РУБРИКА: «	«75- <b>ЛЕТИЕ</b>	победы і	B BOB»
------------	-------------------	----------	--------

Респу	бликанская	станция	юннатов	в годы	Великой	Отечестве	нной
войны (	посвящается	я 75-лети	ю Победы	в ВОВ)	•••••	•••••	3

Сивкова М.Г., заместитель директора по научно-методической работе ГУДО РК "Республиканский центр экологического образования"

#### РУБРИКА: «КОНКУРСЫ. КОНФЕРЕНЦИИ. СЕМИНАРЫ»

#### ЛАУРЕАТЫ І СТЕПЕНИ РЕСПУБЛИКАНСКОГО КОНКУРСА ДОП

# Аннотация к дополнительной общеобразовательной программе - дополнительной общеразвивающей программе «Турист» ...... 13

Шатилова М.О., педагог дополнительного образования МУДО "Дворец творчества детей и молодёжи" г. Воркуты

# Аннотация к дополнительной общеобразовательной программе - дополнительной общеразвивающей программе «Территория фитнеса» ...... 22

Сивицкая Г.В., Безвугляк Ю.А., педагоги дополнительного образования МУДО "Дворец творчества детей и молодёжи" г. Воркуты

# Аннотация к дополнительной общеобразовательной программе - дополнительной общеразвивающей программе «Адаптивное плавание» ... 29

Бочкарёва О.В., педагог дополнительного образования МУДО "Дворец творчества детей и молодёжи" г. Воркуты

# Аннотация к дополнительной общеобразовательной программе - дополнительной общеразвивающей программе «Я познаю мир» ...... 36

Писнова О.Ю., педагог дополнительного образования МОУ "Средняя общеобразовательная школа № 14" г. Воркуты

#### РУБРИКА: «СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА»

Создание комфортной среды в учреждении дополнительного образования через дизайн-проект
Волкова Л.Н., директор, педагог дополнительного образования, Немчинова Г.П., заведующий эколого-биологическим отделом, педагог дополнительного образования МАУДО "Дом детского творчества" Княжпогостского района
Использование ресурсов природоохранных, научных и иных организаций в целях экологического образования учащихся
Черкасова $\Gamma.A.$ , педагог дополнительного образования $\Gamma$ УДО $PK$ "Республиканский центр экологического образования"
Способы внешней мотивации, используемые при проведении спортивных тренировок по тхэквондо ВТФ
Шевелева Е. С., педагог дополнительного образования МБУДО «Районный центр внешкольной работы» с. Выльгорт, Сыктывдинский район



### РЕСПУБЛИКАНСКАЯ СТАНЦИЯ ЮННАТОВ В ГОДЫ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ

(посвящается 75-летию Победы в ВОВ)



Сивкова Марина Геннадьевна, заместитель директора по научно-методической работе ГУДО РК "Республиканский центр экологического образования"

Война стала тяжелым испытанием для всех, но особо коснулась поколения тех, у кого она совпала с детством. В условиях войны школьники получали знания с твердой убежденностью, что это помогает приблизить Победу над врагом.

Коми республиканская станция юных натуралистов и опытников сельского хозяйства была создана в первый год войны - в 1941 году, но не смотря на тяжелые условия военного времени педагоги и юннаты смогли не только организовать работу этого детского учреждения, но и внести свой вклад в Победу над врагом.

На VШ съезде ВКП(б) был поднят вопрос о важности подготовки учащихся школ к будущей практической деятельности. Совет народных комиссаров Коми АССР отреагировал на этот посыл съезда Постановлением "О мероприятиях по улучшению работы сельской школы" № 1361 от 17 декабря 1940 г., в котором отмечалось, что воспитание у учащихся

любви ко всем видам труда и привитие практических навыков в области сельского хозяйства является важнейшей задачей. Постановление предусматривало создание в школах кабинетов биологии, физики, химии, обеспечение каждой школы земельным участком около школы до 0,5 га, развитие кружков юных натуралистов и опытников сельского хозяйства, оказание помощи школам со стороны колхозов и машинно-тракторных станций инвентарем, удобрениями, семенами.

6 пункт постановления гласил: "В целях обеспечения квалифицированного руководства кружковой работой учащихся и опытничеством по сельскому хозяйству создать при Наркомпросе Коми АССР с 1-го января 1941 года республиканскую станцию юных натуралистов и опытников". [1] Приказом Наркомпроса Коми АССР № 85 от 13 марта 1941 г. руководителем вновь созданного учреждения была назначена Потолицына Валентина Михайловна. [2]



Потолицына Валентина Михайловна

Станции был выделен участок внутри квартала между улицами Куратова-Ленина-Пушкина-Интернациональная (в настоящее время на этом месте расположен МАДОУ "Детский сад № 53 общеразвивающего вида г. Сыктывкара").

Для практической работы надо было найти помещение недалеко от участка станции, комнату на южной стороне Дома пионеров (находился на улице Куратова, д. 1 в бывшем Народном доме до 1944 г., а впоследствии на перекрестке ул. Интернациональной и Куратова напротив школы № 12). Здесь и выращивали рассаду цветов и некоторых овощей. Только к концу войны на станции удалось построить теплицу, домик, а затем летнюю веранду.

Прежде всего надо было позаботиться об освоении участка и обеспечении семенами. Заявки на семена были разосланы в г. Ленинград в Институт растениеводства и в г. Москву на Центральную станцию юннатов. В апреле была получена коллекция семян злаковых, 10 сортов картофеля, семена овощных и цветочных растений. Использованы были и семена с пришкольного участка шко-



Коллектив станции юннатов. 1955 г.



лы № 1, где ранее учителем биологии работала Потолицина В.М. В мае построили два парника. В одном парнике стали выращивать рассаду капусты, брюквы и других культур, а во втором - проводили закалку рассады, выращенной в помещениях. [3]

На теоретических занятиях в кружках юннаты знакомились с биологией и агротехникой культур, запланированных для выращивания и проведения опытов. Ребят разделили на звенья по 3-5 человек. За каждым звеном закрепили определенную культуру. Всего на станции в это время занимались 41 человек детей юннатов. [4]

Первая весна началась с подготовки почвы и борьбы с сорняками. Для облегчения работы станции была выделена лошадь. Составили план размещения посевов. Отвели участок под сад, полевые культуры, овощи, в центре поместили цветник.

Ежедневно после уроков юннаты собирались на станции и готовили все необходимое к проведению различных опытов. Сад помогли заложить специалисты опытного поля Минсель-

хоза, которое находилось в с. Выльгорт. Большую помощь юннатам оказал Яков Георгиевич Журавлев: ежедневно вечером он привозил саженцы яблонь, смородины, крыжовника, малины, сирени и учил ребят, как правильно выкопать яму, посадить дерево, кустарник, как ухаживать за посадками. В 1942 г. Журавлева Я.Г. призвали в армию, впоследствии он работал на юннатской станции в Иванове. [5]

Валентина Михайловна так вспоминала о первом дне войны: "Осталось в моей памяти 22 июня 1941 года. Был солнечный воскресный день. Стояла жара, и мы решили накануне в выходной день собраться, чтобы полить некоторые растения. Недалеко от станции на улице был установлен рупор. И вот радио сообщило о начале Великой Отечественной войны, о внезапном нападении на нашу страну фашистской Германии. Мы оставили работу и прослушали передачу до конца. Я смотрела на лица детей. Они стояли грустные, у некоторых на глазах были слезы. Они не разошлись по домам, а энергично взялись за работу, поливали из леек свои участки". [6]



Первая лошадь Серко, закрепленная за станцией юннатов. 1941 г.



Цветоводы. 1941 г.

Уже в первый год юннаты получили хороший урожай. На участке станции вырыли обычную яму, в которую заложили на хранение картофель и овощи для посадки на следующий год. Остальная продукция была выдана юннатам. Осенью 1941 г. в Доме пионеров была организована первая городская выставка работ юннатов, которую посетили дети школьного и дошкольного возраста и их родители. Это еще больше повысило авторитет юннатской станции. За лучшие работы на выставке юннатам вручили подарки: тетради, книжки, отрезы на рубашки и платья. После выставки экспонаты передавали в школы для использования на уроках биологии, т.к. не все школы имели пришкольные участки. Такие выставки в дальнейшем проводились ежегодно. [7]

Перед педагогами станции была поставлена задача: не только познакомить детей с передовыми приемами агротехники, но и научить их на практике получать высокие урожаи. Для

этого с первых лет существования станции юннатов была организована опытническая работа юннатов. В годы войны дети испытывали 12 сортов капусты. В результате были выявлены наиболее урожайные сорта различных сроков созревания. Например, в 1944 г. в июле уже получали урожай ранней капусты сорта "Номер первый". Урожайность других сортов капусты составила: "Слава" - 120 тонн/ га, "Брауншвейгская" - 420 ц (центнеров)/га, кольраби - 300 ц/га. Осенью 1941 г. впервые провели опыт по подзимому посеву моркови. В результате урожай моркови, посаженной таким способом составил до 600 ц/га. Урожай моркови, посаженной обычным способом, в 1944 г. составил 480 ц/га.

Проводился опыт со свеклой по механическому воздействию на корнеплоды путем расшатывания корней. Этот опыт дал следующий результат: сорт свеклы "Бордо", выращенный обычным способом дал урожайность 385 ц/га, а с применением нового метода - 659 ц/га.



Сахарная свекла в эти годы активно высевалась в личных хозяйствах. Из нее готовили компоты, варенья, печенье.

Всего в 1944 г. юннаты сняли 10,2 тонны овощей с площади 3100 кв.м.

Из крупяных культур в годы войны высевали просо и гречиху. В 1943 г. были проведены опыты по влиянию длины дня на интенсивность развития растений. Юннаты пришли к выводу, что длинный световой день благоприятно сказывается на развитии и созревании проса и оно в условиях севера может успешно возделываться как кормовая культура. За четыре военных года юннаты сформировали устойчивую скороспелую популяцию гречихи и пришли к выводу, что гречиха в климатических условиях г. Сыктывкара может быть освоена в производственных масштабах. Семена гречихи были переданы для испытания в совхоз "Новый бор" и учебному хозяйству сельхозтехникума в Ульяново (Усть-Куломский район), а также ряду школ для разведения на пришкольных участках. [8]

Для понимания высокие ли это были урожай по современным меркам сравним данные урожайности овощных культур, получаемые юннатами Сыктывкара в первой половине 40-х гг. и сейчас. Из таблицы видно, что юннаты получали очень высокие урожай, сравнимые с современными данными по средней урожайности отдельных культур по центральным районам России:

овощные культуры	в годы войны	в настоящее время
Капуста	120 т/га	50-100 т/га, 130 т/га
		(максимальная)
Кольраби	300 ц/га	300-400 ц/га
Морковь	480-600 ц/га	200-500 ц/га,709 ц/га
		(максимальная)
Свекла	220-659 ц/га	210-600 ц/га
Гречиха	11-16 ц/га	10 ц/га

Активно в годы войны юннаты испытывали неизвестные для местного населения новые огородные культуры. Испытания культур томатов и физалиса начались в 1941 г. Проводили опыты по вегетативной гибридизации помидор сорта "Ранний король" на картофель сорта "Ранняя роза". Вес одного помидора достигал до 250 г. Юннаты рекомендовали населению высаживать многолетний зимний лук "Батун", который уже к 20 мая давал свежую зелень. Из бахчевых культур выращивались тыквы и дыни. С ними тоже проводились опыты: на тыкву сорта "Мозолевская" прививали дыню сорта "Колхозница", таким образом получили вполне созревшие дыни к 20 сентября весом от 600 до 1200 грамм. Большое внимание уделяли голозерному гималайскому ячменю, который можно было использовать для питания людей (мука, зерно для каши) и корма для скота. Юннаты экспериментировали с кабачками, ревенем, кориандром, салатом, петрушкой, редисом, табаком, кок-сагызом (один из лучших естественных каучуконосов). На участке станции имелись свои семенники, в которых выращивались семена свеклы, моркови, репы, брюквы, капусты. [9]



На участке бахчевых культур. 1941 г.

В годы Великой Отечественной войны юннаты и учащиеся школ республики оказывали существенную помощь взрослым в решении многих народнохозяйственных задач. Так, в 1942 году, по заданию Академии Наук и Центральной станции юннатов был проведен конкурс по сбору верхушек клубней картофеля. Станция юннатов распространила по школам и детским домам методику заготовки верхушек картофеля, их хранения и посадки. В результате по республике было посажено дополнительно сотни гектаров картофеля.

Впервые опыт по ускоренному размножению картофеля ростками провели на станции юннатов Костина Реля и Сенюкова Эмма. Они взяли 1 кг картофеля сорта "Берлихинген" и путем постепенного укоренения ростков (с каждого клубня обламывали ростки 3 раза) получили рассаду картофеля, которую высадили в грунт. После обычного ухода за картофелем был получен урожай, который составил 100 кг. В 1948 г. они были участниками первого Всероссийского слета мичуринцев в г. Владимире. [10]

На имеющемся гектаре 3200 кв. м. было занято под плодово-ягодными насаждениями. С ягодников (клубника, смородина, крыжовник) небольшие урожаи получали уже с 1943 года. Из плодовых деревьев на станции росли яблоня, вишня, слива, ирга, первые плоды с них получили только в 1944 г. [11]

Опыты, проводимые юннатами, позволяли выявить наиболее продуктивные сельскохозяйственные культуры в климатических условиях нашей республики, что имело большое значение в связи с нехваткой продовольствия в годы войны. Наркомат просвещения призвал решать продовольственную проблему за счет обеспечения сева на пришкольных участках и введения передовой агротехники, что привело к увеличению посевной площади при школах республики с 91 га в 1943 г. до 132 га в 1944 г. Станция юннатов активно помогала школам рассадой. Например, в 1944 г. в период весеннего сева в

школы города и сыктывкарскому педучилищу было выдано 10 тысяч корней капусты, 1 тысяча корней свеклы, 3000 - брюквы, 100 - огурца, 1000 - табака, 20 - тыкв. [12] Большое участие приняли юные натуралисты республики и в заготовке лекарственных растений.

Потолицина В.М. старалась поддержать юннатов, особенно в летнее время. Она добилась выдачи для них дополнительно 100 г. хлеба. Все свободное место между яблонями, кустарниками, ягодными растениями было засажено так называемыми хозяйственными посевами: картофелем, морковью, свеклой, горохом, бобами, чтобы подкормить юннатов. Продукция после уборки урожая распределялась между юннатами бесплатно. С большой гордостью они получали картофель, различные овощи и уносили домой. В годы войны это была большая помощь для городских ребят, особенно из эвакуированных семей. Также овощи передавали для организации горячего питания в сыктывкарские школы № 1, 2, 14 (большинство юннатов было из этих школ) и научным работникам пединститута, эвакуированным в г. Сыктывкар.

