

Управление образования администрации муниципального района «Сосногорск»
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей» пгт. Нижний Одес
(МБУДО «ЦДОД» пгт. Нижний Одес)

«ПРИНЯТА»
на заседании
педагогического совета
Протокол от 31.05.2023 № 4

«УТВЕРЖДЕНА»
Приказом МБУДО «ЦДОД»
пгт. Нижний Одес
от 31.05.2023 № 111 од
директор С.Ю. Поливанова

«РАССМОТРЕНА»
на заседании родительского совета
Протокол от 29.05.2023 № 2

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Академия досуга»

художественной направленности

адресат программы: учащиеся **12-16** лет
вид программы по уровню освоения: **базовый**
срок реализации программы: **2 года**
разработчик программы:
Ефремина Ольга Владимировна
педагог дополнительного образования

пгт. Нижний Одес
2023 год

I. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Одной из функций образования в современном обществе является социализация личности ребенка, под которой понимается приобщение его к культуре, ее ценностям и нормам; формирование активной жизненной позиции в процессе освоения им социальных ролей.

С целью создания образовательного пространства, способствующего профессиональному самоопределению обучающихся, была разработана программа организаторов детского досуга.

Американский социолог К.Джексон считает, что в основе досуга лежит уникальная в своем роде свобода выбора, основанная на свободном волеизъявлении и самостоятельном выборе пути, имеющего большое значение для приобретения жизненного опыта подрастающего поколения, объединяющегося с внутренними чувствами и желаниями человека. Это позволяет формирующейся личности быть свободнее, оригинальнее и прекраснее согласно своей индивидуальности.

Актуальность.

Успешной социализации личности способствует профессиональное самоопределение подрастающего поколения, обозначенное в Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р: «вовлечение обучающихся в программы и мероприятия ранней профориентации, обеспечивающие ознакомление с современными профессиями и профессиями будущего, поддержку профессионального самоопределения, формирование навыков планирования карьеры».

Для развития личности современного человека, необходимо иметь определенные навыки в области не только информационных, компьютерных и коммуникационных технологий, менеджмента, маркетинга, но и обладать организаторскими и режиссерскими способностями. Значительную роль в формировании организаторской культуры играет дополнительное образование. По окончании обучения по данной общеразвивающей программе обучающиеся приобретают не только теоретические знания, но и практические навыки работы организатора культурно - досуговых и массовых мероприятий.

Особенность программы заключается в том, что данная программа предназначена для работы с обучающимися, которым необходимо научиться правильно организовывать и проводить мероприятия, развивая при этом свои организаторские способности.

Направленность программы:

Дополнительная общеразвивающая программа «**Академия досуга**» является модифицированной и имеет художественную направленность.

Педагогическая целесообразность

Данная программа рассматривает возможность развития организаторских способностей у ребят, обучение организации и проведению культурно - досуговых и организационно - массовых мероприятий.

Юношеский период называют «трудным» («переломным», «переходным»), так как в это время происходит переход от детства к взрослости. Их поведение носит противоречивый и неустойчивый характер: периоды активности зачастую сменяются периодами апатии, бессилия, расслабленности, они одновременно ищут уединения и проявляют активность в поиске групп общения.

Общение – ведущий вид деятельности в юношеский период. Пытаясь выйти из-под взрослой опеки, они ищут ту среду, где ощущают свободу своего взрослеющего «Я». Такой средой могут стать занятия по данной программе, специфика которых обращена к индивидуальной, творческой и социальной активности обучающихся.

При разработке данной программы использованы материалы Акимовой Г. Стань креативным: Пособие по развитию творческих способностей; Школа лидера: цикл учебно-развивающих занятий для старшеклассников имени А.Н.Лутошкиной; Шмаков С.А. «Уроки детского досуга»; Андреев В.И. Педагогика творческого саморазвития; Кох И.Э. Основы сценического движения и др.

Адресат программы

В программе принимают участие ребята в возрасте 12-16 лет. Подростки стремятся найти «себя», самоутвердиться, попробовать свои силы, посредством участия в разнообразной коллективной и индивидуальной творческой деятельности.

Вид программы по уровню освоения-базовый

Направленность (профиль) программы- художественная

Объем программы- 432 часов:1 год обучения-216 часа, 2 год обучения-216 часа

Срок реализации программы-2 года

Формы обучения-очная

Режим занятий –периодичность и продолжительность занятий – 3 раза в неделю по 2 часа.

Занятия учебных групп проводятся:

1-й год – 3 занятия в неделю по 2 часа.

2-й год - 3 занятие в неделю по 2 часа.

Особенности организации образовательного процесса-

Программа рассчитана на 2 года на реализацию в подгруппах, в которых учащиеся разного возраста (12-16 лет) занимаются первый и второй год. Численность групп - 15 чел. Состав группы постоянный; виды занятий по организационной структуре -коллективные.

1.2. Цель и задачи Программы

Цель программы – выявление творческих способностей обучающихся, развитие организаторских способностей, коммуникативных качеств обучающихся посредством включения их в досуговую деятельность.

Задачи программы:

Обучающие

- Получение навыков выразительного чтения текста, сценического действия;
- Формирование двигательных качеств: подвижность, пластика, гибкость, координация движений;
- Приобретение умений выполнять специальную гимнастику, укрепляющую речевой, голосовой и дыхательный аппараты;
- Формирование навыка ведения диалога, анализа ситуаций;
- Формирование навыка успешного публичного выступления;
- Освоение приемов и методов организации и планирования деятельности; организации и проведения игровых программ, праздников, тематических проектов;
- Приобретение навыков социальной активности;
- Получение конкретных социальных и профильных знаний и умений, предусмотренных программой:

Развивающие

- Формирование интереса к театрализованной деятельности;
- Развитие активности, устной речи;
- Развитие умения трансформировать материал в соответствии с темой и содержанием досугового мероприятия;
- Развитие творческих способностей.

Воспитательные

- Формирование потребности в творческом росте, саморазвитии, самоутверждении;
- Развитие доброжелательности, внимательности и контактности в отношениях со сверстниками;
- Воспитание активной гражданской позиции, равнодушного отношения к жизни;
- Воспитание толерантных качеств личности, милосердия, доброты, отзывчивости.

**1.3. Содержание программы
Учебный план программы
1 год обучения**

№ п/п	Тема, раздел	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Вводное занятие.	2	-	2
2.	Организаторская деятельность.	10	20	30
3.	Методика игровой деятельности.	10	10	20
4.	Основы актерского мастерства.	10	20	30
5.	Сценическая речь.	10	20	30
6.	Сценарное мастерство.	44	58	102
7.	Итоговое занятие.	-	2	2
ИТОГО:		86	130	216

**Содержание учебного плана программы
1-й год обучения**

1. Вводное занятие – 2 часа.

