

Методические рекомендации по организации занятости обучающихся в летний период с применением дистанционных образовательных технологий

В настоящее время разработано 11 кейс-решений по 5 направленностям дополнительного образования: естественнонаучной, физкультурно-спортивной, художественной, туристско-краеведческой, социально-педагогической.

Предлагаемые программы могут быть взяты за основу при проведении профильных смен (лагерей), составлении (корректировке) дополнительной общеразвивающей программы онлайн-лагеря в летний период. Кроме того, возможно доработать данные программы с учетом опыта работы образовательных организаций в той и иной направленности.

Программа имеет структуру, которая включает следующие компоненты:

- титульный лист;
- пояснительная записка;
- учебный план;
- тематическое содержание;
- список рекомендуемых интернет ресурсов, литературы для педагогов и обучающихся.

Пояснительная записка включает в себя общую характеристику программы, цели, задачи, актуальность, адресата с указанием возраста детей, объем программы, формы обучения, виды и методы контроля, планируемые результаты.

Учебно-тематический план раскрывает технологию программы, содержит перечень разделов и тем программы, количество теоретических, практических мероприятий, предложены электронные ресурсы для использования. Оформлено в форме таблицы.

Содержание программы раскрывает разделы и темы, заявленные в учебно-тематическом плане с указанием методики и технологии реализации

заявленного содержания. В этом разделе отражено в форме тезисов раскрыть содержание каждой темы.

Список рекомендуемых интернет-ресурсов и литературы составлен для разных участников образовательного и воспитательного процесса – педагогов, обучающихся.

Организациями дополнительного образования в муниципальных образованиях Воронежской области активно ведется работа по обеспечению занятости детей и организации их свободного времени в дистанционном формате. В методические рекомендации включен опыт работы организаций дополнительного образования Новохоперского, Семилукского муниципальных районов, Борисоглебского городского округа.

Перечень кейс-решений для проведения профильных смен (лагерей) по направленностям дополнительного образования с использованием дистанционного формата реализации

№ п\п	Наименование
программы естественнонаучной направленности	
1.	модельная программа дистанционного естественнонаучного лагеря
2.	программа «Лесная академия»
3.	программа «Исследователь»
4.	программа «Агрошкола»
программа физкультурно-спортивной направленности	
5.	программа «Основы формирования здорового образа жизни»
программа художественной направленности	
6.	программа «Калейдоскоп»
программы туристско-краеведческой направленности	
7.	программа «Юный краевед»
8.	программа «Интерактивный турист»
программы социально-педагогической направленности	
9.	программа «Soft skills для подростков»
10.	программа «Безопасность дорожного движения»
11.	программа «Юный воин»

Перечень методических разработок муниципальных организаций дополнительного образования с использованием дистанционного формата реализации

№ п\п	Наименование
1	«Воспитательная работа в условиях дистанционного обучения – это сложно? Это просто!» (экспресс-анализ воспитательной деятельности в дистанционном формате Бюджетного учреждения дополнительного образования Борисоглебский центр внешкольной работы Борисоглебского городского округа)
2	Программа онлайн челленджа муниципального казенного учреждения дополнительного образования Новохоперского муниципального района Воронежской области «Центр дополнительного образования детей» «Тайна волшебного мира»
3	Краткосрочная воспитательная программа муниципального казенного учреждения дополнительного образования Семилукский районный Дворец творчества «Виртуальный марафон «У СемиЛук»

Список сервисов, которые помогут организовать реализацию мероприятий по направленностям дополнительного образования