Первые юннаты с любовью вкладывали свой труд в общее дело, чувствовали себя полными хозяевами на станции и гордились ею. Валентина Михайловна вспоминала: "Приходя утром на станцию, я часто видела ребят уже около своих грядок. Это меня трогало до глубины души. Я также не жалела ни времени, ни сил, старалась создать им самые лучшие условия, хотя у меня было много общественной работы. Были случаи гибели отцов на фронте у ребят. С большим вниманием я относилась к ним, старалась утешить их, и эти минуты для меня были очень дороги". [13]

Сельскохозяйственный труд на станции юннатов определил в последующем школьниками выбор будущей профессии. В 1944 г. пять человек поехали учиться в сельхозинституты, в 1945 - "двое в плодово-овощной техникум им. Мичурина". [14]





Распределение урожая по трудодням

Одна из первых юннаток, Сердитова Тамара Романовна, с 1959 по 1980 г. (до выхода на пенсию) проработала педагогом на станции юннатов. Другая юннатка писала в своих воспоминаниях об этих суровых годах: "Мыпервые юннаты 1941 г. - гордимся нашей станцией юннатов. В трудные, грозовые, военные годы она поддерживала нас, спасала от голо-



Сердитова Тамара Романовна

да. Мы - дети Великой Отечественной - ударно трудились, не покладая рук, и на полях колхозов и на станции юннатов. Мы знали, что помогаем фронту, тылу и своей любимой Родине. Наши отцы били врага на полях сражений. И мы тоже приближали победу. Какие большие урожаи мы снимали! Какое большое удовлетворение получали от этой работы! Как мы гордились, когда получали нами выращенный урожай, неся его в рюкзаках домой!" [15]

В годы войны юннаты были участниками трудового фронта и внесли, пусть и не большой, посильный своему возрасту, вклад в приближение Победы над фашистами: обеспечивали продовольствием свои семьи, помогали прокормиться другим, вели опытническую работу, обеспечивали сменами и рассадой другие учреждения. Традиции, заложенные юннатами в годы Великой Отечественной войны, в первые годы существования Коми республиканской станции юных натуралистов и опытников сельского хозяйства, поддерживались и развивались в последующие годы.

#### Список литературы:

- 1. ГУ РК "Национальный архив Республики Коми", ф. p605, оп.1, д.100, л.106-106 об.
- 2. Архив ГУДО РК "Республиканский центр экологического образования", копия приказа.
- 3. Архив ГУДО РК "Республиканский центр экологического образования". Сборник "Коми республиканский эколого-биологический центр". Сыктывкар, 2008. с.4.
- 4. ГУ РК "Национальный архив Республики Коми", ф. p1514, on.1, д.5, л.1.
- 5. Архив ГУДО РК "Республиканский центр экологического образования". Сборник "Коми республиканский эколого-биологический центр". Сыктывкар, 2008. с.4-5.
- 6. Архив ГУДО РК "Республиканский центр экологического образования". Сборник "Коми республиканский эколого-биологический центр". Сыктывкар, 2008. с.5.
- 7. Архив ГУДО РК "Республиканский центр экологического образования". Сборник "Коми республиканский эколого-биологический центр". Сыктывкар, 2008. с.5.
- 8. ГУ РК "Национальный архив Республики Коми", ф. p1514, oп.1, д.5, л.5-10.
- 9. ГУ РК "Национальный архив Республики Коми", ф. p1514, on.1, д.5, л.5-10.
- 10. Архив ГУДО РК "Республиканский центр экологического образования". Сборник "Коми республиканский эколого-биологический центр". Сыктывкар, 2008. с.б.
- 1. ГУ РК "Национальный архив Республики Коми", ф. p1514, on.1, д.5, л.1.
- 12. ГУ РК "Национальный архив Республики Коми", ф. p1514, on.1, д.5, л.4 oб.
- 13. Архив ГУДО РК "Республиканский центр экологического образования". Сборник "Коми республиканский эколого-биологический центр". Сыктывкар, 2008. с.6-7.
- 14. ГУ РК "Национальный архив Республики Коми", ф. p1514, on.1, д.5, л.10.
- 15. Архив ГУДО РК "Республиканский центр экологического образования", из письма Инессы Николаевны Колеговой.



# Республиканский конкурс дополнительных общеобразовательных программ

С 27 января по 28 февраля 2020 года прошёл республиканский конкурс дополнительных общеобразовательных программ с целью повышения качества программно-методического и технологического обеспечения дополнительного образования детей.

На Конкурс было представлено 226 дополнительных общеобразовательных программ (в 2016 году на Конкурс была представлена 31 программа, в 2018 году - 44) от педагогических работников организаций дополнительного образования, общеобразовательных организаций, организаций дошкольного образования, организации высшего образования из 18 муниципальных образований Республики Коми.

#### ПОБЕДИТЕЛИ И ПРИЗЕРЫ КОНКУРСА

#### В номинации "ТЕХНИЧЕСКАЯ":

#### Диплом лауреата I степени:

- Мельчаков Юрий Викторович, педагог дополнительного образования МУДО "Дворец творчества детей и молодежи" г. Воркуты.

#### Диплом II степени:

- **Федотов Сергей Алексеевич**, педагог дополнительного образования МУДО Центр юных техников" г. Ухты.

#### Липлом III степени:

- Ежохина Елена Анатольевна, педагог дополнительного образования МАУДО "Дворец творчества детей и учащейся молодежи" г. Сыктывкара.

#### <u>В номинации "ЕСТЕСТВЕННО-</u> НАУЧНАЯ":

#### Диплом лауреата I степени:

- Писнова Ольга Юрьевна, педагог дополнительного образования МОУ "Средняя общеобразовательная школа № 14" г. Воркуты.

#### Диплом II степени:

- Стрекалова Светлана Александровна, на, Канева Ксения Александровна, педагоги дополнительного образования ГАУДО РК "Республиканский центр экологического образования".

#### Диплом III степени:

- Ракина Ирина Владимировна, педагог дополнительного образования МУДО "Центр дополнительного образования детей "Вдохновение" г. Сыктывкара.

#### В номинации "ХУДОЖЕСТВЕННАЯ":

#### Диплом лауреата I степени:

- *Шорохова Елена Михайловна*, педагог дополнительного образования МУДО "Детский центр искусств" г. Ухты.

#### Липлом II степени:

- Хохлов Виктор Викторович, Шнейгельбергер Екатерина Александровна, педагоги дополнительного образования ГАУДО РК "Республиканский центр дополнительного образования".

#### Диплом III степени:

- Мастянина Надежда Владимировна, педагог дополнительного образования МАУДО "Центр детского творчества" г. Сыктывкара.

#### Диплом III степени:

- Смирнова Светлана Васильевна, руководитель центра инноваций в образовании ФГБОУ ВО "Сыктывкарский государственный университет имени Питирима Сорокина".

#### <u>В номинации "ФИЗКУЛЬТУРНО-</u> СПОРТИВНАЯ":

#### Диплом лауреата I степени:

- **Бочкарева Ольга Викторовна**, педагог дополнительного образования МУДО Дворец творчества детей и молодежи" г. Воркуты;

#### **Диплом** лауреата I степени:

- Сивицкая Галина Владимировна, Безвугляк Юлия Александровна, педагоги дополнительного образования МУДО "Дворец творчества детей и молодежи" г. Воркуты.

#### Диплом II степени:

- Лаптева Светлана Витальевна, педагог дополнительного образования МУДО "Дом детского творчества" пгт. Усогорск, Удорский район.

#### Диплом III степени:

- Сольниц Оксана Вячеславовна, педагог дополнительного образования МУДО "Центр дополнительного образования детей "Вдохновение" г. Сыктывкара.

#### <u>В номинации "ТУРИСТСКО-</u> <u>КРАЕВЕДЧЕСКАЯ":</u>

#### Диплом лауреата I степени:

- *Шатилова Мария Олеговна*, педагог дополнительного образования МУДО "Дворец творчества детей и молодежи" г. Воркуты;

#### Диплом II степени:

- **Чупрова Дина Ивановна**, педагог дополнительного образования МУДО "Дом детского творчества" пгт. Усогорск, Удорский район.

#### Диплом III степени:

- Лобанова Ирина Викторовна, Бобина Светлана Викторовна, педагоги дополнительного образования МБОУДО "Центр детского и юношеского туризма и экскурсий" г. Микунь.

#### <u>В номинации "СОЦИАЛЬНО-</u> ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ":

#### Диплом лауреата I степени:

- Севергина Дарья Андреевна, педагог дополнительного образования, Дёмина Эльвира Михайловна, методист МУДО "Районный центр внешкольной работы" с. Выльгорт, Сыктывдинский район.

#### Диплом II степени:

- Якимова Александра Петровна, педагог дополнительного образования МУДО "Дворец творчества детей и молодежи" г. Воркуты.

#### Диплом III степени:

- Атаева Людмила Ивановна, педагог дополнительного образования ГАУДО РК "Республиканский центр детей и молодежи".

#### Диплом III степени:

- Пяткова Надежда Генриховна, педагог дополнительного образования Визингского филиала ГАУДО РК "РЦДО".

В номинации "Программы, предназначенные для различных категорий детей (детей с ОВЗ, детей, находящихся на различных профилактических учетах, одаренных детей):

#### **Диплом** лауреата I степени:

- Ефимова Елена Николаевна, педагог дополнительного образования МАУДО "Дворец творчества детей и учащейся молодежи" г. Сыктывкара.

#### Диплом II степени:

- Ишутина Оксана Александровна, педагог дополнительного образования МБУДО "Районный центр внешкольной работы" с. Выльгорт, Сыктывдинский район;

#### Диплом III степени:

- Скорнякова Людмила Борисовна, педагог дополнительного образования МУДО "Дом детского творчества" пгт. Усогорск, Удорский район.



#### **ДИПЛОМ ЛАУРЕАТА І СТЕПЕНИ** =

#### Аннотация

# к дополнительной общеобразовательной программе - дополнительной общеразвивающей программе "ТУРИСТ"

(номинация: Туристско-краеведческая, автор-разработчик: Шатилова Мария Олеговна, педагог дополнительного образования МУДО "ДТДиМ" г. Воркуты)

Программа Турист" носит образовательноразвивающий характер и способствует формированию здорового образа жизни.

Срок реализации программы 2 года.

Адресат: Программа предназначена для подростков в возрасте 10-16, не имеющих специальной подготовки, любящих путешествия, и желающих приобрести знания и навыки в туризме.

Набор производится среди учащихся общеобразовательных школ, лицеев, гимназий и колледжей на добровольной основе без специального отбора (если нет медицинских противопоказаний). Возраст зачисления в группы 1 и 2 года не регламентирован и может быть разным, т. к. программа предполагает обучение детей разного возраста.

Актуальность: Детско-юношеский туризм - это не только одно из увлекательных направлений деятельности для детей, не только еще одно из приоритетных направлений развития туризма в России, это эффективное средство педагогического воздействия на подрастающее поколение.

Данная программа разработана с учетом социального заказа, поэтому является актуальной. Актуальность сохраняется в течение длительного времени, потому что туризм:

- увлекательный вид деятельности;
- средство формирования базовых компетенций личности (информационной, коммуникационной, самоорганизации, самообразования);

- возможность для повышения своего интеллектуального уровня, развития наблюдательности, способности воспринимать красоту окружающего мира;
- уникальная возможность глубже узнать и наглядно ознакомиться с историческим и культурным наследием своей страны и других государств, пробудить у молодых людей чувство национального самосознания, воспитать уважение и терпимость к быту и обычаям других национальностей и народов;
- одна из наиболее эффективных оздоровительных технологий, способствующих всестороннему развитию личности, формированию здорового образа жизни человека и общества в целом, что имеет большое значение в воспитании подрастающего поколения.

Кроме того, *актуальность* программы "Турист" заключается в практико-ориентированном, деятельностном подходе к обучению, что является одним из требований современного дополнительного образования.

Отпичительная особенность программы в том, что она не только дает знания, умения и навыки, необходимые в однодневном и трехдневном походе, не только знакомит с достопримечательностями родного края и родной страны, но и подготавливает учащихся к экскурсионному туризму за границей.



**Цель программы:** формирование социально активной, нравственно и физически развитой личности посредством туристско-краеведческой деятельности.

#### Задачи программы:

#### Обучающие:

- 1. Изучение истории и культуры родного края, страны.
- 2. Изучение техники туризма (получение знаний, умений и навыков в области спортивного ориентирования, пешеходного и лыжного туризма).
- 3. Изучение способов оказания доврачебной помощи.
- 4. Изучение методики работы с первоисточниками, документами, знакомство с требованиями, предъявляемыми к научно-исследовательской работе.

#### Воспитательные:

- 1. Формирование мотивации в познавательной активности и практическом использовании приобретенных знаний.
- 2. Создание мотивации к сохранению и укреплению здоровья и здоровому образу жизни.
- 3. Воспитание у подростков чувства коллективизма, толерантности.

4. Воспитание патриотических чувств и формирование гражданской позиции.

#### Развивающие:

- 1. Развитие познавательного интереса к активным видам досуга.
  - 2. Развитие физических качеств.
  - 3. Развитие внимания, памяти, мышления.
- 4. Развитие эмоционально-волевой сферы учащихся.
- 5. Развитие исследовательских способностей.
- 6. Развитие социальной одаренности (лидерских качеств, быстрой адаптации к окружающим условиям).
- 7. Развитие информационной компетенции: умения анализировать, критически относиться к получаемой информации, оценивать степень достоверности.
- 8. Развитие коммуникативной компетентности: умения общаться, воспринимать и передавать вербальную и невербальную информацию, умения работать в команде.
- 9. Развитие компетенции самостоятельности, самоорганизации и самообразования.

*Предполагаемые результаты* учащихся по окончанию курса обучения.



Личностно-значимые качества выпускника формируется на протяжении 2 лет через включение его в многоплановую разнообразную деятельность, собственный опыт взаимодействия с окружающими людьми, обеспечение безопасной жизнедеятельности, осознание ответственности за свои решения через принятие ценностных норм общества.

#### Ценностный потенциал:

- восприятие человеческой жизни как главной ценности:
- осмысление понятий: честь, долг, ответственность, профессиональная гордость, гражданственность;
- осознание ответственности за судьбу Родины, общества, семьи; бережное отношение к историческому и духовному наследию России;
- повышение своей политической и общей культуры;
- принятие и соблюдение классных, школьных, семейных и государственных моральноправовых норм;
  - уважение прав и свобод других людей;
- выполнение своего гражданского долга перед Отечеством;
- готовность к самостоятельной трудовой деятельности;
  - социальная активность.