Теория (2 ч.):

Знакомство с обучающимися. Ознакомление с планом работы, с расписанием занятий. Техника безопасности. Игры на знакомство.

2. Организаторская деятельность – 30 часов.

Теория (10 ч.):

Понятия организаторской деятельности. Кто такие организаторы. Законы организаторской деятельности. Сценическая культура организатора.

Практика (20 ч.):

- Диагностика знаний и умений в сфере досуга: Анкета «Умеем ли мы общаться», «Самооценка», Методика «Коммуникативных и организаторских способностей».
- Игры на знакомство.

3. Методика игровой деятельности – 20 часов.

Теория (10 ч.):

Что такое игра? Виды игр; методика организации игр; учет возрастных особенностей в выборе игр; место и роль организатора в проведении подвижной игры. Работа с реквизитом. Приемы и способы привлечения игроков для участия в игре.

Методика объяснения игр.

Практика (10 ч.):

- Подборка игр для обучающихся младшего школьного возраста.
- Игры на сплочение коллектива.

- Игры на выявление творческих способностей.
- Проигрывание конкурсов с методикой приглашения в игру.
- Разучить и показать подвижные игры для обучающихся разного возраста.

4. Основы актерского мастерства – 30 часов.

Теория (10 ч.):

Понятие «актерское мастерство». Знакомство со сценическими действиями. Этюды. Ведущий, его имидж, образ, стиль.

Практика (20 ч.):

- Упражнения на расслабление и напряжение определенных групп мышц.
- Упражнения на развитие зрительного внимания («Шоу мода», «Передай позу», «Повтори позу», «Зеркало» и т.д.).
- Тренинги, направленные на достижение состояния раскрепощенности и артистичности, способствующие обретению уверенности и освобождению от внутренних, психологических зажимов (Игра-тренинг «марионетки», «Я – робот», упражнение «Зажим», упражнение «Спутники»).
- Проигрывание этюдов (этюда на проявление эмоций – «Норка полевых мышек», этюд на основе литературного произведения, этюд на определенное заданное событие «Кот и мыши»)

5. Сценическая речь – 30 часов.

Теория (10 ч.):

Импровизация. Принципы импровизации. Этюды на импровизацию. Взаимодействие на сцене. Бессловесные и словесные этюды. Скороговорки. Ваша речь. Владение голосом, выразительностью. Образ и средство его создания. Ораторские хитрости.

Практика (20ч.):

- Практическое овладение техникой речи.
- Разминка речевая, артикуляционная.
- Дыхательные упражнения.
- Работа над текстом.
- Мимические упражнения.
- Упражнения для развития чувства ритма.
- Скороговорки.
- Чистоговорки.

6. Сценарное мастерство – 102 часов.

Теория (44 ч.):

Что такое сценарий. Идея сценария. Структура. Этапы написания сценария. Инструкция написания сценария. Особенности написания разных типов сценария.

Практика (58 ч.):

Применение полученных ЗУНов на практике. Разработка детского массового мероприятия. Работа над сказочными персонажами. Работа над реквизитами. Музыкальное оформление мероприятия. Подборка и создание костюмов для героев. Разработка и проведение игровых программ для обучающихся школы и д\с. Создание индивидуальной игровой программы. Репетиции. Ее проведение. Анализ.

Участие в мероприятиях.

7. Итоговое занятие – 2 часа.

Практика (2 ч.):

«Лидер-стар» - игра на определение готовности обучающихся к самостоятельной творческой деятельности.

**Учебный план программы
2 год обучения**

№ п/п	Тема, раздел	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Вводное занятие.	1	1	2
2.	Технология игр и игровых программ.	4	16	20
3.	Методика проведения творческих конкурсов.	4	16	20
4.	Методика организации конкурсных программ.	4	16	20
5.	Методика организации интеллектуально-познавательных игр.	4	16	20
6.	Ситуационно-ролевая игра: разработка и проведение.	4	16	20
7.	Свободное время, его виды и назначение.	2	6	8
8.	Понятие «отдых», «досуг», «свободное время», их различия.	2	4	6
9.	Культура использования свободного времени. Мозговой штурм.	4	16	20
10.	Виды и формы современного досуга.	4	16	20
11.	Классификация видов досуговой деятельности.	2	6	8
12.	Классификация форм досуговой деятельности. Забытые формы досуговой деятельности.	4	6	10

13.	Составление творческого проекта.	6	6	12
14.	Разработка игровой программы	2	6	8
15.	Подготовка реквизита, музыкального оформления. Проведение игровой программы.	6	14	20
16.	Итоговое занятие.	1	1	2
ИТОГО:		54	162	216

Содержание учебного плана программы

2-й год обучения

1. Вводное занятие. 2 часа.

Теория (1 ч.):

Ознакомление с планом работы на год, с расписанием занятий. Техника безопасности.

Практика (1 ч.):

Проведение игр на сплочение коллектива.

2. Технология игр и игровых программ. 20 часов.

Теория (4 ч.):

Игра как основной компонент детского досуга. Игровые принципы в детских досуговых программах. Технология организации детских игровых программ.

Практика (16 ч.):

Проведение игр и игровых программ. Игровые формы - Конкурс, Аукцион, Игро-песня, лотерея.

3. Методика проведения творческих конкурсов. 20 часов.

Теория (4 ч.):

Алгоритм организации творческих конкурсов. Признаки Творческих конкурсов. Классическими примерами творческих конкурсов. Кому могут быть посвящены творческие конкурсы.

Практика (16 ч.):

Игра «2 корабля»

Аукцион талантов

Рыцарский турнир

4. Методика организации конкурсных программ. 20 часов.

Теория (4 ч.):

Дать понятие одной из форм организации детского развивающего досуга — конкурсным программам. Последовательность организации конкурсных программ. Значимость критериев оценки результатов. Решение организационно - содержательных вопросов.

Практика (16 ч.):

Конкурс «Мисс Весна», «Парень года», «Конкурс гениальных идей», «Конкурс агитбригад». Конкурс актерского мастерства. Конкурс на лучший репортаж (среди обучающихся объединения).

5. Методика организации интеллектуально-познавательных игр. 20 часов.

Теория (4 ч.):

Дать понятие интеллектуально-познавательным играм. Как разработать ее правила и игровой сюжет, как правильно подобрать для игры вопросы. Ключевые признаки интеллектуально-познавательной игры. Этапы организации.

Практика (16 ч.):

Вопросы-ответы. «Самый умный», «Эврика».

6. Ситуационно-ролевая игра: разработка и проведение. 20 часов.

Теория (4 ч.):

Понятие ситуационно – ролевой игры. Разновидности. Специально-организованное соревнование в решении коммуникативных задач между участниками, исполняющими главные роли в условиях вымышленной ситуации, регламентирующее правила игры. Воспитательные потенциалы игры. Ограничения ситуационно-ролевой игры.

