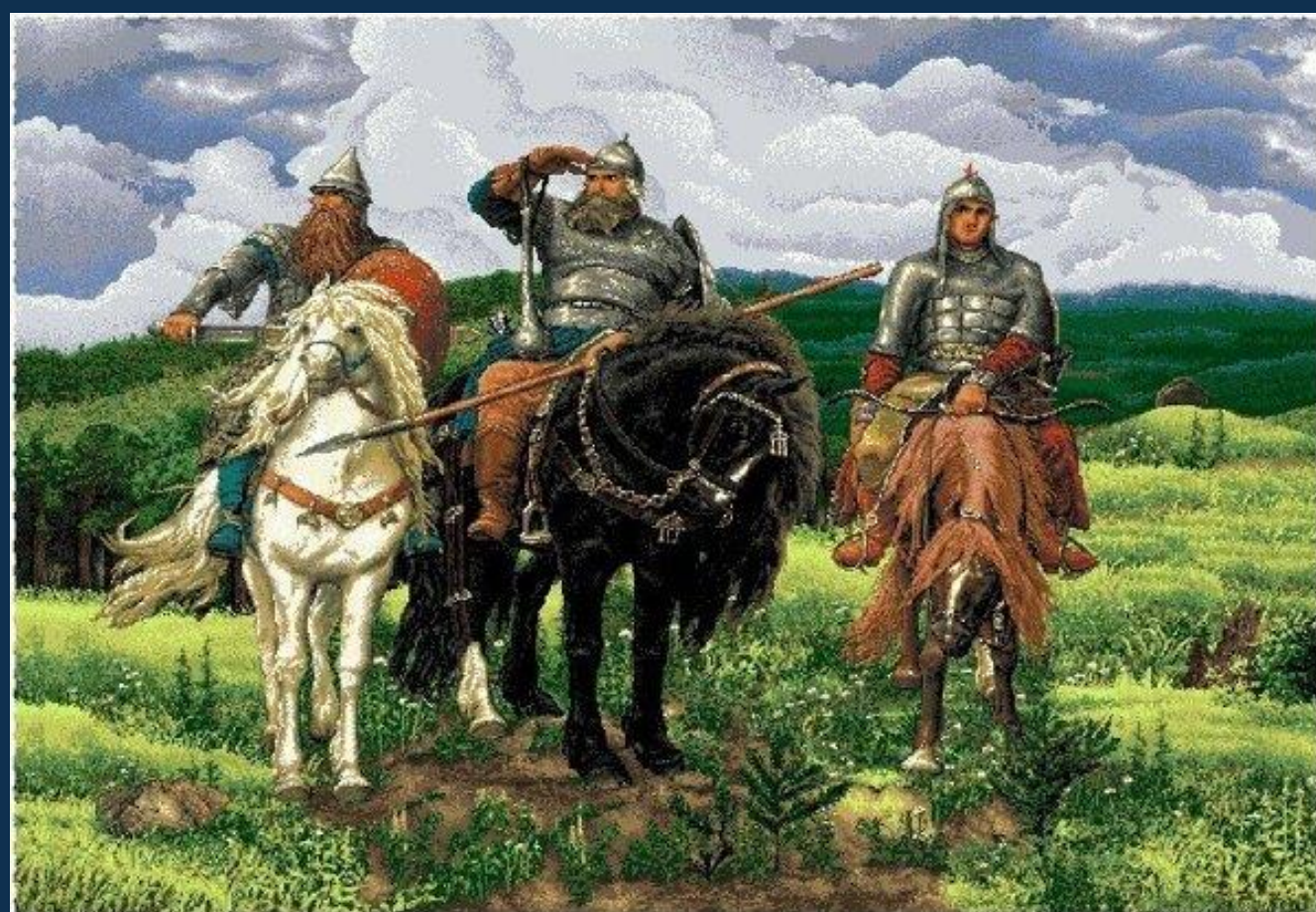
А во-вторых, подавляющее большинство людей ленится самостоятельно добывать информацию о «правильных» для конкретного организма движениях — это тоже энергозатратно.