#### Познавательный потенциал:

- быть образованным и любознательным, умеющим получать знания и использовать их на практике; приумножать свои знания во благо, а не во зло;
- развивать информационный кругозор, стремиться к постоянному интеллектуальному развитию;
- быть эрудированным, активным и целеустремленным, умеющим преодолевать трудности, отстаивать свою точку зрения, свои и общественные интересы, разбирающимся в политике и экономике.

**Творческий потенциал:** осмысленное и осознанное самоопределение, готовность к трудовой деятельности и самореализации в обществе, способность к конструктивной, научной организации труда, критичность, оптимизм, мобильность.

Коммуникативный потенциал: умение выполнять определенную роль в коллективе, адекватную складывающейся ситуации, устанавливать контакты и вести конструктивный диалог, владеть культурой речи; уважать иные мнения, национальные убеждения и религиозные обычаи, быть толерантным.



Здоровьесберегающий потенциал: умение сохранять и укреплять свое здоровье, вести здоровый образ жизни, стремиться к физическому совершенству; умение действовать в чрезвычайных ситуациях, сознательно и ответственно относиться к личной безопасности и безопасности окружающих. Быть приверженцем здорового образа жизни, противостоять вредным влияниям (алкоголь, наркомания, токсикомания).

*Предполагаемые результаты* воспитанников по окончанию курса обучения:

#### Личностные результаты:

- физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками;
  - любознательный, активный;
  - эмоционально отзывчивый;
- овладевший средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками;
- способный управлять своим поведением и планировать свои действия на основе первичных ценностных представлений, соблюдающий элементарные общепринятые нормы и правила поведения;
- имеющий первичные представления о себе, семье, обществе, государстве, мире и природе;
- овладевший универсальными предпосылками учебной деятельности;
- овладевший необходимыми умениями и навыками.

#### Предметные результаты. ЗНАТЬ:

#### Туристическое мастерство:

- перечень личного и группового снаряжения;
- типы костров;
- перечень должностей в туристической группе;
- стороны горизонта. Понятие азимута и его определение;
- способы измерения расстояния по карте и на местности;
  - требования к месту бивака;
- систему обеспечения безопасности в походе;

- основные обязанности должностей членов туристической группы;
- особенности ориентирования в различных природных условиях.

#### Краеведение:

- основные сведения о климате, растительном и животном мире Воркуты и Воркутинского района;
- основные сведения по истории, культуре Воркуты и Воркутинского района;
- памятники истории, культуры и природы Воркуты и Воркутинского района;
  - перечень музеев города;
  - символика города.

#### Доврачебная помощь:

- состав медицинской аптечки;
- личная аптечка туриста;
- правила оказания доврачебной помощи;
- способы транспортировки;
- определение способа транспортировки пострадавшего.

#### УМЕТЬ:

#### Туристическое мастерство:

- составлять перечень личного и группового снаряжения для похода выходного дня с учетом погодных условий, укладывать рюкзак;
- выбирать место для бивака, привала, устанавливать палатку и размещать в ней вещи, разводить костер, заготавливать дрова;
- выполнять обязанности по должностям в период подготовки, проведения и подведения итогов похода;
  - вязать туристические узлы;
  - определять масштаб и расстояние по карте;
  - читать и изображать топографические знаки;
- ориентировать карту по компасу, выполнять прямую и обратную засечку, двигаться по азимуту с помощью компаса;
  - -измерять расстояние на карте и на местности;
- определять стороны горизонта по небесным светилам и местным предметам;
- составлять подробный план-график похода да\экскурсии;
  - пользоваться страховкой и самостраховкой.





#### Краеведение:

- разрабатывать маршрут и собирать краеведческие сведения;
  - изображать символику города;
  - составлять карту-схему своего района.
- подготавливать, проводить и анализировать тематические экскурсии по городу.

#### Доврачебная помощь:

- подбирать состав медицинской аптечки на поход выходного дня;
  - оказывать доврачебную помощь;
- изготавливать транспортировочные средства и транспортировать пострадавшего из подручных средств;
  - вести дневник самоконтроля.

#### Метапредметные результаты:

- умеет осуществлять действие по образцу и заданному правилу;
- умеет управлять своим поведением и планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели;

- умеет находить ошибки и исправлять их;
- умеет адекватно понимать оценку взрослого и сверстника;
- испытывает потребность ребенка в общении со взрослыми и сверстниками;
- владеет речевыми умениями, определенными вербальными и невербальными средствами общения;
- умеет решать интеллектуальные и личностные задачи (проблемы), адекватные возрасту, эмоционально позитивное отношение к процессу сотрудничества;
  - ориентируется на партнера по общению,
  - умеет слушать собеседника;
- принимает живое, заинтересованное участие в образовательном процессе.

Содержание программы "Турист" представлено в виде блоков, основные из них: туристическое мастерство и краеведение.

Важным фактором успешности любого туристического мероприятия являются крепкие дружеские взаимоотношения между всеми его участниками. Любая туристическая группа представляет собой мини коллектив, со всеми его сложностями и проблемами в межличностном взаимодействии. Поэтому педагогу необходимо правильно подготовить учащихся к совместной деятельности и отдыху, научить преодолевать различные жизненные препятствия (страхи, комплексы, стрессовые ситуации и др.), познакомить с разнообразными приемами развития психических процессов (памяти, мышления, речи, воображения) и способами релаксации. Исходя из этого, в данной программе особое место уделено психологической и эмоционально-волевой подготовке туриста.

Основная составляющая туризма - это спортивная подготовка. Именно спорт способствует выработке таких необходимых человеческих качеств как самостоятельность, выносливость, решительность, целеустремленность, настойчивость в достижении цели, умение владеть собой, проявлять быструю, адекватную реакцию, эффективно мыслить в условиях больших физических нагрузок.

Туризм позволяет раскрыть и использовать возможности родного края, поэтому в программе предусмотрено изучение истории и особенностей родного города, республики, страны. Особую популярность сегодня имеет "Экскурсионный туризм" - в связи с этим образовательный курс предполагает разнообразные экскурсии на предприятия города, в интересные природные уголки. Программа адаптирована под климатические условия города Воркуты, Республики Коми: предусмотрены "плавающие" блоки, которые могут быть реализованы в конкретных погодных условиях.

#### Методическое обеспечение.

В программе предусмотрены различные *формы* организации образовательного процесса.

Фронтальная - занятия проходят со всей группой учащихся. При этом учитывается, что группа разновозрастная, поэтому задания предлагаются различной степени сложности и объема.

*Групповая* - позволяет учитывать возможности каждого учащегося на конкретном этапе деятельности, оказать или ощутить помощь со стороны друг друга, способствует самостоятельности учащихся.

Дифференцированная - способствует выработке навыков самостоятельной работы учащихся, повышает заинтересованность детей, предполагает оказание помощи со стороны педагога, не уменьшая личной активности учащегося.

Работа над творческими проектами и исследовательскими работами, оформление материалов проводится индивидуально, в парах и малых группах.

Учитывая различную степень подготовленности и способностей детей, используются разнообразные *виды* проведения занятий:

- игры-путешествия;
- игры на местности;
- туристические слеты;
- практические занятия;
- семинары-практикумы;
- круглые столы (с приглашением научных сотрудников краеведческого музея, инструкторов по туризму, туроператоров туристических фирм, врачей, спортсменов и т.д.);
  - исследовательские лаборатории,
  - экскурсии и т.д.

На занятиях широко используется наглядный и дидактический материал, TCO.

Практические умения и навыки отрабатываются на занятиях в помещении (класс, спортзал) и на местности (на стадионе, в парке), на соревнованиях, в походах и др. туристско-краеведческих мероприятиях.

Итоговые занятия проводятся в форме соревнований; зачетных походов, экскурсий; викторин; защиты реферативных и исследователь-



ских работ; выставок индивидуальных или групповых творческих работ.

Дидактические материалы:

- 1. Кроссворды.
- 2. Тематические карточки.
- 3. Дидактические игры: "Последний герой", "Выходим на дистанцию", "Если хочешь быть туристом".
  - 4. Вопросы разнообразных конкурсов.
  - 5. Сценарии мероприятий.

Принципы детского туризма:

- 1. Личностно-деятельный.
- 2. Диалогический.
- 3. Индивидуально-творческий.
- 4. Целесообразности.
- 5. Краеведческий.

Основные *методы* организации учебной деятельности:

1. Вербальные (беседа, диалог, рассказ, анализ экскурсий, исследований).

- 2. Наглядные (документы, газеты, литература и т.п.).
- 3. Практические (практикумы, экскурсии, встречи, походы).
- 4. Демонстрационные (аудио, видеоматериалы).
- 5. Методы, создающие поисковые ситуации (постановка творческих задач, поощрение самостоятельности учащегося).

#### Система оценки результатов.

Оценка результатов обучения, является обязательным компонентом процесса обучения. Контроль позволяет определить эффективность обучения по программе, помогает детям, родителям, педагогам увидеть результаты своего труда, что создает хороший психологический климат в коллективе и повышает самооценку самого учащегося.

#### Педагогические технологии

Технология	Обоснование выбора	Методическая, практическая результатив-
	технологии	ность применения технологии
Технология игрового обуче- ния	<ol> <li>Возрастные особенности учащихся (применение социализирующих игр, тренингов).</li> <li>Повышение эффективности освоения учебного материала.</li> <li>Повышение интереса к занятиям</li> </ol>	1. 97 % учащихся наблюдается устойчивый интерес к посещению учебных занятий (показатель получен путем анализа посещаемости занятий).
		нинги, социализирующие игры)
Информационно- коммуникатив-	1. Современные требования к организации образова-	1. Пополнение иллюстрационного фонда к занятиям.
ные технологии	тельного процесса. 2. Использование ИКТ технологий позволяет сделать занятие более зрелищным и интересным. 3. Удобство применения в организации образовательного процесса	<ol> <li>Формирование информационной компетентности учащихся.</li> <li>Увеличение информативности изучаемого материала</li> </ol>

Образовательная деятельность в системе дополнительного образования предполагает не только обучение детей определенным знаниям, умениям и навыкам, но и развитие многообразных личностных качеств учащихся. О ее результатах необходимо судить по трем группам показателей.



Учебным (предметным) - фиксирующим предметные знания, умения, навыки, приобретенные ребенком в процессе освоения образовательной программы.

Метапредметным - универсальные способы действий (познавательные, коммуникативные, регулятивные). Метапредметные результаты обеспечивают качественную подготовку учащихся к самостоятельному решению проблем, с которыми встречается каждый человек на разных этапах своего жизненного пути.

**Личностным** - выражающим изменения личностных качеств ребенка под влиянием занятий в данном объединении.

# Виды контроля, используемые на занятии:

- контроль педагога (фронтальный, индивидуальный, групповой);
  - самоконтроль (самооценка учащегося);
- взаимоконтроль (используется на промежуточных срезах знаний и итоговых занятиях).

По окончании каждого раздела программы проводятся контрольные срезы знаний, оценка которых осуществляется по пятибалльной системе.

Критерии оценки предметных результатов (теоретическая и практическая части).

Все виды контроля оцениваются по балльной системе, которая соответствует уровню усвоения программы:

От 100% до 80% - оптимальный уровень усвоения практически всего объема знаний, умений и навыков, самостоятельность решений.

От 79% до 50% - допустимый уровень усвоения знаний, умений и навыков, составляющий более  $1\2$  объема, выполнение с помощью подсказки, незначительные ошибки.

49% и ниже - критический уровень усвоения знаний, умений и навыков, составляющий менее чем 1/2 объема, выполнение с ощибками.

В сводных диагностических картах выявленные уровни записываются по оценочной системе:

- 5 баллов соответствует *оптимальному уровню* освоения программного материала;
- 4 балла соответствует *допустимому уровню* освоения программного материала;
- 3 балла соответствует *критическому уровню* освоения программного материала.

По результатам теоретических и практических знаний выявляется средний показатель, который соответствует общему уровню усвоения программного материала:

- оптимальный уровень от 4,5 до 5 баллов;
  - допустимый уровень от 3 до 4,4 баллов;
  - критический уровень от 0 до 2,9 баллов.



### Критерии оценки метапредметных результатов:

- 5 баллов оптимальный уровень умение проявляется во всех видах деятельности;
- 4 балла допустимый уровень умение проявляется частично;
- 3 балла критический уровень умение не проявляется.

Критерии оценки личностного роста учащихся: 10-12 баллов - оптимальный уровень личностного развития, устойчивое формирование качеств, высокий уровень личностных достижений;

от 7 до 9 баллов - допустимый уровень личностного развития, качества сформированы частично, средний уровень достижений;

от 4 до 6 баллов - критический уровень личностного развития, качества не сформированы, личностные достижения незначительны или отсутствуют полностью.

#### Этапы педагогического контроля

Год обуче- ния	Вид кон- троля	Содержание контроля	Форма подведения итогов
1-ый год обуче- ния, 1 мо-	Вводный	Проверка уровня интеллектуальной и психологической подготовленности учащихся	Устный опрос. Анкетирование. Тестирование. Выполнение практических заданий
дуль	Промежу- точный	Проверка уровня усвоения программного материала за полугодие предметных и метапредметных компетенций (оптимальный, допустимый, критический)	Устный опрос. Тестирование. Выполнение практических заданий
	Промежу- точный для перевода детей на следующий учебный год	Проверка уровня усвоения учебного материала предметных, метапредметных компетенций и личностного развития за 1-ый годобучения (оптимальный, допустимый, критический)	Выполнение заданий контрольно- измерительных материалов (3 блока заданий) Практическое задание (контроль- ный однодневный поход, экскурсия и т.п.)
2-ой год обуче- ния,	Промежу- точный	Проверка остаточного уровня усвоения программного материала за 1-ый год обучения	Устный опрос. Тестирование. Выполнение практических заданий
2 мо-	Промежу- точный	Проверка уровня усвоения программного материала за полугодие предметных и метапредметных компетенций (оптимальный, допустимый, критический)	Теоретический опрос. Тестирование. Выполнение практических заданий
	Итоговый	Проверка уровня усвоения учебного материала за 2-ой год обучения предметных и метапредметных компетенций и уровня развития личностного развития учащихся (оптимальный, допустимый, критический)	Выполнение заданий контрольно- измерительных материалов (3 блока заданий). Практическое задание (разработка туристического маршрута, состав- ление плана подготовки, проведе- ние похода в качестве инструктора)

Итоги реализации программы также проявляются в результатах творческих достижений учащихся и выражаются в победах на туристических слетах, соревнованиях, краеведческих конкурсах, в написании проектных и исследовательских работ и в результатах публичной их защиты.