Художественная направленность	
https://universarium.org/	Курсы от ведущих вузов, есть предметы как для студентов, так и школьные курсы
https://orioncentr.ru	на сайте ГАУ ДО ВО «Региональный центр «Орион» в разделе «Лекториум» представлены видеозаписи тематических мастер-классов
https://urait.ru/	Библиотека образовательной литературы.
https://arzamas.academy/courses	Лекции по истории, литературе, философии и другим гуманитарным наукам.
http://academy.hermitagemuseum.org/	Информационный ресурс про искусство.
https://pushkinmuseum.art/education/virtual_academy/	Проект Пушкинского музея, посвященный мировой культуре.
https://loftblog.ru/lessons/	Курсы и уроки по IT и дизайну.
https://bangbangeducation.ru	Онлайн-школа дизайна
http://www.bards.ru/	Ресурс по авторской песни и бардовской музыке.
http://tvkultura.ru/brand/show/brand_id/20898	Телевизионный проект, поддерживаемый каналом Культура. На площадке размещены циклы онлайн курсов и лекций об отечественной культуре и науке. Их цель — привлечь внимание к отечественной науке и расширить круг людей, заинтересованных в знаниях. Всем творческим и заинтересованным в культуре людям будет интересно
http://theoryandpractice.ru/videos	Платформа для обмена знаниями. Теория и практика собирает на своей площадке лучшие видеолекции по культуре, искусству, архитектуре, медиа. Создатели платформы агрегируют на своем сайте видео лекции с других известных площадок «Архэ», Лекториума, проекта «Сноб», Наука 2.0 и многих других известных проектов с видеолекциями. Вы выбираете тему или интересный вам

	канал и погружаетесь в изучение новых тем
https://vk.com/schoolguitar22	Школа игры на гитаре
https://www.youtube.com/channel/UCkwMHwMUToI3wizVyuBEZwQ	Обучение рисованию акварелью
http://vcht.center/metodika/po-organizatsii-obrazovatel'nogo-protssesa-distantsionny	реестр обучающих дистанционных ресурсов по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам художественной направленности
https://vg.mskobr.ru/ -	сайт государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения города Москвы «Воробьевы горы» раздел «Материалы для дистанционного обучения»
https://arzamas.academy	просветительский проект Arzamas. Здесь имеются бесплатные видеолекции и материалы по литературе, истории, искусству. На платформе размещена история современного танца в 31 постановке.
https://www.youtube.com/channel/UCO WNJbPgySRAh87DBCZRrGQ	видео-уроки от одной из главных английских балетных школ EnglishNationalBallet
https://www.culture.ru	портал культурного наследия и традиций России «Культура.РФ». В каталоге портала более шести тысяч записей спектаклей, более 1,6 тысячи концертов, 2,4 тысячи художественных и документальных фильмов, около тысячи спектаклей, 700 электронных книг, 300 виртуальных туров по музеям, подкасты о культуре, всероссийские акции, тематические подборки «Не выходи из комнаты», канал для школьников и их родителей «Это нам не задавали».
https://www.musica.ru	на сайте издательства доступны обучающие слайды, интерактивные задания и тесты по теоретическим дисциплинам «Сольфеджио» и «Музыкальная литература».
https://easyvoice5.ru/category/uroki-vokala	на портале собраны видеуроки по вокалу и постановке голоса для начинающих.
https://stayhome.moscow	онлайн-проект #Москвастобой. Это онлайн-проект, который объединил более 20 участников (Третьяковская галерея, Пушкинский музей, центр «Космонавтика и авиация» на ВДНХ, музей современного искусства «Гараж» и многое другое). На сайте размещено 70 виртуальных экскурсий, онлайн-лекций и мастер-классов.
https://tv.fontanka.ru/museums	онлайн-фестиваль «Без антракта». На площадке фестиваля собраны лучшие театральные постановки, концерты, творческие встречи, лекторы читают лекции по истории искусств, проводят уникальные музейные экскурсии.
https://dshi-online.ru	проект Детская школа искусств запустил образовательную площадку ДШИ.ОНЛАЙН, на которой можно изучить традиции народов России, научиться игре на музыкальных инструментах, получить художественные навыки.
https://www.hudozhnik.online	онлайн школа рисование для детей «Рисуем дома». На сайте помимо платных курсов есть бесплатные видео уроки для детей по основам изобразительной деятельности.

