

ческих средств. Например, адаптивную технологию целесообразно применять при работе с учениками, утратившими интерес к обучению и имеющими серьезные проблемы в знаниях. Технологию “педагогика сотрудничества” можно использовать для совместной развивающей деятельности взрослых и детей, скрепленной взаимопониманием, а личностно-ориентированную технологию для формирования и развития не по чьему-то заказу, а в соответствии с природными способностями, повышающие мотивацию обучения. На мой взгляд, внедрение здоровьесберегающих технологий в обучение способствует более глубокому и осознанному пониманию школьниками предметного содержания, усвоению большого количества идей и способов решения проблем, в том числе – оригинальных и нестандартных, развитию у детей способностей к переносу знаний в новые условия, что создаёт благоприятный фон для повышения уровня мотивации обучения.

ПСИХОЛОГИЯНЫ ОҚИТУДА РЕФЛЕКСИЯНЫ ҰЙЫМДАСТЫРУ

Молдахметова Г.М.

Қостанай мемлекеттік педагогикалық институты

Рефлексия ұғымы латын тілінен аударғанда бейнелеп көрсету дегенді, ал қазіргі түсіндірме сөздікте – адамның өзінің қандай да бір аспектілерін, өзінің жай-күйін, іс-әрекетін ұғынуын білдіреді.

Рефлексия – индивидтің өз санасындағы өзгерістер туралы ойлану үрдісі, психикалық акты мен күйлерді өзінше талдау және тану процесі. Рефлексия бірде индивидтің өз ойларының мазмұнына шоғырландыратын қабілетпен теңестірілді (Р. Декарт), бірде ішкі тәжірибемен, білімнің ерекше көзімен теңестіріліп, түйсіктен, сыртқы дүниеден бөле-жара (Дж. Локк) қарастырылды. Рефлексия адамның өзі туралы білім және түсінік қана емес, өзгелердің өзіне деген көзқарастарының қандай екендігін де анықтау [1].

Хуторской А.В. бойынша оқытудағы рефлексия – субъектінің білім алу барысында өз іс-әрекетін ойлау әрекетімен немесе сезімдік әсерлерімен ұғыну үрдісі [2]. Психологиялық білім беруде рефлексия оқушылардың өзін оқу және басқа да іс-әрекет түрлерінің субъектісі ғана емес, сондай-ақ өзін тұлға ретінде сезінуіне мүмкіндік беруді көздейді. Сондықтан, рефлексия мынадай жағдайларға бағытталады:

- өзінің ішкі психикалық актылары мен күйлеріне;
- жеке психологиялық тәжірибелерге және оны игеру динамикасына;
- оқу жұмыстары тәсілдеріне, танымдық, коммуникативті және басқа да іс-әрекет түрлеріне;
- жеке тұлғалық мағыналарға және құндылықтарға;
- өз бейнесіне.

Дүниеде өзін және өзіндегі дүниені ұғыну – тұлға ретінде қалыптасудың маңызды шарты. Рефлексияны «өзін-өзі тану, өзін-өзі қабылдау, өзін-өзі дамыту» үрдісін жүзеге асыру құралы ретінде қарастыруға болады. Сондықтан, рефлексивті іс-әрекетті ұйымдастыру – психологиялық білім беруде міндетті түрде шешімін қажет ететін педагогикалық мәселелердің бірі болып табылады.

Осы тұрғыда, оқушылар мен студенттердің өзінің жеке ерекшеліктерін, өзінің жан дүниесінің бейнесі мен құндылықтарын талдап, тануы аса маңызды. Рефлексивті іс-әрекетті ұйымдастыру – нәтиже алуға, яғни өзінің қандай да бір аспектісін ұғындыруға емес, сондай-ақ рефлексия тәсілдерін меңгертуге және оны өзін-өзі тану, өзін-өзі дамыту құралы ретінде қолдануына мүмкіндікті арттыру мақсатына бағытталуы қажет [3].

Жеке тұлғалық рефлексияны дамытудың және оны проблемалық жағдаятта субъектіге өзін-өзі тану мазмұнын ұғындыру құралы ретінде меңгерудің келесі шарттарын бөледі:

- субъектілердің әңгімелесуі ретіндегі диалог;
 - индивид тарапынан белсене қатысу;
 - адам үшін айрықша, әдеттен тыс, ой талқысын қажет ететін жағдаят;
 - өзге адамдар алдында өзінің ой-толғамдары мен пікірлерін ашық айту;
 - саналы түсініктің, яғни контекстіні интерпретациялаумен жұмыс жасау мүмкіндігінің болуы;
 - кері байланыстың болуы;
 - өзінің сезімдік, интеллектуалды және рухани болмысы толғамдарын ұғынуы .
- Рефлексивті жағдаяттар мынадай жағдайда ұйымдастырылуы мүмкін:
- оқушылардың бұрын жинақталған психологиялық тәжірибелеріне сүйену;

- психологиялық ойындар мен жаттығуларда жағдаяттарды қайта жаңғырту және модельдеу;
- көркем шығармалардағы, фильмдердегі адамдардың және жағдаяттардың айқын бейнесін қолдану.