#### = ДИПЛОМ ЛАУРЕАТА I СТЕПЕНИ =

#### Аннотация

к дополнительной общеобразовательной программе дополнительной общеразвивающей программе "ТЕРРИТОРИЯ ФИТНЕСА"

#### (номинация: Физкультурно-спортивная,

авторы-разработчики: Сивицкая Галина Владимировна, Безвугляк Юлия Александровна, педагоги дополнительного образования МУДО "ДТДиМ" г. Воркуты)

Программа "Территория фитнеса" позволяет оздоровить все составляющие человека: его тело, дух, разум, эмоции.

Срок реализации программы 3 года.

Программа рассчитана на подростков женского пола среднего школьного возраста (10-15 лет), с любым уровнем физической подготовки и желающим заниматься детским фитнесом и имеющим медицинский допуск. Данная программа предоставляет возможность зачисления детей на любом этапе обучения с проведением вводной диагностики ребенка и разработкой индивидуальной траектории обучения.

В современных условиях развития общества проблема здоровья детей является особо ак**туальной.** Ослабленность детей из-за недостатка физических нагрузок сегодня одна из самых больших тревог детских специалистов. Особенно актуально стоит этот вопрос в условиях Крайнего Севера. Девять месяцев длится северная зима и несколько месяцев стоит полярная ночь. Дети систематически находятся в помещении с искусственным освещением. В физическую активность подростков можно внести много нового и интересного благодаря использованию современных фитнес технологий. Они включают в себя адаптированные для детского организма системы тренировок с применением специального инвентаря.

Отличительной особенностью и новизной этой программы является то, что она в одном учебном курсе систематизирует и обобщает педагогический опыт различных фитнес - направлений: фитбол - гимнастики, детской оздоровительной йоги-пилатеса, танцевальной аэробики, стретчинга, с ориентированием детей на дальнейшие занятия направлениями фитнеса по их личному выбору.

Программа может быть реализована в рамках инклюзивного образования с детьми с отклонениями в здоровье (нарушения интеллекта), но имеющим и медицинский допуск по физическим показателям.

**ЦЕЛЬЮ программы** является всестороннее развитие личности школьников средствами детского фитнеса, формирование устойчивых мотивов и потребностей бережного отношения к собственному здоровью, стремление к активным занятиям физической культурой, душевной и физической гармонии.

Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем, воспитанию важных личностных качеств. Обучение по программе создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.



Программа детского фитнеса решает следующие **ЗАДАЧИ**:

#### Обучающие:

- 1. Формирование предметной компетентности учащихся:
- -обучение детей технике фитбол-гимнастики, танцевальной аэробики, йоги, пилатеса;
- обучение основам дыхательных упражнений при физических нагрузках;
  - -обучение основам хореографии;
- -обучение основам кардиотренировок, силовых блоков, стретчинга.

#### Воспитательные:

- 1. Формирование коммуникативной компетентности учащихся:
- формирование личного потенциала и нравственности учащихся: самодисциплины, коммуникабельности, воспитанности, способности к сопереживанию, креативности и т.д.;
- -воспитание волевых качеств (умение продолжать физические нагрузки на фоне утомляемости, концентрировать внимание, привитие стойкого интереса к занятиям фитнесом);
- 2. Формирование потребности в здоровом образе жизни;
- 3. Формирование общей культуры, жизненно важных личностных качеств.

#### Развивающие:

- 1. Повышение уровня функциональной подготовленности учащихся:
- развитие физических качеств: координации, гибкости, силы, выносливости и двигательных навыков;
- развитие навыков самостоятельной разработки и проведения отдельных блоков занятия;
- развитие музыкальности, восприимчивости к музыкальному материалу;
- развитие артистических способностей при исполнении заданий танцевальной аэробики.
- 2. Формирование информационных компетенций учащихся:
- умение находить и анализировать и применять необходимую информацию.

**Предполагаемые результаты** по окончанию курса обучения.

#### Личностные результаты учащегося:

- физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками;
  - любознательный, активный;
  - эмоционально отзывчивый;
- овладевший средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками;
- способный управлять своим поведением и планировать свои действия на основе первичных ценностных представлений, соблюдающий элементарные общепринятые нормы и правила поведения;
- имеющий первичные представления о себе,
   семье, обществе, государстве, мире и природе;
- овладевший универсальными предпосылками учебной деятельности;
- овладевший необходимыми умениями и навыками.

#### Метапредметные результаты:

- умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу;
- умение управлять своим поведением и планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели.
  - умение находить ошибки и исправлять их;
- умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.
- потребность ребенка в общении со взрослыми и сверстниками;
- владение речевыми умениями, определенными вербальными и невербальными средствами общения;
- умение решать интеллектуальные и личностные задачи (проблемы), адекватные возрасту, эмоционально позитивное отношение к процессу сотрудничества;
  - ориентация на партнера по общению,
  - умение слушать собеседника;
- принимает живое, заинтересованное участие в образовательном процессе;
- сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.

24

#### Предметные результаты. Знать:

- основы выполнения физических упражнений;
  - основы азбуки музыкального движения;
- основы выполнения хореографических движений;
- основы выполнения комплексов с фитболами;
  - основы комплексов йоги и пилатеса:
  - определения "здоровье";
- о факторах, благоприятно действующих на здоровье;
  - о необходимости заботы о своем здоровье;
- правила безопасного поведения во время занятия;
- правила выполнения базовых движений и комплексов;
  - о смысле спортивной терминологии.

#### Уметь:

- контролировать в процессе занятий свое телоположение, осанку, основные функциональные показатели: пульс, дыхание;
- выполнять аэробные, силовые, танцевальные комплексы, комплексы пилатеса и йоги;
  - повторить и показать движения;
- двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки;
- выполнять упражнения на координацию движения;
- соблюдать правила безопасности и принципы оздоровительной тренировки;
- использовать современный спортивный инвентарь и оборудование по назначению;
- провести отдельный блок занятия (разминку).

Модель выпускницы формируется на протяжении 3 лет через включение ее в многоплановую разнообразную деятельность, собственный опыт взаимодействия с окружающими людьми, обеспечение безопасной жизнедеятельности, осознание ответственности за свои решения через принятие ценностных норм общества.

#### Ценностный потенциал:

- восприятие человеческой жизни как главной ценности;
- осмысление понятий: честь, долг, ответственность, профессиональная гордость, гражданственность;
- осознание ответственности за судьбу Родины, общества, семьи; бережное отношение к историческому и духовному наследию России;
- повышение своей политической и общей культуры;
- принятие и соблюдение классных, школьных, семейных и государственных моральноправовых норм;
  - уважение прав и свобод других людей;
- выполнение своего гражданского долга перед Отечеством;
- готовность к самостоятельной трудовой деятельности;
  - социальная активность.

#### Познавательный потенциал:

- быть образованным и любознательным, умеющим получать знания и использовать их на практике; приумножать свои знания во благо, а не во зло;
- -развивать информационный кругозор, стремиться к постоянному интеллектуальному развитию;
- быть эрудированным, активным и целеустремленным, умеющим преодолевать трудности, отстаивать свою точку зрения, свои и общественные интересы, разбирающимся в политике и экономике.

**Творческий потенциал:** осмысленное и осознанное самоопределение, готовность к трудовой деятельности и самореализации в обществе, способность к конструктивной, научной организации труда, критичность, оптимизм, мобильность.

Коммуникативный потенциал: умение выполнять роль в коллективе, адекватную складывающейся ситуации, устанавливать контакты и вести конструктивный диалог, владеть культурой речи; уважать иные мнения, национальные убеждения и религиозные обычаи, быть толерантным.





Здоровьесберегающий потенциал: умение сохранять и укреплять свое здоровье, вести здоровый образ жизни, стремиться к физическому совершенству; умение действовать в чрезвычайных ситуациях, сознательно и ответственно относиться к личной безопасности и безопасности окружающих. Быть приверженцем здорового образа жизни, противостоять вредным влияниям (алкоголь, наркомания, токсикомания).

Детский фитнес является прекрасной альтернативой многим другим видам физической культуры и спорта. Это хорошо продуманная детская физкультура: общеукрепляющие и оздоровительные занятия, посредством которых у детей вырабатываются правильные стереотипы движений, формируются жизненно важные навыки и умения. Именно так закладываются и правильная походка, и красивая осанка.

Учебный материал представлен *по видам* фитнеса: фитбол-гимнастики, танцевальной аэробики, начальной акробатики, пилатеса, йоги, стретчинга.

Фитбол-гимнастика представлена динамическими и статическими комплексами с фитболом, сформировнными из общеразвивающих упражнений и простейших гимнастических заданий; способствует развитию физических качеств (координации, гибкости, выносливости, силы).

Танцевальная аэробика содержит учебный материал по основам выполнения базовых элементов классической аэробики, различных танцевальных направлений, хореографических движений, на согласование движений с музыкой способствует развитию музыкально-двигательных качеств, психофизической релаксации.

Специальная физическая подготовка  $(C\Phi\Pi)$  - это процесс, который обеспечивает развитие физических качеств и формирование двигательных умений и навыков, специфичных лишь для конкретного вида деятельности, обеспечивает избирательное развитие отдельных групп мышц, несущих основную нагрузку при выполнении упражнений.

Начальная акробатика предусматривает изучение техники акробатических упражнений для начинающих. Для учащихся используется дифференцированный подход, варьируется величина физической нагрузки с учетом высокого, среднего и низкого уровней физичес-

кой подготовленности учащихся. В эту дисциплину включены упражнения, которые направлены на тщательное изучение отдельных элементов, причем самых простых, которые постигнуть может каждый. И только тогда, когда упражнения доводятся до автоматизма, педагог может дать более сложные задания. Именно поэтому в занятиях используется индивидуальный подход к каждому ребенку, что позволит физически укрепить воспитанниц.

Йога и пилатес в данной программе представлена детскими направлениями фитнес-пилатеса, фитнес-йоги. Комплексы йоги и пилатеса, адаптированы к детям подросткового возраста, т.к. наиболее подходящим возрастом для начала занятий йогой и пилатесом является именно период полового созревания подростков. В это время организм претерпевает изменения, часто дискомфортные: перестраивается гормональная система, нарушается эмоциональное равновесие. Занятия йогой и пилатесом помогут гармонизировать эти состояния.

Методическая подготовка является неотъемлемой частью любого обучения. В программе "Территория фитнеса" она содержит учебные материалы по теории, методике танцевальной аэробики, йоги, пилатеса, фитбол-гимнастики. Все виды подготовки взаимосвязаны между собой.

В процессе обучения большое значение приобретает интеллектуальное воспитание, основными задачами которого являются: овладение учащимися специальных знаний в области теории и методики тренировки, гигиены и других дисциплин; умение анализировать приобретенный опыт тренировки, развитие познавательной активности, творческих проявлений в спортивно-оздоровительной деятельности.

В учебно-воспитательном процессе используются следующие педагогические технологии: личностно-ориентированная технология, как основная, и элементы здоровьесберегающих и игровых технологий, как вспомогательные.

В связи с тем, что программа предусмат-

ривает набор детей без предварительного отбора и с различной степенью подготовленности в обучении примененяются личностноориентированные технологии, которые имеют:

- разноуровневый подход ориентация на разный уровень сложности программного материала, доступного учащемуся;
- дифференцированный подход выделение групп детей на основе смешанной дифференциации: по знаниям и способностям.
- индивидуальный подход распределение детей по однородным группам: познания, физическим способностям, социальной адаптации;
- субъектно-личностный подход отношение к каждому ребёнку как к уникальности, несхожести, неповторимости.

Построение учебно-воспитательного процесса направлено прежде всего на сохранение и укрепление здоровья учащихся, формирование у них потребности в здоровом образе жизни. Элементы здоровьесберегающих технологий, применяемые в данной программе, предусматривают достаточно активную физическую нагрузку на организм подростка, поэтому система специальных средств и условий восстановления в этой программе имеет важное значение. Система здоровьесберегающих мероприятий носит комплексный характер и включает в себя средства психолого-педагогического и медико-биологического воздействия.

Методика преподавания детского фитнеса носит оздоровительный характер и восполняет дефицит движения у детей среднего школьного возраста (10-15 лет). Особое внимание уделено сохранению здоровой осанки ребенка, коррекции стоп, укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной систем. В данной программе присутствуют методики детской оздоровительной йоги, пилатеса, фитбол-гимнастики и танцевальной аэробики, которые укрепляют мышечный корсет, заставляя держать правильно спину, способствуют гармоничному развитию всех систем и функций организма.



Методика преподавания детского фитнеса имеет положительную особенность - она имеет очень низкий порог травматичности, в ней запрещены баллистические, хлестообразные и рывковые движения.

Подготовка в детском фитнесе строится на основе следующих методических требований:

- единая педагогическая система, обеспечивающая преемственность задач, средств, методов организации образовательного процесса; - рост объема средств фитбол-гимнастики, йоги и пилатеса на фоне уменьшения объема средств танцевальной аэробики.

В качестве *методов нравственного воспитания* применяются методы формирования нравственного сознания и общественного поведения, использование положительного примера, стимулирование положительных действий (поощрение, похвала), предупреждение и обсуждение отрицательных действий.

#### Методы обучения и методические приемы

Методы	Методические	Примечания	
	приемы	-	
Словесный	Команды и распоряжения.	Эффективны эмоциональные сигналы.	
	Указания и инструктаж.	Максимально кратко и точно.	
	Описания и объяснения.	Объяснения предпочтительнее	
	Пояснения и сравнения.	описания.	
	Обсуждение и оценка.	Целесообразны образные сравнения.	
	Убеждение и принуждение.	Убеждение предпочтительнее принуждения.	
	Самоотчеты и самооценки. Лекции и	Эффективны графические отчеты.	
	беседы.		
Наглядный	Показ педагога и воспитанников.	Виды показа: целостный, фрагментарный,	
	Фото и кино-показ.	имитирующий, контрастный, утрированный,	
	Графическое изображение.	разноракурсовый.	
Практический	Целостного и расчлененного	Эффективен контроль исходных и	
_	упражнения.	промежуточных положений.	
	Упрощенного и усложненного	У опоры, с поддержкой, за лидером, «с горки»,	
	упражнения.	«в горку» и др.	
	Стандартного и переменного	Меняются условия и количественные	
	упражнения.	компоненты движений.	
	Игровой и соревновательный.	По принципу: кто больше, дальше, быстрее,	
		лучше.	
Помощи	Физической помощи:	Виды:	
	- педагога;	фиксация, поддержка, подталкивание,	
	- соученицы;	подкрутка, проводка, ограничения.	
	- тренажера.	Виды:	
	Ориентировочной	зрительные ориентиры, звуковые сигналы	
	помощи:	(хлопки, счет), музыка, материальные	
	- зрительной;	ограничители.	
	- слуховой;		
	- тактильной.		
Идеомоторный	Представление.	При разучивании, отработке, перед оценкой, в	
	Мысленное воспроизведение.	период вынужденной неподвижности.	
	Мысленная тренировка.		
Музыкальный	Выполнение заданий в темпе, ритме,	Позволяет правильно расставить акценты в	
	динамике музыки ориентиром на	движениях, подсказывает время приложения	
	акценты.	усилия и относительного расслабления мышц.	
Круговой	Выполнение заданий на время по	Позволяет эффективно формировать	
	отдельным «станциям» по кругу.	физические качества человека (силовые,	
	Количество кругов определяется	координационные, выносливость организма).	
	физической подготовкой.		