https://ornamika.com	проект «Орнами» - крупнейший открытый цифровой архив. Сайт содержит 5000 образцов узоров из 50 регионов России, созданных до начала 20 века, 14 видов (и более 150 стилей и техник) декоративно-прикладного искусства.
http://multazbuka.ru	онлайн-платформа "Анимация и Я" для бесплатного обучения разножанровой анимации детей и подростков. Платформа содержит лекционный материал (15 видеороликов) и 15 видеороликов о техниках современной анимации, съемках мультфильма, материалах и программном обеспечении.
http://prostoykarandash.ru	на платформе размещены видеоуроки рисования в разных техниках, инструктаж по работе в Photoshop, а также обзор графических онлайн-редакторов.
https://vk.com/plasticine_painting	производитель товаров для творчества «Гамма» запустил в социальной сети «ВКонтакте» группу, в которой проводит бесплатные вебинары для педагогов дошкольного, начального школьного и дополнительного образования, мастер-классы для детей.
https://meridiancentre.ru/about/news/5422/	на площадке Центра культуры и искусства «Меридиан» (г. Москва) педагог дополнительного образования проводит мастер-класс акварельной живописи «Волшебное дерево».
https://www.youtube.com/watch?v=1LwzW4f1OKY	на этом канале в Youtube хранятся мастер-классы по хореографии. Один из них – «Как делать ключ в русском народном танце. Двойная дробь».
http://center-dt.ru/41938-2	на канале «Онлайн-каникулы» можно найти мастер-классы по декоративно-прикладному творчеству для обучающихся школьного возраста.
https://vk.com/public159976205	Дворец творчества - Мемориал (Кировская область) делится обучающими мастер-классами по декоративно-прикладному творчеству.

Физкультурно-спортивная направленность

Сайт	Содержание
https://orioncentr.ru	на сайте ГАУ ДО ВО «Региональный центр «Орион» в разделе «Лекториум» представлены видеозаписи тематических мастер-классов
https://biblioschool.ru/	Библиошкола онлайн ресурс содержит информацию по ОБЖ
https://www.facebook.com/groups/184430342151485/	Группа для обмена идеями, разработками педагогов дополнительного образования, методистов
https://stepik.org/course/4767/promo	Оказание первой доврачебной помощи. Целью реализации программы является формирование у слушателей навыков быстрого сбора информации о состоянии пострадавшего с целью выбора наиболее рационального алгоритма действий, навыкам оказания первой помощи после несчастного случая или террористического акта, самостоятельным действиям в экстремальных ситуациях
https://vg.mskobr.ru/ -	сайт государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения города Москвы «Воробьевы

	горы» раздел «Материалы для дистанционного обучения»
Туристско-краеведческая направленность	
Сайт	Содержание
https://orioncentr.ru	на сайте ГАУ ДО ВО «Региональный центр «Орион» в разделе «Лекториум» представлены видеозаписи тематических мастер-классов
https://www.facebook.com/groups/1195507927248409/	Мастерская педагогических инноваций: краеведение, этнография, история
https://biblioschool.ru/	Библиошкола онлайн ресурс содержит информацию по истории, ОБЖ в том числе по туризму
https://www.facebook.com/groups/184430342151485/	Группа для обмена идеями, разработками педагогов дополнительного образования, методистов
https://stepik.org/course/4767/promo	Оказание первой доврачебной помощи Целью реализации программы является формирование у слушателей навыков быстрого сбора информации о состоянии пострадавшего с целью выбора наиболее рационального алгоритма действий, навыкам оказания первой помощи после несчастного случая или террористического акта, самостоятельным действиям в экстремальных ситуациях
https://bithyip.ru/detsky-turizm-svyazki-v-zale-na-skorost_8b2e1850c.html	Детский туризм. Связки в зале на скорость.
https://fcdtk.ru/page/1586351609200-distancionnoe-obuchenie-turizm-i-kraevedenie	Раздел сайта ФГБОУ ДО «Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения» размещены полезные материалы и лучшие региональные практики по организации дистанционного обучения
Естественнонаучная направленность	
Сайт	Содержание
https://orioncentr.ru	на сайте ГАУ ДО ВО «Региональный центр «Орион» в разделе «Лекториум» представлены видеозаписи тематических мастер-классов
https://biblioschool.ru/	Библиошкола онлайн ресурс содержит информацию по геологии, географии
https://www.lektorium.tv/udivitelnyj-mir-geografii	Курс «Удивительный мир географии» построен на представлении о единстве и взаимосвязи компонентов географической оболочки Земли. Он позволит сформировать целостное представление о современном мире и о месте России в нем
https://www.nkj.ru	Научно-популярные Интернет ресурсы Наука и жизнь
https://testserver.pro/index/common/estestvoZ	Он-лайн тесты по естествознанию
https://elementy.ru	Научно-популярный Интернет ресурс Элементы большой науки

Модельная программа дистанционного естественнонаучного лагеря

Направленность: естественнонаучная

Возраст участников программы: 12 – 18 лет

Срок реализации: от 14 до 28 дней

Форма реализации: с использованием дистанционных технологий

Воронеж – 2020 г.