РОССИЙСКАЯ
АКАДЕМИЯ
ОБРАЗОВАНИЯ

У многих народов были мифические герои, обладающие
сверхъестественными физическими и духовными способностями



Русские богатыри



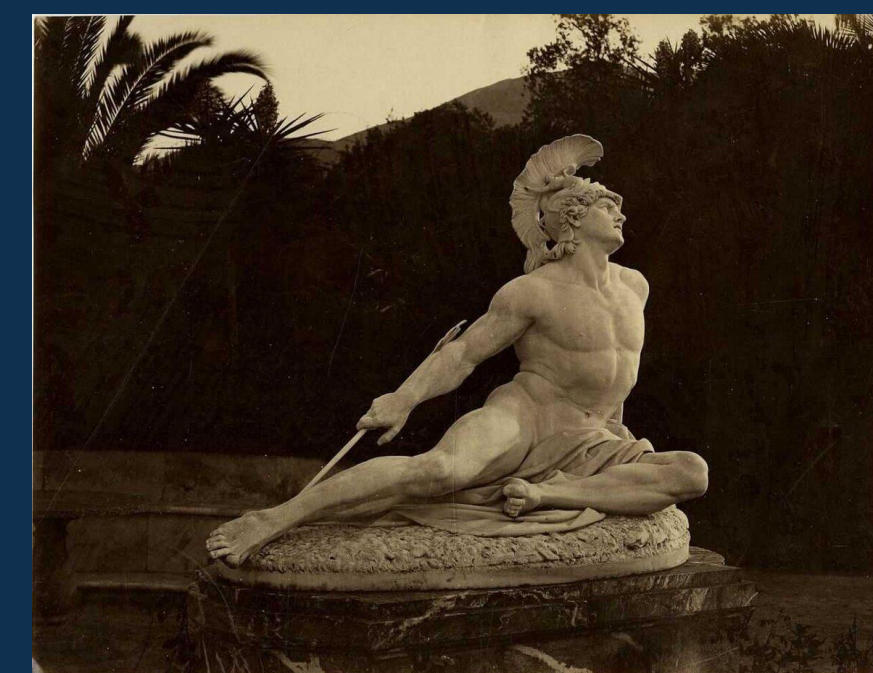
Самсон



Изображение Вавилонского царства

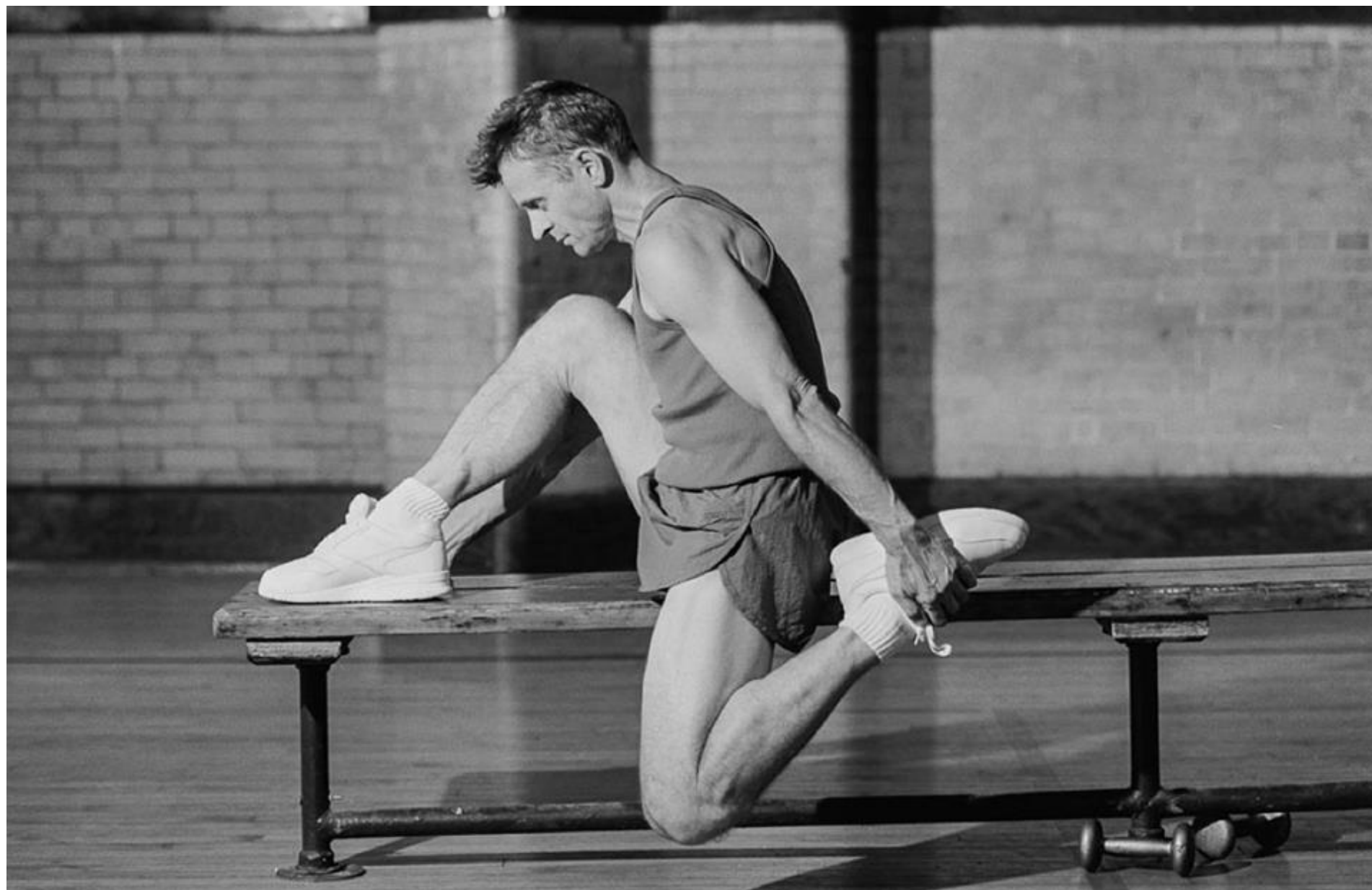


Геракл. Статуя. Эрмитаж.



Ахиллес. Герой Троянской войны

Необходимо визуализировать ценность зарядки,
опираясь на исторические материалы, произведения
искусства и художественные произведения



Михаи́л Никола́евич Бары́шников (род. 27 января 1948) — советский и американский артист балета, балетмейстер, актёр, коллекционер, фотограф, общественный деятель. Заслуженный артист РСФСР (1973), номинант на «Оскар».

«Любое достижение начинается с решения попробовать»



Сенека. Римский философ.

«Работай над собой! Никто не становится хорошим человеком случайно»



*Александра Николаевна
Стрельникова*
(1912-1989 гг.) — оперная певица

Главное, по мнению
А. Н. Стрельниковой, - это уметь
затаить, "спрятать" дыхание.
О выдохе совершенно не думать.
Выдох уходит самопроизвольно.



Константи́н Па́влович Буте́йко
(1923-2003гг.) — советский
учёный, физиолог

«Чем глубже дыхание, тем тяжелее
болен человек. Чем его дыхание более
поверхностное, тем он здоровее и
выносливее»



Вим Хоф
(1959),— голландец, известный как
«Ледяной человек», пловец, каскадёр,
оратор-мотиватор, спортсмен

«Разум выше материи.
То, что мы всегда считали
абстрактным или недоступным
для нас, достижимо»

Что такое есть сознание?

В промежутке вечности большом,

Человек песчинка Мироздания,

Вечно, то что человечесно в нем!

Где узор творимый человеком?

Как вплетен он духом по судьбе,

Чтобы труд души благословенный,

Проводил дыханье на Земле.

23.03.24

Гуляева Наталья Сергеевна

учитель физической культуры, классный руководитель 10 класса



Гуляева Наталья Сергеевна
+7 902 277 33 35
ustygka@gmail.com