Сонымен, көркем шығармалар материалы негізінде ұйымдастырылатын рефлексивті іс-әрекетті қарастырайық. Ол жүйелі орындалатын мынадай кезеңдерден тұрады.

1. Дайындау кезеңі – сабақ тақырыбы мен мақсатына орай көркем шығармаларды таңдау, олармен жұмыс жасаудың нақты міндеттерін анықтау. Қолданылатын материал ретінде ертегілерді, өсиет әңгімелерді, хикаяларды, фантастикалық шығармаларды, қысқаша әңгімелерді алуға болады. Мәселен, ертегі немесе аңыздарды алып қарайтын болсақ, онда кейіпкерлер бейнесі алынады: кейіпкерлердің жекелеген ұнамды немесе ұнамсыз қасиеттері қарастырылып, талқыланады.

2. Таныстырушы кезең таңдалған шығарманы мұқият оқуды көздейді. Шығарма көлемі мен басқа да факторларға байланысты үй тапсырмалары, сабақта жекелеп оқу немесе дауыстап бірлесе оқу сияқты танысу жұмыстары берілуі мүмкін.

3. Нақтылаушы кезең – шығарманың мәнін едәуір терең түсінуге мүмкіндік беретін негізгі сюжеттік жолдарды талқылау. Бұл жерде шығарманың оқушыларда қандай әсер қалдырғанын, олардың қандай сезімде болғандығын талқылаудың маңызы зор.

4. Рефлексивті-диалогтық кезең – кейіпкерлермен ойша өзара әрекеттесуді ұйымдастыру, жағдаятқа, кейіпкерлерге қатысты өзінің жеке позициясын ұғындыру. Бұл кезең оқушылардың өзіне, өзіндік сезімдеріне, пікірлері мен өмірлік мәселелеріне бағытталған педагогтың арнайы дайындаған сұрақтарына жауап беруі түрінде жүзеге асады. Оқушылардың әр түрлі көзқарастарды вербализациялауы өздерінің жеке-дара ерекшеліктерін анағұрлым терең түсінуіне мүмкіншілік жасайды. Сондықтан, талқылау педагогтың оқушылардың дұрыс не бұрыс пікірлерін түзетуіне емес, оқушылардың өзінің жеке көзқарастарын білдіруіне негізделуі керек. Сонымен қатар, аталған соңғы кезеңді, яғни сұрақтарға жауап беруді жеке – жазбаша түрде ұйымдастыруға болады [3].

Попова М.В. бойынша философиялық тұрғыдағы шығармаларды, психологиялық прозаларды, кең таралған ғылыми-психологиялық әдебиеттерді бірлесіп оқу – бұл мәдени құндылықтар мен біртұтас мәдениет модельдерін ұғындыру арқылы тарихи қалыптасқан адамзаттық қасиеттерді, қабілеттерді қайта жаңғыртуға бағытталған дамыту үрдісінен тұратын «шығармашылық акт».

Ең бастысы, шығармаларда берілетін жағдаяттың талқыланатын мәселесі мен дамыту кезеңдері болуы керек. Бұл жерде мұғалім мәселені оқушылардың белгілі бір қажеттіліктеріне орай үйлестіре қойса, оқушылар ол мәселені мүмкіндігінше шешуге тырысады.

Көркем шығармалармен рефлексивті жұмыс жасау үшін мынадай сұрақтарды қойған жөн: «Егер мен осындай (басты кейіпкер немесе басқа кейіпкерлер) болсам, онда қандай сезімде болар едім...?», «Егер мен осындай болсам, мен не ойлар едім?», «Мен оның орнында не істейтін едім?», «Егер мен осындай болсам, нені қалар едім?». Қойылған сұрақтарға жауап беру кезінде қос рефлексия феномені туындайды: оқушылар жағдаяттағы кейіпкер позициясымен өзінің шын «Мені» позициясын салыстыра отырып, жағдаятқа іштей қарайды. Ол жағдаятты біріншіден өз басынан өткергендей сезінсе, екіншіден, кейіпкерге жанашырлықпен қарап, өзіне «кейіпкердің орнында болсам не істей алар едім?», «қандай сезімде болар едім?», «қандай шешімге келер едім?», - деген сияқты сауалдар қойып, өзін кейіпкерге ұқсастырады. Бұл тұста «үшінші рефлексия» да туындауы мүмкін. Мәселен, «жағдаяттағы кейіпкер болсам, мен қалай әрекет етер едім?», «Егер басты кейіпкер орнында болсам, өзіме қандай қасиеттерім ұнайтын еді», немесе «Қандай қасиеттерім ұнамайтын еді және не үшін?» т.б.