Практика (16 ч.):

Разработка и проведение ситуационно-ролевой игры.

7. Свободное время, его виды и назначение. 8 часов

Теория (2 ч.):

Как правильно распоряжаться свободным временем. График, аккуратность, организованность.

Практика (6 ч.):

Подборка игр для организации свободного времени для обучающихся разного возраста.

8. Понятие «отдых», «досуг», «свободное время», их различия. 6 часов

Теория (2 ч.):

Дать определение понятий «отдых», «досуг», «свободное время», в чем их различия.

Практика (4 ч.):

Подготовка и проведение одного мероприятия.

9. Культура использования свободного времени. Мозговой штурм. 20 часов

Теория (4 ч.):

История метода "мозговой штурма". Основные принципы метода. Виды метода мозгового штурма. Процесс принятия решения методом мозгового штурма. Этапы проведения мозгового штурма. Достоинства и недостатки метода мозгового штурма.

Практика (16 ч.):

Разработка и проведение игры «Мозговой штурм».

10. Виды и формы современного досуга. 20 часов

Теория (4 ч.):

Виды досуговой деятельности. Секция, кружок, дискотека, прогулки, встречи и т.д. Образ ведущего. Ведущий - ключевая фигура досугового дела Образ ведущего. Этапы создания образа ведущего. Образ ведущего. Задачи ведущих различных досуговых дел.

Практика (16 ч.):

Подготовка и проведение одной из форм современного досуга.

11. Классификация видов досуговой деятельности. 8 часов

Теория (2 ч.):

Классификация видов досуговой деятельности.

Практика (6 ч.):

Работа с литературой.

12. Классификация форм досуговой деятельности. Забытые формы досуговой деятельности. 10 часов

Теория (4 ч.):

Праздник. Характерные признаки праздника. Праздник. Компоненты режиссёрского замысла. Праздник. Рекомендации при подготовке сценария. Концерт. Основные требования при составлении программы концерта.

Практика (6 ч.):

Подготовить и провести праздник в объединении.

13. Составление творческого проекта. 12 часов

Теория (6 ч.):

Познакомить обучающихся с последовательностью выполнения основных этапов творческого проекта – от замысла до реализации, с моделью разработки проектов. Требования к проекту. Оформление проекта.

Практика (6 ч.):

Подготовительная работа. Работа с литературой. Работа над проектом.

14. Разработка игровой программы. 8 часов

Теория (2 ч.):

Самоуправление в коллективе. Особенности лидерства. Лидер - организатор. Организаторская деятельность. Организаторская техника. Коммуникативные навыки и умения.

Практика (6 ч.):

Разработка игровой программы.

15. Подготовка реквизита, музыкального оформления. 20 часов

Теория (6 ч.):

Оформительские приемы. Важность музыкального оформления.

Практика (14 ч.):

Проведение игровой программы.

16. Итоговое занятие – 2 часа

Теория (1 ч.):

Подведение итогов обучения по программе, церемония награждения.

Практика (1ч.):

Игра-обобщение.

1.4 Планируемые результаты

Предметные результаты

- Освоение приемов и методов организации и планирования деятельности;
- Приобретение навыков социальной активности;
- Получение конкретных социальных и профильных знаний и умений, предусмотренных программой:

На первом году обучения:

будут знать:

- особенности организации и проведения игровых программ, праздников, тематических проектов;
- методику игровой деятельности;
- основы сценодвижения и постановки театральных сцен.

будут уметь:

- разрабатывать и организовывать игровые программы, праздники, тематические проекты;
- устанавливать контакт с аудиторией;
- владеть навыками проведения игр, конкурсов, викторин.

На втором году обучения:

будут знать:

- особенности сценарных композиций;
- методику творческой деятельности;
- методы и приемы проектирования игровых проектов.

будут уметь:

- самостоятельно составлять композиции игровых программ, игровые проекты;
- организовывать и проектировать КТД;
- создавать художественный образ на сцене;

- проводить программы в качестве ведущего.

Личностные:

- сформированность потребности в саморазвитии
- приобретение навыков самооценки собственной деятельности
- приобретение навыков сотрудничества, содержательного и бесконфликтного участия в совместной работе.

Метапредметные результаты

- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности;
- определение в выборе успешной стратегии в различных ситуациях;
- овладение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем;
- способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания.

II. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график программы

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Промежуточная аттестация	Количество учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	1 сентября	31 мая	20-25 мая	36	216	3 раза в неделю по 2 часа
1 год	1 сентября	31 мая	20-25 мая	36	216	3 раза в неделю по 2 часа

Календарно-тематический план программы- Приложение 1

2.2 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Занятия объединения проходят в здании МБУДО «ЦДОД» пгт. Нижний Одес.

Кабинет оборудован столами с комплектом стульев;

стол учительский с тумбой и стулья;

стол для компьютера;

шкафы для дидактических материалов, пособий;

специальная и научно-популярная литература для педагога и учащихся;

канцтовары: ватман, краски, гуашь, картон, цветная бумага, кнопки, скрепки, маркеры, карандаши и др.

Перечень оборудования

персональный компьютер;

ноутбук;

мультимедийный проектор;

оргтехника;

фотоаппарат;

видеокамера.

Информационное обеспечение

видеофильмы разной тематики по программе;

аудио и видео материал, сценарии, музыкальные композиции;

папки раздаточных материалов по различным темам программы;

набор мультимедийных презентационных разработок и пособий по различным темам программы;

Интернет-источники, необходимые для работы объединения.

Методическое обеспечение:

настольные игры

методические сборники;

сборники диагностических материалов;

периодическая печать.

2.3. Формы контроля/аттестации.

Входной контроль осуществляется при комплектовании группы в начале учебного года. Цель – определить исходный уровень знаний учащихся, определить формы и методы работы с учащимися. Форма контроля: опрос.

Текущий контроль осуществляется после изучения отдельных тем, раздела программы. В практической деятельности результативность оценивается качеством выполнения индивидуальных и совместных творческих проектов, степени самостоятельности в их реализации, выраженности конструктивности в общении. Анализируются положительные и отрицательные стороны работы, корректируются недостатки. Контроль знаний осуществляется с помощью заданий педагога (занятие-практикум, контрольное задание, защита проекта и др.); взаимоконтроля, самоконтроля и др.

Промежуточный контроль осуществляется в конце I полугодия учебного года. Форма контроля: тестирование.

Итоговый контроль осуществляется в конце учебного года. Форма контроля: анализ презентаций творческих проектов учащихся (защита разработанных мероприятий, творческих продуктов). Отслеживание личностного развития учащихся осуществляется методом наблюдения, анкетирования. Результативность освоения программы осуществляется посредством мониторинга результатов обучения. В рамках данного мониторинга отслеживаются показатели теоретической подготовки, практической подготовки в рамках образовательной программы, общеучебные умения и навыки учащегося.