#### Система оценки результатов

Технология определения учебных результатов по дополнительной образовательной программе "Территория фитнеса" заключается в следующем: совокупность измеряемых показателей (теоретическая, практическая подготовка учащегося, об-



щеучебные умения и навыки) оценивается по степени выраженности (от минимальной до максимальной). Показатели по личностному развитию оцениваются наоборот, от максимальной к минимальной выраженности качества. Для удобства выделенные уровни обозначаются соответствующими баллами.

### **Критерии оценки предметных результатов:**

- 5 баллов соответствует *оптимальному уровню* освоения программного материала. Характеризуется высоким темпом учебной деятельности, устойчивым интересом, потребностью в творческих действиях, полным усвоением теоретического и практического материала по данной теме или разделу.
- 4 балла соответствует допустимому уровню освоения программного материала. Характеризуется средним темпом учебной деятельности, неустойчивым интересом, потребностью в творческих действиях, усвоением теоретического и практического материала по данной теме или разделу с частичной помощью педагога.
- 3 балла соответствует критическому уровню освоения программного материала. Характеризуется темпом учебной деятельности на уровне "ниже среднего", ее исполнительским характером, частичным усвоением теоретического и практического материала, через показ педагога.

### **Критерии оценки метапредметных результатов:**

- 5 баллов оптимальный уровень умение проявляется во всех видах деятельности;
- 4 балла допустимый уровень умение проявляется частично;
- 3 балла критический уровень умение не проявляется.

# **Критерии оценки личностного роста учащихся:**

- 1 балл устойчивое формирование качеств, оптимальный уровень личностных достижений;
- 2 балла- качества сформированы частично, допустимый уровень достижений;
- 3 балла- качества не сформированы, личностные достижения незначительны или отсутствуют полностью (критический уровень).

Оценка знаний, умений и навыков направлений фитнеса определяется в основном визуально, т.к оценивается комплексность выполнения заданий: техническая подготовленность, согласование с музыкой, выносливость, координированность движений. По итогам обучения педагог дает рекомендации к дальнейшим занятиям ребенка фитнеснаправлениями.



#### ДИПЛОМ ЛАУРЕАТА I СТЕПЕНИ =

#### Аннотация

к дополнительной общеобразовательной программе - дополнительной общеразвивающей программе "АДАПТИВНОЕ ПЛАВАНИЕ"

(номинация: Физкультурно-спортивная, автор-разработчик: Бочкарёва Ольга Викторовна, педагог дополнительного образования МУДО "ДТДиМ" г. Воркуты)

Программа способствует разностороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата, служит одним из лучших средств закаливания, формирования правильной осанки ребёнка, повышение иммунитета и имеет физкультурно-спортивную направленность.

#### Срок реализации программы 4 года.

Программа рассчитана для детей в возрасте от 7 лет с ограниченными возможностями здоровья (инвалиды) при наличии у них справки МСЭ, а также направление или разрешение (допуск) лечащего врача к занятиям плаванием. Набор в объединение по интересам "Адаптивное плавание" осуществляется в начале учебного года на основании заявления родителей, добровольного волеизъявления ребёнка. Программа предполагает, что наполняемость групп определяется по принципу: чем меньше функциональные возможности учащихся, тем меньше учащихся должно быть у педагога в группе. Численный состав групп учащихся зависит от индивидуальных (возрастных, половых и других) особенностей их уровня подготовки и ряда иных факторов.

Физический недуг в большей или меньшей степени приводит к нарушению функций организма в целом и затрудняет возможность социального контакта с окружающим миром. В

этих условиях появляется чувство тревоги, теряется уверенность в себе и даже чувство собственного достоинства. Актуальность данной программы обусловлена предоставляемой возможностью детям с ограниченными возможностями здоровья пройти реабилитацию и социальную адаптацию, наиболее полно раскрыть и развить свои физические способности и личностные качества, с учетом индивидуальных способностей и особенностей ограничения в состоянии здоровья, найти возможные пути к достижению спортивных результатов в плавании.

Отличительной особенностью программы является то, что она учитывает особенности подготовки учащихся с ограниченными возможностями здоровья по плаванию, в том числе:

- построение процесса подготовки, направленного на развитие широкого круга основных физических и специальных качеств, повышение функциональных возможностей различных органов и систем человека;
- направленность на коррекцию основного дефекта (сенсорных систем, интеллекта, речи, опорно-двигательного аппарата и других), коррекцию сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, обусловленных основным дефектом, с помощью физических упражнений и других немедикаментозных средств и методов;

- профилактику сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений;
- обучение жизненно важным знаниям, умениям и навыкам, развитие и совершенствование физических и психологических качеств и способностей;
- включение корригирующих упражнений с предметами (скакалками, гимнастическими палками, мячами) и без предметов, направленных на коррекцию осанки и стоп в сочетании с упражнениями для глаз.

**ЦЕЛЬЮ программы** является формирование необходимых навыков плавания у детей с ограниченными возможностями здоровья, развитие физических и личностных качеств, укрепление здоровья, приобщение к здоровому образу жизни и самоутверждение учащихся в социуме.

Программа решает следующие **ЗАДАЧИ. Обучающие:** 

- обучить основам техники различных способов плавания: кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй (дельфин) и широкому кругу двигательных навыков;
- обучить необходимым теоретическим знаниям в области физической культуры, спорта, гигиены;
- обучить умению владеть своим телом в условиях водной среды;
- овладеть жизненно необходимым навыком умения плавать и преодоление водобоязни.

#### Развивающие:

- способствовать коррекции физического развития;
- развивать физические качества (выносливость, силу, гибкость, быстроту, ловкость, скорость и координацию);
  - развивать двигательную активность детей.

#### Воспитательные:

- воспитать черты спортивного характера;
- воспитать морально-этические и волевые качества;
- сформировать устойчивый интерес, мотивацию к занятиям плаванием и к здоровому образу жизни;
  - адаптация и социализация в обществе.

#### Коррекционные задачи:

- укрепить ослабленные мышечные группы и нормализовать тонус мышц;
- улучшить подвижность в суставах, профилактика или разработка контрактур;
- укрепить деятельность сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем организма;
- способствовать развитию предметно-манипуляционной деятельности рук;
- способствовать улучшению зрительномоторной координации;
- сформировать вестибулярную и антигравитационную, статодинамическую устойчивость и ориентировку в пространстве;
- сформировать различные опорные реакций рук и ног;
  - сформировать навыки релаксации тела.

**Предполагаемые РЕЗУЛЬТАТЫ** освоения программы по окончании всего обучения.

#### Предметные результаты.

#### Будут знать:

- о достижениях сильнейших российских и зарубежных пловцов;
- основы методики обучения технике плавания:
  - о необходимости врачебного контроля;
- о режиме дня, совмещение занятий спортом с учебой в школе;
- о требованиях соревнований, предъявляемых к технике способов плавания, стартов, поворотов, прохождении дистанции, распределении участников соревнований по дорожкам, регистрации рекордов.
- о различных вариантах техники спортивных способов плавания: кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй (дельфин);
- о необходимости сознательного отношения к выполнению тренировочных заданий, максимальной мобилизации сил и преодоления негативных ощущений на тренировочных занятиях.

#### Будут уметь:

- плавать с "обгоном";
- плавать с дыханием на 3, 5, 7 гребков;



- применять рациональные варианты старта и поворотов;
- использовать различные варианты техники спортивных способов плавания: кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй (дельфин);
- выполнять разнообразные варианты упражнений, для совершенствования спортивных способов плавания: "кроль на груди", "кроль на спине", "брасс", "баттерфляй" (дельфин);
- проплывать отрезки на наименьшее количество гребков;
- чередовать плавание в облегченных и в усложненных условиях в заданном темпе (плавание по элементам и в полной координации; плавание по элементам с поддержкой и без поддержки; плавание с задержкой дыхания и в полной координации).

#### Личностные:

- доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению других;
- нравственная позиция (внутренняя мотивация поведения учащегося, способного к самоконтролю и имеющего чувство личного достоинства, а также ответственно относящегося к соревновательной деятельности);
- ориентация в системе моральных норм и ценностей;
  - потребность в самовыражении;
- позитивная моральная самооценка и моральные чувства чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении.

#### Метапредметные:

#### Регулятивные действия:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- регулировать, контролировать и оценивать свои действия во время занятий, соревнований;
  - анализировать причины успеха/неуспеха;
- целеполагание, включая постановку новых целей:
- использовать в игровой и соревновательной деятельности двигательные навыки, полученные на занятиях.

#### Коммуникативные действия:

- работать в группе, строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;
- формулировать свои затруднения, обращаться за помощью;
- оказывать помощь и эмоциональную поддержку сверстникам в процессе достижения общей цели совместной деятельности;
  - слушать собеседника;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- учитывать разные мнения и стремиться к сотрудничеству;
- следовать морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества на основе уважительного отношения к личности другого.

#### Портрет выпускника.

**Личностино-значимые** качества выпускника формируется на протяжении 4 лет через включение ее в многоплановую разнообразную деятельность, собственный опыт взаимодействия с окружающими людьми, обеспечение безопасной жизнедеятельности, осознание ответственности за свои решения через принятие ценностных норм общества.

#### Ценностный потенциал:

- восприятие человеческой жизни как главной ценности;
- -осмысление понятий: честь, долг, ответственность, профессиональная гордость, гражданственность;
- осознание ответственности за судьбу Родины, общества, семьи; бережное отношение к историческому и духовному наслелию России:
- принятие и соблюдение школьных, семейных и государственных морально-правовых норм;
  - уважение прав и свобод других людей;
- готовность к самостоятельной трудовой деятельности;
  - социальная активность.

#### Познавательный потенциал:

- быть образованным и любознательным, умеющим получать знания и использовать их на практике;
- приумножать свои знания во благо, а не во зло:
- развивать информационный кругозор, стремиться к постоянному интеллектуальному развитию;
- быть эрудированным, активным и целеустремленным, умеющим преодолевать трудности, отстаивать свою точку зрения.

#### Творческий потенциал:

- осмысленное и осознанное самоопределение, готовность к трудовой деятельности и самореализации в обществе, способность к научной организации труда, оптимизм, мобильность.

#### Коммуникативный потенциал:

- умение выполнять роль в коллективе, адекватную складывающейся ситуации, устанавливать контакты, владеть культурой речи;
- уважать иные мнения, национальные убеждения и религиозные обычаи, быть толерантным.

#### Здоровьесберегающий потенциал:

- умение сохранять и укреплять свое здоровье, вести здоровый образ жизни, стремиться к физическому совершенству;
- умение действовать в чрезвычайных ситуациях, сознательно и ответственно относиться к личной безопасности и безопасности окружающих;
- быть приверженцем здорового образа жизни, противостоять вредным влияниям (алкоголь, наркомания, токсикомания).

В программу входит стартовый и базовый уровни сложности.

Стартовый уровень рассчитан на 1 год. На данном уровне особое внимание уделяется развитию личностных и психофизиологических особенностей: уверенности в себе, в своих возможностях, преодоление водобоязни. Начальное обучение плаванию: адаптация к водной среде, обучение технике плавания спортивными способами: "кроль на спине",

"кроль на груди", простых прыжков воду и поворотов даются с минимальной сложностью для освоения содержания программы.

Плавание с поддерживающими элементами (доска, нудлс). Развитие и укрепление мышц, закаливание организма. Развитие физических и волевых качеств, формирование плавательных и двигательных навыков. Улучшение показателей физического развития и функционального состояния учащихся.

Базовый уровень обучения рассчитан на 3 года. По данной программе на втором году обучения изучаются спортивные способы "брасс", "баттерфляй" (дельфин), совершенствуются спортивные способы "кроль на спине", "кроль на груди", старты и повороты. У учащихся воспитываются морально-этические качества, становление спортивного характера, приобретение разносторонней физической подготовленности: развитие аэробной выносливости, быстроты, скорости, силовых и координационных возможностей.

3 и 4 года обучения - совершенствуются все спортивные способы плавания "кроль на спине", "кроль на груди", "брасс", "баттерфляй" (дельфин), а именно усложнение материала за счет увеличения длины дистанции, разнообразных упражнений: с различным положением рук, с помощью одних ног или рук, плавание "на сцепление", "с обгоном", с дыханием на 3, 5, 7 гребков. Также занятия посвящены дальнейшему воспитанию физических качеств. Поиск талантливых в спортивном отношении детей на основе морфологических критериев и двигательной одаренности. Гармоничное совершенствование основных физических качеств с акцентом на развитие аэробной выносливости. Планомерное повышение уровня общей и специальной физической подготовленности.

В содержание программы входят разделы: теоретическая, плавательная и физическая подготовка, контрольные испытания. Начиная со 2 года обучения добавляются соревновательные испытания.



Обучение лиц с ограниченными возможностями здоровья основывается на традиционной методике обучения плаванию. Однако, при обучении плаванию данной категории лиц, должен использоваться индивидуальный подход, так как некоторые упражнения, вследствие нарушения здоровья, могут выполняться только с помощью партнера. Следует также учитывать имеющиеся у учащихся сопутствующие заболевания и проводить занятия с их учетом. В программе используются методы обучения: наглядный, словесный и практический.

Обучение плаванию лиц с нарушениями интеллекта. При обучении плаванию данной категории учащихся необходимо, прежде всего, учитывать их психоэмоциональное состояние, так как от этого зависит эффективность занятия.

При выполнении упражнений должен строго соблюдаться принцип от простого к сложному. Упражнение, если оно достаточно сложное для учащихся, должно осваиваться *целостно-раздельным методом* (освоение по отдельным фазам движения). Необходимо повторять упражнения, которые разучивались в течении недели. При объяснении упражнения нужно фиксировать внимание на той части тела, которая в данный момент совершает движение.

На занятиях должны широко использоваться речевые и звуковые сопровождения, так как слова, фразы, понятия улучшают и нормализуют психологическую деятельность учащихся, улучшают процесс восприятия и понимания речи, обогащают словарь. Учащиеся часто теряют интерес к выполнению упражнений, поэтому необходимо использовать игровой метод, а также оценивать и фиксировать уровень овладения учащимся упражнений по освоению с водой.