Көркем шығармалармен жұмыс жасау мақсатқа лайық ұйымдастырылса, кейіпкермен ойша әрекеттесуге, оқушылардың тәжірибесін жүзеге асыруға мүмкіндік беріп, оқушылардың өзінің жеке басын, дүниені қабылдау ерекшелігін зерделеп, зерттеуіне жағдай жасайды. Шығармаға сүйене отырып, топ ішіндегі құрбы-құрдастардың көзқарастарын, сезімдері мен тілек-қалауларын талқылау, адамның өзінің жеке өзгешеліктерін, бағыт-бағдарын, құндылықтары мен мінез-құлық модельдерін ұғынуға, адамдардың әр түрлі ерекшеліктерін, көптеген «субъективті дүниелерді» түсінуге, өзіне, өзгелерге қатысты ұстанымды қалыптастыруға жағдай туғызып, философиялық жалпылауды арттырады [4].

Сонымен қатар, көркем шығармалармен жұмыс процесінде басқа да педагогикалық міндеттер шешілуі мүмкін, мысалы:

- шығарманың көркем бейнелері арқылы эмоционалды және рационалды танымды байланыстыру, оқушылардың эмоционалды сферасын дамыту;
- оқушылардың эстетикалық дамытудың негізі болып табылатын өнер саласымен өзара әрекеттесуін қамтамасыз ету;

▪ педагогикалық міндеттер шешімі туралы қосымша диагностикалық ақпараттар алу (қатынастарды қалыптастыру, оқушылардың жеке тұлғалық қасиеттерін дамыту).

ӘДЕБИЕТТЕР

1. Педагогика және психология. Қазақ тілі терминдерінің салалық ғылыми түсіндірме сөздігі. Алматы., «Мектеп» 2002.
2. Хуторской А.В. Современная дидактика. – СПб.: питей, 2001. 544 с.
3. Н.А. Лызь. Методика преподавания психологии. Ростов н/Д: Феникс, 2009. – 414 с.
4. Попова М.В. Психология как учебный предмет в школе. – М.: Владос, 2000. 288 с.

ФОРМИРОВАНИЕ ВЫСОКОГО УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО И МУЗЫКАЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ

Мусина М.А.

ГУ «Средняя школа № 5 отдела образования акимата города Костаная»

От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие любого общества. В последние десятилетия во всем мире наметилась тенденция к ухудшению здоровья детского населения. Катастрофическое снижение показателей жизненно важных параметров здоровья учащихся (установленное учеными «омоложение» заболеваний, хроническое пребывание детей в состоянии стресса, угроза исчезновения генофонда нации) требуют принятия радикальных мер, направленных на сохранение и преумножение здоровья [1, с.21- 23. 2, с. 32 – 35]

Мы в течение последних четырех лет пытались найти хотя бы тропинку к улучшению составляющих здоровья, используя методы, не входящие в арсенал «медицинского» здравоохранения. Сегодня требуется иной, имеющий общепедагогическое значение, подход к формированию здоровья на протяжении всей общеобразовательной деятельности, базирующийся на валеологических технологиях. Опыт работы позволил прийти к выводу – реально, без привлечения дополнительных затрат, в условиях современной школы, укреплять и формировать здоровье учащихся, можно двумя путями: на уроках физической культуры и во время проведения «физкультминуток» на уроках.

Уроки физической культуры проводятся по программам, рекомендованным Министерством образования Республики Казахстан. К сожалению, в нормативных документах прослеживается тенденция развития двигательных способностей, физической силы школьников, но совершенно отсутствуют пункты по формированию здоровья, потребности ребенка расти здоровым, обеспечения формирования стереотипа здорового образа жизни, выработки резервов адаптации, способности поддерживать гомеостаз.

Календарно-тематическое планирование по физической культуре в средней школе №5 города Костаная ориентировано, прежде всего, на формирование у ребенка позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков по гигиенической культуре. Таким образом, мы уделяем огромное внимание решению задач валеологического воспитания. На уроках используются практические методы оздоровления учащихся: – точечный массаж «Зоны бодрости и здоровья», гимнастика Стрельниковой, для профилактики зрения, дыхательная гимнастика, упражнения для лимфатической системы (восстановление координации движения), упражнения на осанку и для профилактики плоскостопия. С этой целью в школе разработаны свои подходы к реализации задач физического воспитания, опираясь на современные программы и методики по валеологическому образованию.

Основными принципами работы по данному направлению являются:

- принцип научности;
- принцип реалистичности и доступности;
- принцип занимательности.

Тема моей работы включает не только вопросы физического здоровья, но и вопросы духовного здоровья. Ведь важно не только научить ребенка есть здоровую пищу и ухаживать за своим организмом, необходимо, чтобы уже с раннего детства он учился любви к себе, к людям, к жизни. Только человек, живущий в гармонии с собой и миром, будет действительно здоров. Одним из ведущих факторов развития мотивационной сферы здорового образа жизни, в моей педагогической деятельности, является музыка. Таким образом, уроки физической культуры носят интегрированный характер, где комплексно решаются задачи физического, валеологического и музыкального воспитания через организацию разных видов ученической деятельности. Музыка является доминантой в восприятии