2.4. Оценочные материалы

Форма контроля	Показатели контроля	Методы диагностики	Методики диагностики
Входной контроль	Мотивы деятельности. Коммуникативные, организаторские способности	тесты, опросники,	Методика изучения мотивов учащихся в деятельности Л.В. Байбородовой В.В. Синявский Методика «КОС: Коммуникативные и организаторские способности»
Текущий контроль	Освоение разделов программы	Анализ продуктов деятельности	Занятие-практикум, контрольное задание, защита проекта
Промежуточный контроль	Освоение разделов программы, социальная адаптация	Анализ продуктов деятельности, тестирование	Занятие-практикум, контрольное задание, защита проекта, методика изучения социализированности личности М.И. Рожков, методика самооценки лидерских качеств А.И. Тимонина и Л.И. Тимониной
Итоговый контроль	Теоретическая подготовка, практическая подготовка, общеучебные умения и навыки учащегося.	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос	Мониторинг результатов обучения ребенка по дополнительной образовательной программе. В.В. Синявский. Методика «КОС: Коммуникативные и организаторские способности»

Мониторинг результатов обучения ребенка по дополнительной образовательной программе

Показатели оценивания	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможно количество баллов	Методы диагностики
I. Теоретическая	Соответствие	- <i>минимальный уровень</i> (ребенок)	0-3	Наблюдение,

<p><u>ПОДГОТОВКА ребенка:</u></p> <p>1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы)</p> <p>1.2. Владение специальной терминологией по тематике программы</p>	<p>теоретических знаний ребенка программным требованиям</p> <p>Осмысленность и правильность использования специальной терминологии</p>	<p>овладел менее чем 1/2 объема знаний, предусмотренных программой);</p> <p>- <i>средний уровень</i> (объем усвоенных знаний составляет более 1/2);</p> <p>- <i>максимальный уровень</i> (ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период);</p> <p>- <i>минимальный уровень</i> (ребенок, как правило, избегает употреблять специальные термины);</p> <p>- <i>средний уровень</i> (ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой);</p> <p>- <i>максимальный уровень</i> (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием).</p>	<p>4-7</p> <p>8-10</p> <p>0-3</p> <p>4-7</p> <p>8-10</p>	<p>тестирование, контрольный опрос и др.</p> <p>Собеседование</p>
<p><u>II. Практическая подготовка ребенка:</u></p> <p>2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана программы)</p> <p>2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением</p> <p>2.3. Творческие навыки (творческое отношение к делу и умение воплотить его в готовом продукте)</p>	<p>Соответствие практических умений и навыков программным требованиям</p> <p>Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения</p> <p>Креативность в выполнении заданий</p>	<p>- <i>минимальный уровень</i> (ребенок овладел менее чем 1/2 предусмотренных умений и навыков);</p> <p>- <i>средний уровень</i> (объем усвоенных умений и навыков составляет более 1/2);</p> <p>- <i>максимальный уровень</i> (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период);</p> <p>- <i>минимальный уровень</i> умений (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием);</p> <p>- <i>средний уровень</i> (работает с оборудованием с помощью педагога);</p> <p>- <i>максимальный уровень</i> (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей);</p> <p>- <i>начальный (элементарный) уровень</i> развития креативности (ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога);</p> <p>- <i>репродуктивный уровень</i> (выполняет в основном задания на основе образца);</p> <p>- <i>творческий уровень</i> (выполняет практические задания с элементами творчества).</p>	<p>0-3</p> <p>4-7</p> <p>8-10</p> <p>0-3</p> <p>4-7</p> <p>8-10</p> <p>0-3</p> <p>4-7</p> <p>8-10</p>	<p>Контрольное задание</p> <p>Контрольное задание</p> <p>Контрольное задание</p>
<p><u>III. Общеучебные умения и навыки ребенка:</u></p> <p>3.1. Учебно-</p>				

интеллектуальные умения: 3.1.1. Умение подбирать и анализировать специальную литературу 3.1.2. Умение пользоваться компьютерными источниками информации 3.1.3. Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (писать рефераты, проводить самостоятельные учебные исследования) 3.2. Учебно-коммуникативные умения: 3.2.1. Умение слушать и слышать педагога 3.2.2. Умение выступать перед аудиторией 3.2.3. Умение вести полемику, участвовать в дискуссии 3.3. Учебно-организационные умения и навыки: 3.3.1. Умение организовать свое	Самостоятельность в подборе и анализе литературе	- <i>минимальный уровень умений</i> (обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога); - <i>средний уровень</i> (работает с литературой с помощью педагога или родителей); - <i>максимальный уровень</i> (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	0-3 4-7 8-10	Анализ Исследовательские работы	
	Самостоятельность в пользовании компьютерными источниками информации	- <i>минимальный уровень умений</i> (обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с компьютером, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога); - <i>средний уровень</i> (работает с компьютером с помощью педагога или родителей); - <i>максимальный уровень</i> (работает с компьютером самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	0-3 4-7 8-10		
	Самостоятельность в учебно-исследовательской работе	Уровни, баллы – по аналогии с п. 3.1.1.			
		Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Уровни, баллы – по аналогии с п. 3.1.1.		Наблюдение
		Свобода владения и подачи обучающимся подготовленной информации	Уровни, баллы – по аналогии с п. 3.1.1.		
		Самостоятельность в построении дискуссионного выступления, логика в построении доказательств	Уровни, баллы – по аналогии с п. 3.1.1.		
		Способность самостоятельно готовить свое рабочее место к деятельности и убирать его за	Уровни, баллы – по аналогии с п. 3.1.1.		

рабочее (учебное) место	собой	- <i>минимальный уровень</i> (ребенок овладел менее чем ½ объема навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных программой);	0-3	
3.3.2. Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям	- <i>средний уровень</i> (объем усвоенный навыков составляет более ½); - <i>максимальный уровень</i> (ребенок освоил практически весь объем навыков, предусмотренных программой за конкретный период).	4-7	
3.3.3. Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	удовлетворительно – хорошо – отлично	8-10	

2.5.Методические материалы

Занятия по программе проводятся в вечернее время в соответствии с расписанием с использованием индивидуально-групповой и групповой форм организации образовательного процесса.

Программа состоит из следующих разделов:

1. *Сценическая речь:* Дикция, дыхание, голос, логико-интонационные закономерности – это те стороны речевого мастерства, которыми в первую очередь занимается раздел «Сценическая речь».

Речь обучающихся выступающих в качестве ведущих программ, праздников, а также исполнителей ролей должна быть четкой, выразительной, понятной зрителю.

2. *Основы актерского мастерства.*

Данный раздел формирует актерские способности обучающихся и создает предпосылки к тому, чтобы в сценической практике совершенствовались индивидуальные, личностные качества. Работая на сценической площадке, обучающиеся учатся не только основам актерского мастерства, но и обретают такие качества личности, которые помогают им в работе над театрализованными программами и в жизни: уверенность в своих силах, концентрация, умение свободно держаться на публике, думать и действовать в условиях экстремальной ситуации, самостоятельность мышления, творческое воображение, взаимодействие с партнером.