Все методы обучения применяются комплексно. Обучения спортивным способам и отдельным двигательным действиям происходит с применением целостно-раздельного метода обучения.

Обучение плаванию лиц с нарушениями зрительного анализатора. Последовательность обучения технике спортивных способов плавания лиц с нарушениями зрительного анализатора такая же, как при обучении лиц без ограничения возможностей здоровья. Основа обучения таких учащихся технике плавания это словесный и практический методы обучения, а также тактильные ощущения.

Необходимо давать точное описание техники изучаемого движения, используя конкретные яркие сравнения и понятия, доступные для учащихся. Воображение лиц с нарушениями зрительного анализатора довольно ограничено, поэтому необходимо периодически проверять правильность их восприятия путем выполнения как частей движения, так и движения в целом. Ошибки тут же исправляются, чтобы у учащихся сложилось правильное представление о самом движении с его словесными сравнениями и образами.

Обучение плаванию лиц с нарушениями слухового анализатора. При обучении учащихся с нарушением слуха также следует уделять наглядному и словесному методам обучения при объяснении упражнений.

Одна из причин, снижающих качество основных движений - ограниченность словесной информации о выполняемых движениях. В обучении физическим упражнениям лиц с нарушением слуха существенную роль играет слово.

Основа обучения учащихся технике плавания - это *наглядный*, *словесный и практический методы обучения*. Но более важную роль для учащихся с нарушением слуха играет наглядное обучение, которое им легче воспринимается.

Обучение плаванию лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Особенности обучения данной категории учащихся связаны в основном с невозможностью выполнения отдельных упражнений из-за нарушений опорно-двигательного аппарата, поэтому при выполнении таких упражнений им необходима помощь партнера.

Техника спортивных способов плавания имеет некоторые особенности, характерные для лиц с тем или иным нарушением опорнодвигательного аппарата. Эти особенности связаны с изменением положения равновесия в воде.

Педагог, зная особенности и учитывая нарушения опорно-двигательного аппарата учащегося, может научить его более рациональной технике плавания. Это выражается в изменении траектории движений конечностей, более быстром или замедленном выполнении отдельных фаз гребковых движений.

Форма образовательного процесса: фронтальные занятия с дифференцированным подходом к каждому ребёнку с учетом первичных дефектов, вторичных нарушений, сопутствующих заболеваний и медицинских показаний к занятиям, особенностей психических и личностных качеств, а также уровня физического развития и физической подготовленности ребенка.

**Виды занятий:** учебно-тренировочные занятия; теоретические занятия; контрольные занятия.

В учебно-воспитательном процессе используются следующие *педагогические техно-логии*: игровая технология, как основная, и личностно-ориентированная технология.

Игровую технологию во многом удается реализовать с помощью применяемых в плавании игр и развлечений, которые позволяют успешно не только решить специально поставленные задачи, но и делают занятия более эмоциональными, что помогает учащимся полюбить плавание и заниматься им систематически. В группах с разными видами нарушений содержание игровой деятельности неодинаково и лимитируется моторной мобильностью, двигательным опытом, физическими возможностями, возрастом. Используя эмоциональную основу игры, успешно решаются коррекционно-развивающие задачи.

Личностно-ориентированная технология позволяет ведение индивидуальной работы с каждым учащимся: выбор оптимальных физических упражнений и методов физического совершенствования, разнообразных форм и методов организации учебной деятельности, оценки деятельности учащегося не только по конечному результату, но и по процессам его достижения. В результате этой технологии учащиеся достигают наиболее высоких для себя индивидуальных результатов.

#### Методы оценки результатов.

Технология определения учебных результатов по программе "Адаптивное плавание" заключается в следующем: совокупность измеряемых показателей (теоретическая, практическая подготовка учащегося, общеучебные умения и навыки) оценивается по степени выраженности (от минимальной до максимальной). Показатели по личностному развитию оцениваются наоборот, от максимальной к минимальной выраженности качества. Для удобства выделенные уровни обозначаются соответствующими баллами.

Методы контроля и оценки знаний учащихся: устный опрос, тестирование, наблюдение.

*Критерии оценки предметных резуль- татов:* 

5 баллов оптимальный уровень - усвоение теоретического учебного материала, полное и глубокое понимание вопроса, владение физической и плавательной полготовкой.

4 балла допустимый уровень - частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога.

3 балла критический уровень - усвоение теоретического учебного материала, физическая и плавательная подготовка, на низком уровне в основном через показ педагога.





### Критерии оценки метапредметных результатов:

- 5 баллов оптимальный уровень умение проявляется во всех видах деятельности;
- 4 балла допустимый уровень умение проявляется частично;
- 3 балла критический уровень умение не проявляется.

#### Критерии оценки личностного роста учащихся:

- 1 балл устойчивое формирование качеств, высокий уровень личностных достижений (оптимальный уровень);
- 2 балла качества сформированы частично, средний уровень достижений (допустимый уровень).
- 3 балла качества не сформированы, личностные достижения незначительны или отсутствуют полностью (критический уровень).

Оценка знаний, умений и навыков - это процесс, помогающий успешному течению всей учебно-воспитательной работы. Контроль за учебной и воспитательной деятельностью должен быть систематическим, результаты гласными и аргументированными.

Контроль проводится в три этапа на протяжении всего курса обучения: входной контроль, промежуточный контроль, итоговый контроль. Оценка знаний, умений и навыков техники плавания определяется визуально, так как оценивается комплексность выполнения заданий, а именно техническая подготовленность, выносливость, координация движений.

Если учащийся по состоянию своих физических возможностей не может выполнить какое-либо упражнение, то оно заменяется другим по усмотрению педагога. Учащиеся, не освоившие в полном объеме программу, могут продолжить обучение повторно в группе на том же уровне и году обучения. Основанием для повторного обучения является низкий показатель предметных компетенций по результатам итогового контроля.

#### — ДИПЛОМ ЛАУРЕАТА I СТЕПЕНИ —

#### Аннотация

к дополнительной общеобразовательной программе - дополнительной общеразвивающей программе "Я ПОЗНАЮ МИР"

(номинация: Естественнонаучная, автор-разработчик: Писнова Ольга Юрьевна, педагог дополнительного образования МОУ "СОШ № 14" г. Воркуты)

Практика использования методов исследовательского обучения в учебном процессе находит всё большее применение: педагоги всё чаще стремятся предлагать задания, включающие детей в самостоятельный творческий и исследовательский поиск.

Однако, изучение практики применения в образовательных целях методов самостоятельного исследовательского поиска убеждает в том, что современный подход к решению этой задачи страдает некоторой односторонностью. Так, современные технологии исследовательского обучения учащихся предполагают в основном лишь различные варианты включения ребёнка в собственную исследовательскую практику.

Считается, что, получив возможность проводить собственные учебные исследования, ребёнок сам научится это делать. Однако ни учащийся начального звена, ни средней школы никакого исследования провести не сможет, если его этому специально не учить. Можно, конечно, попытаться обучать этому в ходе самого процесса исследовательского поиска, но значительно эффективнее в этом плане специальный тренинг по развитию исследовательских способностей учащихся.

Кроме того, любая учебная деятельность, и учебно-исследовательская здесь не может быть исключением, требует особой системы

поддержки и контроля качества. Она предполагает разработку содержания, форм организации и методов оценки результатов.

Исследовательская практика ребенка может интенсивно развиваться в сфере дополнительного образования. Исследовательская деятельность позволяет привлекать к работе разные категории участников образовательного процесса (учащихся, родителей, педагогов), создает условия для работы с семьей, общения детей и взрослых, их самовыражения и самоутверждения, развития творческих и интеллектуальных способностей, предоставляет возможность для отдыха и удовлетворения своих потребностей.

Актуальность разработки программы заключается в том, что она направлена на свободное развитие личности ребенка, поддержание его физического и психического здоровья, формирование учебно-предметной, социальной, информационно-коммуникативной, креативной компетентности, формирование и развитие желания к продолжению образования и профессиональному самоопределению.

Программа разработана с учётом возрастных особенностей учащихся младшего школьного возраста: адресат программы - учащиеся 6-10 лет.





В научное общество учащихся принимаются мальчики и девочки, желающие заниматься исследовательской деятельностью. Специальных отборочных критериев нет, основное условие - стремление самого ребенка к развитию и самосовершенствованию, освоить программный материал на ознакомительном уровне могут учащиеся, владеющие минимальным объемом общих и частично-специальных знаний и умений, приобретенных на уроках в школе. Количество участников научного общества учащихся - 12 человек.

Основой программы является исследовательская деятельность как средство освоения действительности и его главной цели - установление истины, развитие умения работать с информацией, формирование исследовательского стиля мышления.

**Практическая значимость** программы состоит в том, что она направлена на реализацию двух этапов работы с учащимися:

на непосредственную *подготовку* к исследовательской деятельности <u>на ознакомительном уровне освоения программы</u> и на её *сопровождение* в ходе реализации индивидуальных образовательных маршругов учащихся <u>на базовом уровне.</u>

Педагогическая целесообразность программы заключается в разработке системы групповой работы с детьми по освоению основ исследовательской деятельности: от осмысления сути исследовательской деятельности, от истоков научной мысли и теории, от творческой и уникальной деятельности выдающихся ученых - к изучению составных частей исследовательской деятельности. Необходимо, чтобы занятия с учащимися побуждали к активной мыслительной деятельности, учили наблюдать, понимать, осмысливать причинно-следственные связи между деятельностью человека и наукой, тем самым вырабатывать собственное отношение к окружающему миру.

Обучение по программе проводится по тетрадям с конспектами и развивающими заданиями и комплекту обучающих видео-занятий.

Программа "Я познаю мир" ориентирована на развитие у учащихся творческих (изобретательских, организаторских, художественных, научных) и исследовательских способностей, а также их практическое освоение в практике исследовательской деятельности. Работая над программой, автор-составитель руководствовался идеями педагогов-психологов П.Я. Гальперина, Д.Б. Эльконина, В.В. Давыдова, Н.Ф. Талызиной. Обучение по программе обеспечивает: а) условия развивающего обучения, взаимосвязь развития психических способностей с усвоением новых знаний, умений и навыков; б) формирование у учащихся потребности в образовании, познавательных интересов; в) приведение процесса образования в соответствие с возрастными особенностями детской психики и обеспечение адаптации при переходе из дошкольного в начальное образование.

Отличительная особенность данной программы от типовых программ заключается в интеграции учебных модулей, каждый из которых имеет свои творческие и практические задачи и реализует компетентностную составляющую программы. В процессе обучения по программе формируются следующие компетентности:

- умения и навыки самостоятельной исследовательской деятельности;
- умения формулировать проблему исследования, выдвигать гипотезу;
- навыки овладения методикой сбора и оформления найденного материала;
- навыки овладения научными терминами в той области знания, в которой проводится исследование:
- навыки овладения теоретическими знаниями по теме своей работы и шире; умения оформлять доклад, исследовательскую работу.

Теоретические и практические занятия способствуют развитию устной коммуникативной и речевой компетенции учащихся, умениям:

- вести устный диалог на заданную тему;







- участвовать в обсуждении исследуемого объекта или собранного материала;
  - участвовать в работе конференций, чтений.

Предполагаемая программа исследовательской деятельности учащихся включает три модуля:

- тренинг исследовательских способностей;
- исследовательская практика;
- мониторинг исследовательской деятельности.

### Тренинг исследовательских способностей

В ходе данного тренинга учащиеся должны овладеть специальными знаниями, умениями и навыками исследовательского поиска, а именно:

- видеть проблемы;
- ставить вопросы;
- выдвигать гипотезы;
- давать определение понятиям;
- классифицировать;
- наблюдать;
- проводить эксперименты;
- делать умозаключения и выводы;

- структурировать материал;
- готовить тексты собственных докладов;
- объяснять, доказывать и защищать свои идеи.

Программирование данного учебного материала осуществляется по принципу "концентрических кругов". Занятия группируются в относительно цельные блоки, представляющие собой самостоятельные звенья общей цепи. Пройдя первый круг во второй и третьей четвертях первого класса, учащиеся вернутся к аналогичным занятиям во втором-четвёртом классах.

Естественно, что при сохранении общей направленности заданий они усложняются от года к году.

### Самостоятельная исследовательская практика

Основное содержание работы - проведение учащимися самостоятельных исследований и выполнение творческих проектов. Эта подпрограмма выступает в качестве основной, центральной. Занятия в рамках этой подпрограммы выстроены так, что степень самостоятельности ребёнка в процессе исследовательского поиска постепенно возрастает.

### Мониторинг исследовательской деятельности

Эта часть программы меньше других по объёму, но она так же важна, как и две предыдущие. Мониторинг включает мероприятия, необходимые для управления процессом решения задач исследовательского обучения (мини-курсы, конференции, защиты исследовательских работ и творческих проектов и др.). Ребёнок должен знать, что результаты его работы интересны другим и он обязательно будет услышан. Ему необходимо освоить практику презентаций результатов собственных исследований, овладеть умениями аргументировать собственные суждения.



Новизной программы является: 1) форма педагогического управления исследовательской деятельностью детей: форма обучения - очно-заочная с применением дистанционных образовательных технологий (Закон № 273-ФЗ, гл.2.,ст 17, п. 2,4); срок освоения программы - 2 года; объём программы - 216 часов; формы и режим занятий - занятия проводятся на первом году 1 раз в неделю - по 2 часа обучения и 2 раза в неделю по 4 часа обучения в очной форме аудиторных занятий, экскурсий и конференций на втором году обучения; 2) концептуальная идея форм организации образовательного процесса: осуществлять деятельность, связанную с освоением процессов преобразования и использования информации, объектов природной и социальной среды, можно на основе объединения учащихся в научное общество учащихся (коллективные занятия).

В процессе обучения по данной программе решается не только задача самореализации ребёнка, данная программа преобразует предметно-ориентированную модель обучения, дополняя её метапредметными возможностями и средствами индивидуализации, дифференциации и мотивации личностно значимой деятельности, что и отражено в организационно-педагогической основе обучения.

Обучение по данной программе проводится в неразрывной связи с деятельностью учащихся в школе на уроках *окружающего мира*, *русского языка*, *информатики*, *искусству*, *технологии*.

Предметные, метапредметные и личностные результаты обучения по программе самым тесным образом связаны с развитием творческого, изобретательского и логического мышления и достигаются за счёт применения:

- различных форм проведения занятий: беседа, игра, практическая работа, экспери-



мент, наблюдение, экспресс-исследование, коллективные и индивидуальные исследования, самостоятельная работа, защита исследовательских работ, мини-конференция, консультация;

- методов контроля: консультация, доклад, защита исследовательских работ, выступление, выставка, презентация, мини-конференция, научно-исследовательская конференция, участие в конкурсах исследовательских работ;
- технологий и методики: уровневой дифференциации; проблемного обучения; поисковой и моделирующей деятельности; информационно-коммуникационных технологий; здоровьесберегающих технологий.