Ребенок выступает от лица выбранного им персонажа. Мостиком к этому этапу являются: ролевые игры, импровизационные показы, когда при помощи педагога рождаются и закрепляются сюжетные сценки, записывается текст и порядок действий.

Репетиции, совместная работа над сценарием, перевоплощение позволяет ребенку реализовать свои творческие способности, которые, возможно не всегда проявляются в учебной деятельности общеобразовательных школ.

3. Методика игровой деятельности.

Игра выполняет целый ряд функций, что позволяет говорить о ее разнообразии и полезности: игра-труд, досуг, праздник и т.д.

В разделе «Методика игровой деятельности» обучающимся даются теоретические и практические знания по играм и игровым формам. Имея базовый уровень знаний, обучающиеся совершенствуют полученные знания.

4. Тренинговые занятия для развития социальных навыков.

Этот раздел содержит ряд обучающих занятий, где созданы практически все благоприятные условия для социализации ребенка. Обучающиеся активно включаются в ролевые игры, тренинги, анкетирование, которые помогают ребенку сформировать четкую позицию в вопросе лидерства.

5. Массовый танец.

Неумение двигаться у ребенка вызывает множество комплексов. Занятия позволяют научить ребенка свободно, красиво и органично выражать себя в танце. В процессе обучения ребенок познает простейшие элементы танца различных жанров, направлений, созданию простейших танцевальных композиций, а также самостоятельно ориентироваться в мире танцевальной эстетики.

6. Сценарное мастерство.

Раздел включает в себя поэтапное написание сценария, объясняя его особенности: как строится работа над сценарием одного типа, где присутствует группа придуманных персонажей и другого типа, где вместо персонажей присутствуют ведущие, исполнители концертных номеров и реальные герои, а сюжетные связи уступают место монтажным. При написании сценария обучающиеся работают в группах, что способствует сближению обучающихся, умению слушать, обсуждать и более качественно выполнять работу над сценарием.

Методы обучения: словесный, наглядный практический, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, игровой, дискуссионный и проектный.

Программой предусмотрены следующие основные **методы:** беседа, мозговой штурм, работа в тройках, работа в шестерках, обсуждения.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

В работе по программе принципиально важным является ролевое существование обучающихся на занятиях: он может быть организатором детских массовых мероприятий, актёром, режиссёром, сценаристом и зрителем. В план занятия включаются упражнения (приложения 1-3) по разным разделам программы. На каждом занятии идёт повторение пройденного материала и освоение нового материала, практическое использование полученных знаний, умений и навыков.

Выбор методов обучения зависит от целей и задач, решаемых при изучении той или иной темы, и основывается на психофизиологических особенностях обучающихся с применением основных методик, на которых базируются разделы программы.

Полученные знания обучающиеся могут применять в сфере собственной интеллектуально-художественной деятельности.

Основные методы и формы работы по программе подчиняются теоретическому и практическому подходу.

2.6 Воспитательная работа

Цель: воспитание развитой и социально ответственной личности, создание условий и возможностей для самореализации и развития талантов для каждого ребенка через реализацию воспитательного потенциала дополнительной образовательной общеобразовательной программы

Задачи:

- поддерживать использование интерактивных форм занятий с обучающимися на занятиях;
- развивать эстетическое, нравственное, патриотическое, этнокультурное воспитание детей путем приобщения к искусству, народному творчеству, художественным ремеслам и промыслам
- организовать работу с семьями обучающихся, их родителями или законными представителями, направленную на совместное решение проблем личностного развития обучающихся.

№	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения
1	«Безопасность на дороге»	Сентябрь	Просмотр презентации «Безопасность на дороге», беседа.
2	«Праздник урожая»	Сентябрь	Коллективная работа панно «Дары осени». Беседа о труде работников сельского хозяйства.
3	«День бабушек и дедушек»	Октябрь	Изготовление подарков – сувениров для бабушек.
4	«День народного единства»	Ноябрь	Беседа об истории праздника
5	«Народные промыслы Коми»	Ноябрь	Просмотр презентации «Узоры и их значение в рукоделии.
5	« Мы встречаем Новый год!»	Декабрь	Изготовление сувениров.
6	«Марафон идей»	Январь	Просмотр презентации «Рукотворные чудеса» ко Дню творчества и вдохновения, конкурс поделок на уровне объединения.
7	«Есть такая профессия...»	Февраль	Беседа «Защитники Отечества – почетное звание»
8	«День кошки»	Март	Выставка вязаных кошек.
9	«Женский день 8 марта»	Март	Беседа о наших мамах. Изготовление подарков – сувениров.
10	«День космонавтики»	Апрель	Просмотр презентации, участие в интерактивной игре "Космическая азбука"

11	«Великая война – Великая победа»	Май	Виртуальная экскурсия «Подвиг Народа» Участие в акции «Окна Победы»
----	----------------------------------	-----	--

2.7. Основная литература:

1. Воронова Е.А. «Сценарии праздников, КВНов, викторин. Звонок первый – звонок последний. Ростов-на-Дону, «Феникс», 2004 г.-220 с.
2. Воспитательный процесс: изучение эффективности. Методические рекомендации / Под ред. Е.Н. Степанова. – М.: ТЦ «Сфера», 2001. – 128с.
2. Давыдова М., Агапова И. Праздник в школе. Третье издание, Москва «Айрис Пресс», 2004 г.- 333 с.
3. Суртаев В.Я. Игра как социокультурный феномен. - Санкт-Петербург, 2003.
- 4.«Школьные вечера и мероприятия» (сборник сценариев)- Волгоград. Учитель, 2004г
- Щуркова Н.Е. Классное руководство: Формирование жизненного опыта у учащихся. - М.: Педагогическое общество России, 2002. -160с.

Литература для обучающихся

1. Афанасьев С., Каморин С. 300 творческих конкурсов. - М., 2001.
2. Чудакова Н.В. Праздник для детей и взрослых. В 2х книгах. - М., 1997.
3. Энциклопедия игр и развлечений. - М., 1999.