### Направления деятельности научного общества учащихся предполагают следующие результаты:

1. Организация исследовательской деятельности учащихся в соответствии с их познавательными интересами.

- 2. Организация консультаций, промежуточного и итогового контроля в ходе выполнения исследований учащимися.
- 3. Подготовка, организация научно-практических конференций, турниров, олимпиад, конкурсов.
- 4. Распространение и пропаганда материалов о своей деятельности: методических материалов по систематизации опыта работы с научным обществом учащихся (педагогический коллектив) и исследований учащихся.

По окончании курса обучения проводится публичная защита исследовательской работы - опыт научного учебного исследования по предметной тематике, выступление, демонстрация уровня психологической готовности учащихся к представлению результатов работы. Тем самым решается проблема реализации педагогической идеи формирования у младших школьников умения учиться - самостоятельно добывать и систематизировать новые знания. В этом качестве программа обеспечивает реализацию следующих принципов:







-непрерывность дополнительного образования как механизма полноты и целостности образования в целом;

- развития индивидуальности каждого ребенка в процессе социального самоопределения в системе внеурочной деятельности;
- системность организации учебно-воспитательного процесса;
- раскрытие способностей и поддержка одаренности детей.

Формами представления итогов реализации программы "Я познаю мир" является активная исследовательская деятельность на муниципальном, региональном, российском и международном уровнях, участие в конференциях по защите исследовательских работ.

Целью программы является формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также организация их свободного времени, обеспечение адаптации к жизни в обществе, а также выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в исследовательской деятельности.

Создание условий для формирования целостной системы универсальных знаний, умений, навыков, а также опыта самостоятельной деятельности и личной ответственности учащихся, то есть ключевых компетенций, в исследовательской деятельности, обеспечивающих возможности для полноценного развития ребенка во всем многообразии его запросов и интересов, решается следующими задачами:

#### Обучающие:

- 1. Познакомить с терминологическим аппаратом исследовательской деятельности.
- 2. Сформировать представление о методах исследования.
- 3. Познакомить с методикой осуществления сбора, обработки информации и схематичного отображения мыслительных процессов в опыте решения исследовательских задач по различным направлениям, а также способами анализа и ранжирования текстовой информации.



- 4. Развить познавательные потребности и способности младших школьников через осуществление исследовательской деятельности (построение суждений об объекте исследования и опыт исследовательской деятельности).
- 5. Сформировать навыки проведения опытов и экспериментов с учётом техники безопасности.
- 6. Познакомить со способами проведения исследований социальной и гуманитарной направленности (опрос, анкетирование, интервыю ирование).

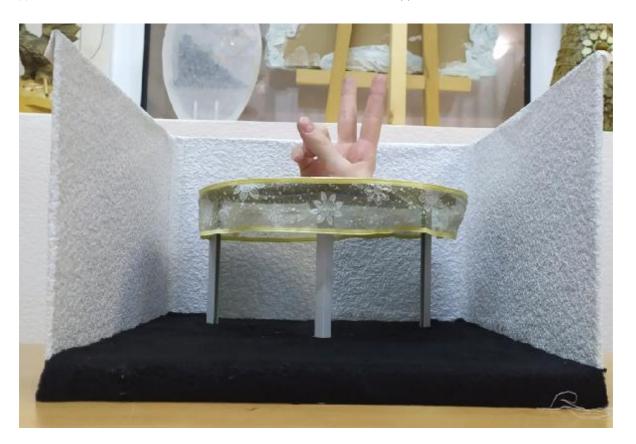
### Развивающие:

- 1. Сформировать умение принимать выделенные педагогом ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с педагогом и учащимися.
- 2. Развить навыки постановки и формулирования проблемы (создание алгоритмов деятельности).
- 3. Сформировать умение ставить цели, планировать, контролировать и оценивать свою деятельность.

- 4. Развить навыки логических действий (анализ, синтез, сравнение, классификация, формулирование гипотезы, построение причинно-следственных связей, умение заполнять таблицы на основе анализа и ранжирования информации).
- 5. Развить понимание смыслообразования и умение структурировать знания.
- 6. Сформировать умение публичной защиты своего исследования.

#### Воспитательные:

- 1. Сформировать мотивационную основу исследовательской деятельности через самообразование и саморазвитие.
- 2. Сформировать интерес к новому содержанию и новым способам познания: умение самостоятельно конструировать свои знания, ориентироваться в информационном пространстве.
  - 7. Развить критическое и творческое мышление.
- 3. Сформировать способность к самооценке на основе критериев успешности исследовательской деятельности.



### СОЗДАНИЕ КОМФОРТНОЙ СРЕДЫ В УЧРЕЖДЕНИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЧЕРЕЗ ДИЗАЙН-ПРОЕКТ

Творчество существует везде, где человек воображает, комбинирует, создаёт что-либо новое

Л.С.Выготский



Волкова Людмила Николаевна, директор, педагог дополнительного образования,

Немчинова Галина Петровна, заведующий эколого-биологическим отделом, педагог дополнительного образования





Постоянный поиск новых эффективных методов реализации художественно-эстетического воспитания детей через дизайн, ориентированный на эстетическую организацию пространства натолкнул нас на идею создания выставочной зоны в Доме детского творчества. Реализация замысла стала возможной после передачи ДДТ помещений, ранее находившихся в оперативном управлении ГОУ РК "С(к)ШИ № 1" г. Емвы.

Предыстория появления нашего дизайнпроекта такова. Однажды на просторах интернета внимание привлекла фотография старого города где-то в Прибалтике... На одной из узких пешеходных улочек прямо на стенах домов расположилась самая настоящая картинная галерея. Увиденное надолго запечатлелось в памяти. А вместе с этим сама собой возникла мысль, что неплохо было бы использовать такую классную идею. Потом так же случайно довелось увидеть фотографии оформления коридоров одного из учебных заведений в г. Ухте. Яркая красочная городская улица вызвала ощущение позитива, желание попробовать сотворить нечто подобное, но в то же время свое, особенное, и в нашем Доме детского творчества. Две картинки соединились в одну: город - фотовыставка. Была создана инициативная группа, и работа началась.

На первом, подготовительном, этапе (май 2019 года), было выбрано место размещения выставочной зоны - коридор 3-го этажа здания ДДТ, принята идея оформления выставки лучших работ участников городских и районных фотоконкурсов, организатором которых является ДДТ.





На втором, аналитическом, этапе (июнь 2019 года) проводился поиск и отбор информации для оформления в виде рисунков, набросков, фотографий, выбора материалов, мебели, зеленых насаждений. Дизайн - это творческая проектная деятельность, целью которой является создание гармоничной предметной среды, поэтому при разработке проекта нами учитывались такие параметры образовательной среды, как эффективность - результативное использование пространства с точки зрения планирования и зонирования; эргономичность - ориентированность на пользователей пространства, создание среды, способствующей стабилизации эмоционального состояния; обеспеченность - оснащение пространства необходимыми составляющими для доступности, комфортабельности участников среды: детей и взрослых, а также создание обстановки, которая удовлетворяет их основные потребности.

На третьем этапе - визуализации (июль 2019 года) художниками-оформителями ДДТ

Немчиновой Г. П. и Каракчиевой Н. А. разрабатывались графические эскизы и художественные решения. Главная трудность заключалась в выборе расположения сменных композиций. В результате "окна-рамки" были размещены как горизонтально, так и вертикально, а цветовое решение выбрано в холодных пастельных тонах с учетом того, что остальные стены коридора не перекрашивались.

На четвертом, основном, этапе (июль-август 2019 года) стена была подготовлена к нанесению эскиза: зашпаклеваны неровности и отверстия, проведена предварительная грунтовка. После этого нанесен рисунок, произведены окраска акриловыми красками и покрытие акриловым лаком для лучшего сохранения изображения.

Для размещения фотографий использовались специальные многоразовые клейкие подушечки. На этом работа не закончилась, композиция была дополнена цветами в кашпо и деревянными скамьями. Чуть позже у противоположной стены появилась сменная фото-

e-mail: rcdoinfo@yandex.ru

зона, которую предполагается оформлять по временам года.

На пятом, заключительном этапе, подведены итоги реализации проекта и состоялось открытие первой фотовыставки лучших работ участников районного фотоконкурса "Остановись, мгновенье..."

Проект реализован за четыре месяца, так как оформительские работы проводились в августе после закрытия последней смены летнего лагеря с дневным пребыванием детей. А с нового учебного года третий этаж стал любимым местом детей и взрослых, ведь в жизни

всегда есть широкое поле для деятельности, но иногда хочется "маленькой полянки" для отдыха. Здесь можно общаться с друзьями, рассматривать работы конкурсантов и, конечно же, фотографироваться.

В планах инициативной группы - оформление окон, замена цветочных горшков на декоративные ящики в прованском стиле. Намечены и возможные точки роста: продолжение работы по оформлению помещений ДДТ с целью создания уютной комфортной атмосферы и представление опыта работы по проектной деятельности в средствах СМИ.



### Интернет-ресурсы:

- 1. Особенности дизайна для образовательных учреждений [Электронный ресурс]. Режим доступа: <a href="http://edudesign.ru/design">http://edudesign.ru/design</a> components, свободный.
- 2. Цитаты про отдых с друзьями [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://smajlik.ru/samorazvitie/citaty-pro-otdyh-s-druzyami.html, свободный.



## Использование ресурсов природоохранных, научных и иных организаций в целях экологического образования учащихся



Черкасова Галина Анатольевна, педагог дополнительного образования ГУДО РК "Республиканский центр экологического образования"

Современное дополнительное экологическое образование рассматривается как важная составляющая часть общего образования, способствующая достижению ключевых компетентностей в различных сферах жизненного и профессионального самоопределения ребенка, достижению как предметных, так и личностных и метапредметных образовательных результатов. Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы, реализуемые в ГУДО РК "Республиканский центр экологического образования", нацелены на личностное развитие детей, формирование и развитие экологического мировоззрения, экологически ответственного поведения, социализацию и адаптацию учащихся к жизни в обществе. Профессиональная деятельность педагога дополнительного образования ГУДО РК "Республиканский центр экологического образования" направлена не только на развитие когнитивных навыков и знаниевого фундамента у учащихся, но и на развитие их исследовательской активности, природосберегающих моделей поведения, активного, здорового и безопасного образа жизни.

Для максимального достижения поставленных педагогических задач образовательный процесс организуется посредством включения разнообразных форм учебных занятий. Актуальной формой организации экологического образования детей является тематическая природоведческая экскурсия, когда ребенок учится не просто смотреть и видеть, но и вычленять и анализировать необходимую экологическую информацию. На экскурсиях дети изучают свое окружение на наглядных объектах в естественной среде, определяют взаимосвязи и взаимозависимости объектов в целостной системе, определяют причинно-следственные связи между ними. Для организации и проведения учебных занятий в формате экскурсий педагоги привлекают сотрудников различных научных организаций. С целью раскрытия видового разнообразия и взаимосвязей в природе, привития бережного и ответственного отношения к природному окружению для учащихся объединений "Зеленый дом", "Азбука природы", "Путешествия натуралиста" и "Школьное лесничество" организуются экскурсии в Ботанический сад Института биологии Коми НЦ УрО РАН. На экскурсиях учащиеся знакомятся с местной флорой, интродуцированными и аклиматизированными видами растений. Экскурсоводы в интересной форме рассказывают детям о растениях различных природных зон, коллекциях оранжерейных растений.

В течение многих лет в образователь-

ный процесс включаются экскурсии в научные лаборатории Института биологии и Института геологии Коми научного центра. На этих занятиях учащиеся углубляют свои знания в предметных областях по биологии и географии, знакомятся с природными ресурсами Республики Коми, научным оборудованием и деятельностью ученых биологов и ученых геологов.

Процесс развития экологического сознания детей более эффективно идет при вклю-

чении активных, практикоориентированных методик организации образовательного процесса. Востребованной учащимися формой занятий является природоохранная акция. Ежегодно в начале марта совместно с сотрудниками Коми филиала ФГБУ "Главрыбвод" учащиеся объединения "Путешествия натуралиста" выезжают на акцию "Спасем рыбу от замора!". Сотрудники учреждения с удовольствием откликаются на нашу просьбу рассказать



Учащиеся объединения "Зеленый дом" на экскурсии в Ботаническом саду Института биологии Коми НЦ УрО РАН

детям о процессах, протекающих в водоемах в зимне-весенний период и состоянием популяций рыб под снежно-ледяным покровом. После краткого теоретического ознакомления с причинно-следственными связями между кислородным голоданием обитателей водных экосистем и заморными явлениями учащиеся приступают к отработке способов устранения их последствий - пробуют работать с ледобуром, очищать лунки ото льда, накрывать их еловым лапником, чем обеспечива-



Отработка техники пользования ледобуром





Знание правил поведения на водоемах основа безопасности

ется более длительное поступление кислорода в воду. Для проведения акции с детьми выезжают также и сотрудники Сыктывкарского отделения федерального казенного учреждения "Центр ГИМС МЧС России по РК" для ознакомления детей с правилами безопасного поведения на водоемах в зимний период. Помимо практической природоохранной деятельности во время выездов дети имеют возможность участвовать в различных командных играх.

Другим излюбленным выездным мероприятием у детей является природоохранная акция "Чистый лес" в местечке Красная Гора, организованная с привлечением сотрудников Центра защиты леса Республики Коми, филиала ФБУ "Рослесозащита", которые обучают подростков особенностям защиты лесов и сохранения древесных насаждений. Помимо этого сотрудники Центра проводят профориентационную работу с целью ознакомления учащихся с деятельностью инженеров-лесопатологов. Подрос-

тки с удовольствием включаются в работу по приведению лесного массива в первозданный чистый вид, собирают бытовой мусор с территории лесоучастка и по завершению основных работ включаются в подвижные игры и чаепитие.

Помимо привлечения сотрудников к выездным мероприятиям мы организуем экскурсии в лаборатории Центра защиты леса для ознакомления детей с их профессиональной деятельностью, определения процентной всхо-



Участники акции "Чистый лес"

жести семян основных лесообразующих пород деревьев, оценки качества посевного материала на предмет наличия грибковых инфекций, ознакомления с основным оборудованием, используемым в лесном хозяйстве.