Календарно-тематическое планирование 1 года обучения

Планируемая дата	Фактическая дата	№ п/п	Тема, раздел	Количество часов		
				теория	практика	всего
		1.	Вводное занятие.	2	-	2
		2.	Организаторская деятельность.	10	20	30
			Понятия организаторской деятельности.	2		2
			Кто такие организаторы.	2		2
			Законы организаторской деятельности.	2		2
			Сценическая культура организатора.	4		4
			Диагностика знаний и умений в сфере досуга: Анкета «Умеем ли мы общаться»		4	4
			Диагностика знаний и умений в сфере досуга: Анкета «Самооценка»		4	4
			Методика «Коммуникативных и организаторских способностей».		4	4
			Игры на знакомство.		8	8
		3.	Методика игровой деятельности.	10	10	20
			Что такое игра?	1		1
			Виды игр	2		2
			Методика организации игр	2		2
			Учет возрастных особенностей в выборе игр	1		1
			Место и роль организатора в проведении подвижной игры.	1		1
			Работа с реквизитом.	1		1
			Приемы и способы привлечения игроков для участия в игре.	1		1
			Методика объяснения игр.	1		

			Подборка игр для обучающихся младшего школьного возраста.		2	2
			Игры на сплочение коллектива.		2	2
			Игры на выявление творческих способностей.		2	2
			Проигрывание конкурсов с методикой приглашения в игру.		2	2
			Разучить и показать подвижные игры для обучающихся разного возраста.		2	2
		4.	Основы актерского мастерства.	10	20	30
			Понятие «актерское мастерство».	2		2
			Знакомство со сценическими действиями.	2		2
			Этюды.	4		4
			Ведущий, его имидж, образ, стиль.	2		2
			Упражнения на расслабление и напряжение определенных групп мышц.		2	2
			Упражнения на развитие зрительного внимания («Шоу мода», «Передай позу», «Повтори позу», «Зеркало» и т.д.).		6	6
			Тренинги, направленные на достижение состояния раскрепощённости и артистичности, способствующие обретению уверенности и освобождению от внутренних, психологических зажимов (Игра-тренинг «марионетки», «Я –		6	6

			робот», упражнение «Зажим», упражнение «Спутники»).			
			Проигрывание этюдов (этюд на проявление эмоций – «Норка полевых мышек»), этюд на основе литературного произведения, этюд на определенное заданное событие «Кот и мыши»)		6	6
		5.	Сценическая речь.	10	20	30
			Импровизация.	1		1
			Принципы импровизации	1		1
			Этюды на импровизацию.	1		1
			Взаимодействие на сцене.	1		1
			Бессловесные и словесные этюды.	1		1
			Скороговорки.	1		1
			Ваша речь.	1		1
			Владение голосом, выразительностью.	1		1
			Образ и средство его создания.	1		1
			Ораторские хитрости.	1		1
			Практическое овладение техникой речи.		2	2
			Разминка речевая, артикуляционная.		2	2
			Дыхательные упражнения		2	2
			Работа над текстом.		4	4
			Мимические упражнения.		2	2
			Упражнения для развития чувства ритма.		2	2
			Скороговорки.		2	2
			Чистоговорки.		2	2
		6.	Сценарное мастерство.	44	58	102
			Что такое сценарий.	8		8
			Идея сценария. Структура.	10		10
			Этапы написания сценария.	10		10
			Инструкция написания сценария.	8		8
			Особенности написания разных типов сценария.	8		8
			Применение полученных ЗУНов на практике.		2	2
			Разработка детского массового мероприятия.		10	10
			Работа над сказочными персонажами.		10	10
			Работа над реквизитами.		6	6

			Музыкальное оформление мероприятия.		4	4
			Подборка и создание костюмов для героев.		4	4
			Разработка и проведение игровых программ для обучающихся школы и д\с.		8	8
			Создание индивидуальной игровой программы. Репетиции. Ее проведение. Анализ.		8	8
			Участие в мероприятиях.		6	6
		7.	Итоговое занятие.	-	2	2
			ИТОГО:	86	130	216

Календарно-тематическое планирование 2 год обучения

Планируемая дата	Фактическая дата	№ п/п	Тема, раздел	Количество часов		
				теория	практика	всего
		1.	Вводное занятие.	1	1	2
		2.	Технология игр и игровых программ.	4	16	20
			Игра как основной компонент детского досуга.	1		1
			Игровые принципы в детских досуговых программах.	1		1
			Технология организации детских игровых программ.	2		2
			Проведение игр и игровых программ.		8	8
			Игровые формы - Конкурс, Аукцион, Игро-песня, лотерея.		8	8
		3.	Методика проведения творческих конкурсов.	4	16	20
			Алгоритм организации творческих конкурсов.	1		1
			Признаки Творческих конкурсов.	1		1
			Классическими примерами творческих конкурсов.	1		1
			Кому могут быть посвящены творческие конкурсы.	1		

			Игра «2 корабля»		4	4
			Аукцион талантов		6	6
			Рыцарский турнир		6	6
		4.	Методика организации конкурсных программ.	4	16	20
			Понятие одной из форм организации детского развивающего досуга — конкурсными программам.	1		1
			Последовательность организации конкурсных программ.	1		1
			Значимость критериев оценки результатов.	1		1
			Решение организационно - содержательных вопросов.	1		1
			Конкурс «Мисс Весна» «Парень года», «Конкурс гениальных идей», «Конкурс агитбригад». Конкурс актерского мастерства. Конкурс на лучший репортаж (среди обучающихся объединения).	16		16
		5.	Методика организации интеллектуально-познавательных игр.	4	16	20
			Понятие интеллектуально-познавательных игр.	1		1
			Как разработать ее правила и игровой сюжет, как правильно подобрать для игры вопросы.	1		1
			Ключевые признаки интеллектуально-познавательной игры.	1		1
			Этапы организации.	1		1
			Вопросы-ответы. «Самый умный», «Эврика».	16		16
		6.	Ситуационно-ролевая игра: разработка и проведение.	4	16	20
			Понятие ситуационно – ролевой	1		1

			игры. Разновидности.			
			Специально-организованное соревнование в решении коммуникативных задач между участниками, исполняющими главные роли в условиях вымышленной ситуации, регламентирующее правила игры.	1		1
			Воспитательные потенциалы игры.	1		1
			Ограничения ситуационно-ролевой игры.	1		1
			Разработка и проведение ситуационно-ролевой игры	16		1
		7.	Свободное время, его виды и назначение.	2	6	8
			Как правильно распоряжаться свободным временем.	1		1
			График, аккуратность, организованность.	1		1
			Подборка игр для организации свободного времени для обучающихся разного возраста.	16		16
		8.	Понятие «отдых», «досуг», «свободное время», их различия.	2	4	6
			Дать определение понятий «отдых», «досуг», «свободное время», в чем их различия.	2		2
			Подготовка и проведение одного мероприятия.	4		4
		9.	Культура использования свободного времени. Мозговой штурм.	4	16	20
			История метода "мозговой штурма". Основные принципы метода. Виды метода мозгового штурма.	2		2
			Процесс принятия решения методом мозгового штурма. Этапы проведения мозгового штурма.	2		2