Актуальным местом проведения занятий у юных путешественников является МУП "Сыктывкарский водоканал". На экскурсиях ребята знакомятся с механизмом водоза-

бора, водоочистки и транспортировки холодной питьевой воды жителям города Сыктывкара и его окрестностей, а также на промышленные предприятия. Работники предприятия объясняют детям весь цикл прохождения питьевой воды, важность бережного отношения к воде, как к незаменимому природному ресурсу. Помимо этого проводится и профориентационная работа, подростки знакомятся с особенностями деятельности сотрудников различных отделов предприятия.

Тесное сотрудничество в целях экологического образования детей организовано с Институтом естественных наук Сыктывкарского государственного универси*тета имени Питирима Сорокина.* Учащиеся объединений "Зеленый дом", "Путешествия натуралиста" и "Азбука природы" во время экскурсии в Зоологический музей расширяют знания в области биологии и экологии животных. Музей предоставляет возможности для оптимального сочетания учебного материала и наглядности экспонатов, сочетания теоретического знания и его практического подкрепления. Музейные экспонаты способствуют расширению и углублению предметных знаний детей, усилению ценностного отношения к объектам природы.



Изучение качества сеянцев

Несомненно, сотрудничество с различными организациями является существенным дополнением в решении важнейших задач экологического образования подрастающего поколения. Оно предоставляет возможности использования современной материально-технической базы и лабораторий учреждений, их кадровых, инновационных научно-методических и информационных ресурсов, помогает детям понимать закономерности биологических процессов, происходящих в природе, взаимоотношения между организмами и окружающей их средой, знакомит с новыми научными открытиями и технологиями, обогащаются навыками общения и социального взаимодействия, у них формируется система ценностей и личностные установки.

#### Список литературы:

1. Универсальные компетентности и новая грамотность: чему учить сегодня для успеха завтра. Предварительные выводы международного доклада о тенденциях трансформации школьного образования / И. Д. Фрумин, М. С. Добрякова, К. А. Баранников, И. М. Реморенко; Национальный исследовательский университет "Высшая школа экономики", Институт образования. - М.: НИУ ВШЭ, 2018. - 28 с. - 300 экз.



### Способы внешней мотивации, используемые при проведении спортивных тренировок по тхэквондо ВТФ



Шевелева Елена Степановна, педагог дополнительного образования МБУДО «Районный центр внешкольной работы» с. Выльгорт, Сыктывдинский район

Развитие личности средствами спорта начинается с детского возраста, в котором движущей силой включения в спортивную деятельность является мотивация. Внешняя мотивация (экстринсивная) - мотивация, не связанная с содержанием определённой деятельности, но обусловленная внешними по отношению к субъекту обстоятельствами, в основном средствами и способами мотивирования, применяемыми извне, например, педагогами, родителями, другими детьми. Внешняя мотивация в структуре спортивной деятельности несет в себе определенные функции. Она является пусковым механизмом в спорте, поддерживает необходимый уровень активности в тренировочной и соревновательной деятельности, регулирует содержание активности. Мотивация представляет собой импульс, который заставляет нас действовать и достигать поставленных целей.

Вопросы мотивирования учащихся на сегодняшний день являются актуальными, так как низкая мотивация детей к физическим нагрузкам обусловлена снижением двигательной активности детей в целом, связанным с уменьшением свободного времени, заменой спортивных игр на компьютерные, что зачастую приводит к увеличению количества сезонных и хронических заболеваний.

Мотивирование детей на занятия спортом, в частности тхэквондо, помогает сохранять контингент, повышает их интерес к занятиям и снимает монотонность по время спортивных занятий. Тем самым, как педагог, я создаю условия для сохранения внутренней, более сильной по отношению к внешней, мотивации учащихся и поддержания постоянного интереса к занятиям тхэквондо ВТФ (Всемирная Федерация Тхэквондо<sup>1</sup>).

В своей деятельности я использую как традиционные способы мотивирования детей, так и современные.

 $<sup>^{1}</sup>$  Тхэквондо версии ВТФ включено в программу Олимпийских игр.

К традиционным способам мотивирования можно отнести сдачу экзаменов на получение пояса определенного цвета - от белого до черного. Цветные пояса называют Гыпами, черные - Данами. Эта уникальная система существует в тхэквондо для оценки мастерства спортсменов, их силы духа и знания технических приемов. Шкала оценок разделена на 10 ступеней: 10 Гыпов и 10 Данов. Гып (от кор. - уровень) - ученическая степень, уровень техники и физического развития ученика, а также уровень его духовности. Это - зеркальное отражение мастерства: сначала идет 10 Гып, то есть самая первая ступень в тхэквондо, затем 9, 8, 7 и так далее до 1-го Дана. По мере освоения очередного Гыпа меняется цвет пояса ученика. Белый пояс символизирует чистоту помыслов, затем его последовательно сменяют желтый, зеленый, синий и красный. За это время учащийся постигает боевую технику (сначала обыкновенные удары, затем удары в прыжке) и осваивает принятые в тхэквондо ритуалы (учится правильно носить форму, завязывать пояс, приветствовать старших и т.д.). Черный пояс от первого Дана и выше, цвет которого обозначает достоинство, носят мастера. Дети, не достигшие 15-лет, но уже овладевшие мастерской техникой, носят пояс, состоящий из двух полос черного и красного цвета.

Система Гыпов и Данов в тхэквондо способствует повышению мотивации учащихся к занятиям. Для детей, склонных во всем соревноваться между собой, это очень важно. Сдача экзаменов на цветные пояса давно является обязательным элементом обучения юных тхэквондистов во всем мире.

Я являюсь обладателем чёрного пояса 3 Дана (а **личный пример педагога-Мастера** также является хорошим мотиватором на достижение учащимся личного успеха) и председателем республиканской аттестационной комиссии на присвоение Гыпов. На данный момент в моем объединении занимается поряд-

ка 70 человек, и все они проходят ежегодную аттестацию на получение цветного пояса и присвоение Гыпа. Для получения черных поясов и присвоения Данов наши ребята выезжают в другие города, в которых работает аттестационная комиссия по Северо-Западному Федеральному округу, после чего их документы отправляются в Южную Корею, где и оформляются международные паспорта на чёрные пояса.

Присвоение разрядов в спорте имеет несколько четко обозначенных целей: массовая популяризация занятий спортом, стимул для повышения уровня спортивной подготовки и мастерства, моральное поощрение спортсменов, развитие и постоянное совершенствование своих спортивных навыков, допуск на соревнование высшего уровня. Разряды присваиваются по итогам выступлений на соревнованиях различного уровня. На сегодня 15 учащимся объединения уже присвоены разряды: от 3 юношеского до 2 взрослого.

Участие в спортивных соревнованиях по упрощенным правилам - еще один традиционный способ повышения мотивации.

Одной из важнейших функций педагога физкультурно-спортивной направленности является подготовка обучающихся к участию в спортивных соревнованиях. Прежде чем допускать юных спортсменов к официальным соревнованиям, следует не только обучить их спортивной технике и тактике, определенному кругу знаний, развить необходимые двигательные качества, но и научить их соревноваться. Для этого организуются контрольные и учебные соревнования по более простым правилам. Например, большое количество спортсменов разделяю на несколько отдельно соревнующихся подгрупп с отдельными призовыми местами; в соревнования ввожу дополнительные номинации. Провожу игровые соревнования на лучшую технику, лучшую растяжку или лучшую физическую подготовку и др., победитель в которых определяется





Воспитательное мероприятие ко Дню защитника Отечества

по качеству выполнения спортивных упражнений. Соревнования по упрощённым правилам, так сказать "домашние", позволяют начинающим спортсменам быстрей адаптироваться к сложным правилам и с большим интересом участвовать в официальных соревнованиях.

Не секрет, что при поступлении на обучение в учреждения дополнительного образования, в отличие от детско-юношеских спортивных школ, нет отбора учащихся по тем или иным показателям. К нам приходят дети разного возраста и различной физической подготовленности. Для повышения адаптивных возможностей детей 5-8 лет в нашем Центре реализуется дополнительная общеразвивающая программа "Корё", включающая, кроме начальных основ тхэквондо, восточные оздоровительные техники, а также программа "Здоровячок", в рамках которой дети занимаются оздоровительной гимнастикой. Занятия по обеим программам позволяют учащимся дошкольного и младшего школьного возраста, не имеющим спортивных навыков, укрепить здоровье и приобщиться к спорту. По окончании этих программ подавляющее большинство детей приходит на основную программу "Тхэквондо ВТФ", содержание занятий по которой уже легче ими осваивается. Кроме этого, этим учащимся практически не требуется внешняя мотивация, поскольку сформированы и развиваются внутренние мотивы - собственный интерес к тхэквондо и спортивный азарт. Таким образом, пропедевтическая подготовка и раннее формирование навыков здорового образа жизни также выступают способами мотивирования учащихся.

Одним из важных факторов повышения мотивации учащихся является заинтересованность родителей в успехах своего ребенка, поддержка детей со стороны родителей. В этих целях я привлекаю родителей к совместному проведению спортивных праздников, участию в открытых и совместных спортивных занятиях, сопровождению детей на выездные соревнования. Дополнительная возможность вместе и с пользой провести время способствует формированию общих интересов и укреплению взаимоотношений в семье. Это отлично мотивирует детей, и даже, казалось бы, самые не спортивные дети в своем упорстве достижения результатов становятся маленькими спортсменами. А для педагога это отличная



Получение разрядных книжек и поясов, 2019 г.

мотивация для проведения совместных мероприятий, которые позволяют избавиться от однообразия и тем самым поддерживают интерес к спорту у участников таких мероприятий.

Использование современных электронных, интерактивных средств и ресурсов ИКТ значительно увеличивает интерес юных спортсменов к занятиям и стимулирует интерес к новым знаниям и достижениям. Внедрение ИКТ в современный учебный процесс, в том числе учебно-тренировочный в системе подготовки спортсменов, является одной из главных задач современной системы образования. В связи с этим главной задачей тренера является создание условий для выявления и развития способностей каждого молодого спортсмена и адаптации его к реалиям современного спорта. Значительные изменения в правилах и усиление конкуренции дали значительный толчок к корректировке и совершенствованию занятий по тхэквондо, в том числе внедрению в учебно-тренировочный процесс средств и ресурсов, связанных с применением информационно-коммуникационных, цифровых и мультимедийных технологий.

На занятиях я использую не только интернет-ресурсы, видео- и аудиозаписи, но и ресурсы интерактивной доски, электронную систему судейства, кардиотренажёры, веб-камеру, электронный метроном. Использование в образовательном процессе электронных и цифровых образовательных ресурсов, в том числе лично разработанных, средств и ресурсов ИКТ, нового электронного оборудования меняет роль учащегося на занятии: вместо слушателя и исполнителя заданий и команд педагога он становится активным участником и соруководителем педагога на занятии. Сегодня мне и моим ученикам уже сложно представить занятия по тхэквондо без ИКТ и электронных средств, такое значительное место они занимают в процессе проведения занятий, являясь необходимым средством обучения и развития спортсменов.

Новые формы и способы поощрения за участие в спортивных и общецентровских мероприятиях. В любом объединении есть дети с лидерскими качествами и дети, которые не при-



нимают активного участия и часто являются пассивными участниками мероприятий, в том числе спортивных игр. Для поддержания интереса таких детей к спорту, развития их личностных качеств, коммуникативных и организаторских способностей в объединении введена система поощрений: за участие в каждом мероприятии дети получают талончики. В течение учебного года учащиеся объединения участвуют в показательных выступлениях, акциях, воспитательных мероприятиях, приуроченных к значимым датам и календарным праздникам, в других общецентровских делах. Два раза в год в Центре проводятся тематические ярмарки с профориентационными играми, по итогам которых ребята могут обменять полученные талончики на сладкие призы, канцтовары или настольные игры. Независимо от возраста участника (а в ярмарках участвуют дети от 5 до 14 лет) такие мероприятия вызывают положительные эмоции и желание быть активным в жизнедеятельности объединения и Центра.

Участие в различных обучающих семинарах и мастер-классах известных тренеров и спортсменов - это сильный мотиватор на саморазвитие и достижение такого же успеха. Общение с известными людьми в своей области является хорошим стимулом в тренировочном процессе. Это и рассказ о том, каким был спортсмен, чего он достиг и что для этого нужно было сделать. Это и новые упражнения, комбинации, ценная информация об изменениях правил соревнований. Получение такой информации положительно сказывается на тренировочном процессе, снижает их монотонность. Наставническая деятельность также способствует интересу как у малышей, перенимающих опыт у старших учащихся, так и у опытных спортсменов, имеющих спортивные успехи. В таких мероприятиях участвуют тренеры г. Сыктывкара, наши выпускники и, например, тренеры Кировской области после проведения крупных соревнований.



Республиканское первенство, г. Сыктывкар, 2020 г.

Система описанных способов мотивирования, применяемая мною на занятиях, показала свою эффективность, что подтверждается уровнем подготовки учащихся объединения и высокими достижениями спортсменов. Отличное выступление на Чемпионате России среди юниоров позволило нашему выпускнику Ракину Илье получить место в сборной России по тхэквондо ВТФ. После переезда в г. Набережные Челны в связи с поступлением в ФГБОУ ВО "НГПУ" Илья продолжает тренировки уже на международном уровне. В январе 2020 года на чемпионате Республики Коми по тхэквондо ВТФ наш учащийся Андрей Куликов был признан лучшим спортсменом года по тхэквондо. В 2019-2020 учебном году 8 человек, обучающихся по программам "Тхэквондо ВТФ" и "Тхэквондо ВТФ для одарённых учащихся", стали призёрами и победителями Кубка республики и Первенства Республики Коми по тхэквондо, получили разряды и вошли в состав республиканской сборной команды.

### Список литературы:

- 1. Дуркин П.К. Формирование у школьников интереса к физической культуре: учеб. пособие. Архангельск: Изд-во Арханг. гос. техн. ун-та, 2006 128 с.
- 2. Коджаспирова Г.М. Технические средства обучения и методика их использования: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Г.М. Коджаспирова, К.В. Петров. М.: Академия, 2001. С. 256.
- 3. Кочергина М.В. Интерактивное оборудование как инновационное средство обучения [Электронный ресурс] / М. В. Кочергина. URL: <a href="http://mkochergina.ucoz.ru/statii/">http://mkochergina.ucoz.ru/statii/</a> int\_obor.doc (дата обращения 10.04.2020)
- 4. Круглова Л.Ю. Формирование творческой самостоятельности подростков в учреждении дополнительного образования детей: Дис... канд. пед. наук: 13.00.01/ Круглова Лариса Юрьевна; Челябинск, 1997 207 с.
- 5. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность: учебное пособие / А.Н. Леонтьев. 2-е издание, стереотипное. М.: Смысл; Академия, 2005. 352 с.
- 6. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать. / Н.Г. Озолин - М.: Астрель, 2002.



Общая фотография объединения