			Достоинства и недостатки метода мозгового штурма.			
			Разработка и проведение игры «Мозговой штурм».	16		16
		10.	Виды и формы современного досуга.	4	16	20
			Виды досуговой деятельности. Секция, кружок, дискотека, прогулки, встречи и т.д	2		2
			Образ ведущего. Ведущий - ключевая фигура досугового дела Образ ведущего. Этапы создания образа ведущего. Образ ведущего. Задачи ведущих различных досуговых дел.	2		2
			Подготовка и проведение одной из форм современного досуга	16		16
		11.	Классификация видов досуговой деятельности.	2	6	8
			Классификация видов досуговой деятельности.	2		2
			Работа с литературой.		6	6
		12.	Классификация форм досуговой деятельности. Забытые формы досуговой деятельности.	4	6	10
			Праздник. Характерные признаки праздника. Праздник. Компоненты режиссёрского замысла. Праздник. Рекомендации при подготовке сценария.	2		2
			Концерт. Основные требования при составлении программы концерта.	2		2
			Подготовить и провести праздник в объединении		6	6
		13.	Составление творческого проекта.	6	6	12
		14.	Разработка игровой программы	2	6	8

Направляя голос в грудной резонатор, воспитанник следит за тем, чтобы звук из грудного резонатора направлялся точно в стену, слушая при этом собственное эхо. Таким же образом выстраивается диалог с полом через брюшной резонатор и с по-толком через голову.

Упражнение 5. "Пятачок, улыбочка"

Упражнение на развитие губных мышц из артикуляционной гимнастики.

При положении "пяточок" зубы сомкнуты, губы вытянуты вперед и собраны в плотный пяточок. При положении "улыбочка" зубы сомкнуты, а губы растянуты в улыбку Буратино, но так, чтобы зубы не были обнажены. По команде педагога воспитанники меняют положение "пяточок" на положение "улыбочка" в темпе, заданном педагогом.

Упражнение 6. "Кидаем мячи"

Упражнение на развитие дикции. Произносятся различные звукосочетания, например, "пткки-птккк-пткка-пткко-пткку-птккы", "тпкки-тпккк-тпкка-тпкко-тпкку-тпккы", воспитанник кидает воображаемые мячи в стену, подключая к действию все тело.

Упражнение 7. Словесное действие

Упражнение на работу с литературным текстом.

Используя текст знакомого стихотворения, воспитанник должен совершить заданное действие, например, убаюкать непослушных детей или отругать их.

Упражнение 8. "Точка зрения"

Упражнение на логику текста.

Воспитанник должен прочитать знакомую басню от лица одного или другого ее персонажа, выстраивая интонирование в соответствии с логикой отношения данного персонажа к описываемым событиям. Задание может быть выполнено в форме группового этюда.

Упражнение 9. "Чужие руки"

Упражнение для освобождения верхней части грудной клетки от мышечных зажимов по методике Э. Чарелли.

Руки согнуты в локтях и прижаты к бокам. При вдохе плечи чуть напряжены, но не подняты. Должно быть достигнуто мышечное ощущение: хочу оторвать руки, но не могу.

Упражнение 10. "Сонная голова"

Упражнение для снятия зажимов мышц затылка и шеи

Круговое движение головы то вправо, то влево. Если шея высокая, нужно следить, чтобы голова не очень запрокидывалась назад и не соприкасалась со спиной, так как при этом дыхание прерывается. При выполнении упражнения необходимо создать мышечное ощущение "толстой шеи".

Упражнение 11. "Путешествие по резонаторам"

Упражнение, развивающее умение направлять звук в основные резонаторы по методике К. Линклейтер.

Изучая вибрации, резонирующие в груди, во рту и на передних зубах, нужно запрокинуть голову назад и произнести: "хааа-хааа-хааа". Затем, подняв голову, нужно снова произнести "хаа-хаа-хаа". Затем, уронив голову вперед, нужно произнести "хии-хии-хии". Затем повторить весь процесс в обратном порядке: опуститься к зубному резонатору, затем подняться к ротовому и, запрокинув голову назад, "уронить" звук в область грудной клетки. Повторить упражнение, окрашивая звук в разные оттенки или воображая ситуации, требующие определенного звучания определенных резонаторов. Выполнять упражнение приблизительно в течение трех минут.

Упражнение 12. "Кислородная подушка"

Упражнение на развитие опоры дыхания и звучания по методике Э. Чарелли.

Мышечное напряжение должно ощущаться как можно дальше от гортани. Опущенная при выдохе диафрагма подкрепляется подтянутыми нижнебрюшными мышцами, создавая крепкую опору и ощущение вдоха при выдохе. Постепенный выдох регулирует подсвязочное давление. Равномерная по интенсивности струя воздуха способствует ровному звучанию. Внимание направлено на работу мышц грудной клетки (ребра расширены), свободу гортани и нижней челюсти. Нельзя допускать опадания грудной клетки сразу же после вдоха. Межреберными мышцами нужно удерживать расширенную грудную клетку, тогда она естественно и в меру будет опадать на звучащем выдохе.

Упражнение 13. "Лифт"

Упражнение на создание звукового образа.

Стоять свободно, ощущая, как скелет поддерживает тело. Закрывать глаза и направить свое внимание внутрь, представляя свое тело домом, а свой голос движущимся лифтом, механизм которого находится в подвале, с помощью длинного "хэ-э-эй", нужно начать движение из подвального помещения (то есть из области диафрагмы) к чердаку — в верхнюю часть черепа, навещая по дороге все верхние регистры — то есть этажи-резонаторы. При этом нужно учитывать, что когда "лифт" работает, "дом" не движется. Рот может быть приоткрыт, но остальные части тела должны быть совершенно неподвижны. Как только "лифт" прибывает на "чердак", можно позволить дыханию переместиться и вновь совершить движение вниз, не проскакивая ни один этаж и двигаясь с той же скоростью. Нужно повторить упражнение несколько раз и помнить, что энергия, приводящая в движение "лифт", исходит из "подвального помещения" вне зависимости от того, откуда "лифт" начинает свое движение.

Упражнение 14. "Джунгли"

Упражнение на создание звукового образа.

Каждый воспитанник выбирает себе объект, связанный с общей темой. Это может быть тема: "джунгли", "море", "зоопарк" и т. д. Если мы выбираем тему "джунгли", то объектами будут соответственно звуки, издаваемые животными, птицами, пресмыкающимися, насекомыми, деревьями и травами и разными природными стихиями. Выбрав объект, воспитанник создает его звуковой образ с помощью голоса через звукоподражание. И вся группа в целом реализует звуковой образ заданной темы.

Приложение №3

Ключевые упражнения к разделу «Актёрское мастерство».

№1 Упражнения на память физических действий и ощущений - основа тренинга психофизического аппарата актера. Это разрушение старых автоматизмов и создание новых. Упражнения действенны и событийны.

№2 Упражнения-импровизации рождаются от заданного жеста, позы, слова, атмосферы, темпа - ритма. В них тренируются все элементы психотехники актера, вырабатывается импровизационное самочувствие.

№3 Упражнения-наблюдения включают в себя наблюдения за трудовыми навыками, логикой физических действий, физическим самочувствием людей.

№4 Этюды-импровизации по аналогии с упражнениями-импровизациями, но усложненные и доведенные до уровня развернутого этюда. Текст возникает только как необходимое средство воздействия на партнера.

Приложение №3

Ключевые упражнения к разделу «Сценическое движение».

№1 Упражнение физкультминутка для снятия утомления с туловища и ног. Физические упражнения для мышц ног, живота и спины усиливают венозное кровообращение в этих частях тела и способствуют предотвращению застойных явлений крово- и лимфообращения, отечности в нижних конечностях

№2 Упражнение физкультминутка для снятия утомления с туловища и ног.

1. И. п. - о.с. 1 - шаг влево, руки к плечам, прогнуться. 2 - и. п. 3-4 - то же в другую сторону.

Повторить 6-8 раз. Темп медленный.

2. И. п. - стойка ноги врозь. 1 - упор присев. 2 - и. п. 3 - наклон вперед, руки впереди. 4 и. п.

Повторить 6-8 раз. Темп средний.

3. И. п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1-3 - круговые движения тазом в одну сторону. 4-6 - то же в другую сторону. 7-8 - руки вниз и расслабленно потрясти кистями. Повторить 1-6 раз.

Темп средний.

№3 Упражнение физкультминутка для снятия утомления с плечевого пояса и рук.

Динамические упражнения с чередованием напряжения и расслабления отдельных мышечных групп плечевого пояса и рук, улучшают кровоснабжение, снимают напряжение.

№4 Упражнение физкультминутка для снятия утомления с плечевого пояса и рук.

1. И.п. - о.с. 1 - поднять плечи. 2 - опустить плечи. Повторить 6-8 раз, затем пауза 2-3 с, расслабить мышцы плечевого пояса. Темп медленный.

2. И. п. - руки согнуты перед грудью. 1-2 - два пружинящих рывка назад согнутыми руками. 3-4 - то же прямыми руками. Повторить 4-6 раз. Темп средний.

3. И. п. - стойка ноги врозь. 1-4 - четыре последовательных круга руками назад. 5-8 - то же вперед. Руки не напрягать, туловище не поворачивать. Повторить 4-6 раз. Закончить расслаблением. Темп средний.

№5 Упражнение физкультминутка для улучшения мозгового кровообращения.

Наклоны и повороты головы оказывают механическое воздействие на стенки шейных кровеносных сосудов, повышают их эластичность; раздражение вестибулярного аппарата вызывают расширение кровеносных сосудов головного мозга. Дыхательные упражнения, особенно дыхание через нос, изменяют кровенаполнение сосудов головного мозга. Все это усиливает мозговое кровообращение, повышает его интенсивность и облегчает умственную деятельность.

№6 Упражнение физкультминутка для улучшения мозгового кровообращения.

1. И. п. - о.с. 1 - руки за голову, локти развести пошире, голову наклонить назад . 2 - локти вперед. 3-4 - руки расслабленно вниз, голову наклонить вперед. Повторить 4-6 раз. Темп медленный.

2. И. п. - стойка ноги врозь, кисти в кулаках. 1 - мах левой рукой назад, правой вверх - назад. 2 - встречными махами переменить положение рук. Махи заканчивать рывками руками назад. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

3. И. п. - сидя на стуле. 1-2 отвести голову назад и плавно наклонить назад. 3-4 - голову наклонить вперед, плечи не поднимать. Повторить 4-6 раз. Темп медленный.

№7 Упражнение комплексы упражнений физкультурных минуток.

Физкультминутка способствует снятию локального утомления. По содержанию ФМ различны и предназначаются для конкретного воздействия на ту или иную группу мышц или систему организма в зависимости от самочувствия и ощущения усталости.

№8 Упражнение физкультминутка общего воздействия.

1. И. п. - основная стойка. 1-2 - встать на носки, руки вверх наружу, потянуться вверх за руками. 3-4 - дугами в стороны руки вниз и расслабленно скрестить перед грудью, голову наклонить вперед. Повторить 6-8 раз. Темп быстрый.

2. И. п. - стойка ноги врозь, руки вперед. 1 - поворот туловища направо, мах левой рукой вправо, правой назад за спину. 2 и. п. 3 - 4 - то же в другую сторону. Упражнения выполняются размашисто, динамично. Повторить 6-8 раз. Темп быстрый.

3. И. п. - о. с. 1 - согнуть правую ногу вперед и, обхватив голень руками, притянуть ногу к животу. 2 - приставить ногу, руки вверх наружу. 3-4 - то же другой ногой. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

Приложение №4

Анкета «Оценки духовно-нравственного развития»

заполняет респондент Ваш пол:	М	Ж	Ваш возраст: _____лет		
<i>При ответах на вопросы с 1 по 20 используйте следующие варианты оценок: 1-очень низкая, 2-низкая, 3-средняя, 4-высокая, 5-очень высокая</i>					
Оцените значимость для Вас следующих человеческих качеств и чувств:					
1. Доброты...	1	2	3	4	5
2. Милосердия	1	2	3	4	5
3. Любви к людям:.....	1	2	3	4	5
4. Бескорыстия	1	2	3	4	5
5. Оптимизма:	1	2	3	4	5
6. Любви к жизни	1	2	3	4	5
7. Достоинства	1	2	3	4	5
8. Чести:.....	1	2	3	4	5

9. Ответственности:	1	2	3	4	5
10. Долга:.....	1	2	3	4	5
11. Верности:....	1	2	3	4	5
12. Справедливости:.....	1	2	3	4	5
13.. Честности:..	1	2	3	4	5
14. Правдолюбия	1	2	3	4	5
15. Нравственной чистоты:....	1	2	3	4	5
16. Миролюбия:	1	2	3	4	5
17. Патриотизма	1	2	3	4	5
18. Альтруизма	1	2	3	4	5
19. Совести	1	2	3	4	5
20. Сознательности:.....	1	2	3	4	5

При работе с анкетой респондент отвечает на вопросы, выбирая один из приведенных вариантов ответа.

Оценка нравственного развития личности проводилась по Показателю Нравственного Развития (ПНР), который представляет собой среднее арифметическое оценок значимости для индивида 20 основных нравственных ценностей, выраженное в процентах .

$$\text{ПНР} = \frac{\sum_{i=1}^{20} P_i}{20}$$

где ПНР – значение показателя нравственного развития, выраженное в %;

Σ - знак суммы;

P_i - значение i -го признака;

i – номер признака.

В рамках данного метода оценки ПНР изменяется в диапазоне от 20% до 100%. Для оценки уровней ПНР предлагается использовать следующую шкалу: 20-40% - низкий, 41-60% – средний, 61-80% – высокий, 81-100% – очень высокий уровень ПНР.