Пояснительная записка

Летние лагеря являются важным звеном в организации воспитания и обучения школьников во время каникул. В настоящее время данный сегмент образовательной деятельности достаточно вариативен: пришкольные лагеря, лагеря с дневным пребыванием, профильные смены, стационарные лагеря, палаточные лагеря и др. Современная ситуация вносит коррективы в эту палитру, добавляя дистанционный формат.

Программа дистанционного естественнонаучного лагеря - это социально-образовательный проект, направленный, главным образом, на развитие познавательной самостоятельной активности посредством приобщения детей к исследовательской деятельности. Особенностью данного лагеря является то, что дети и руководители взаимодействуют только в дистанционном формате.

Паспорт программы дистанционного естественнонаучного лагеря

№ п/п	Компоненты	Содержание
1.	Актуальность программы	Повышенный интерес детей и подростков к научно-исследовательской и проектной деятельности; приобретение новых знаний, умений, навыков и профессиональных компетенций; раскрытие творческого потенциала обучающихся и расширения кругозора
2.	Цель программы	Создание благоприятных условий для поддержания образовательной активности высоко мотивированных школьников, формирование у них первоначальной базы компетенций для дальнейшего обучения
3.	Задачи программы	Организовать активную, общественно-полезную деятельность, способствующую усвоению новой информации, появлению ключевых профессиональных компетенций
4.	Направление деятельности	Естественнонаучное
5.	Адресаты программы	Обучающиеся общеобразовательных организаций в возрасте от 12 до 18 лет, проживающие на территории Воронежской области.
6.	Сроки реализации	
7.	Механизмы реализации программы	Логика развития содержания программы включает в себя описание содержательных этапов и формы их реализации. Данная программа включает в себя

		подготовительный этап, подготовку педагогического состава к реализации программы, информационно-обучающий этап, коммуникативно-деятельностный этап, аналитический этап. В программе приводятся описание кейсов, проводимых в рамках дистанционного естественнонаучного лагеря.
8.	Требования к реализации программы	Мероприятия программы необходимо проводить с учетом возрастных, психолого-педагогических и физических особенностей детей и подростков
9.	Предполагаемые результаты	Приобретение дополнительных знаний в области естественных наук, развитие индивидуальных способностей детей и подростков

Введение

1.1. Актуальность программы

Актуальность и востребованность программы дистанционного естественнонаучного лагеря вызвана:

- повышенным интересом детей и подростков к научно-исследовательской и поисковой деятельности;
- приобретением новых знаний, умений, навыков и профессиональных компетенций;
- раскрытием творческого потенциала обучающихся и расширения кругозора;
- сложившимися условиями организации образовательной активности в дистанционной форме.

1.2. Участники программы

Участниками программы дистанционного естественнонаучного лагеря могут быть обучающиеся общеобразовательных организаций в возрасте от 12 до 18 лет, проживающие на территории Воронежской области.

Организационное и педагогическое сопровождение осуществляют сотрудники образовательной организации, которая проводит лагерь.

1.3. Педагогическая идея

Кейс – это ситуация с множеством решений, он нужен для создания личного опыта, который переживается как личная история. В кейсе появляется ощущение ситуации, в нашем случае – ощущение

исследовательской ситуации. Педагог выступает в роли эксперта (тьютора), развивая у ребенка способность воспринимать качественную оценку своей работы. Основой работы является учебное задание, сформулированное на основе кейса. Перед началом исследования уместно проводить, например, установочную сессию, на которой следует обсудить актуальность кейса, возможные «технические» трудности и зоны особого внимания наблюдателя, экспериментатора.

Выполнение исследовательского кейса – прекрасный ресурс развития самостоятельности и ответственности. Главное – следовать тем методам исследования, которые указаны в тексте кейса. Только в этом случае результаты будут достоверны, а значит, интересны и достойны обсуждения на итоговом этапе. Этот этап можно провести в виде индивидуальных собеседований, публичных защит внутри группы, а также в иной, понятной и удобной для тьютора и ребят форме. Приветствуется научная дискуссия, формат, тональность, глубина которой позволят школьникам почувствовать «внутреннюю кухню» научного процесса. Проблематика кейсов разнообразна: физика, химия, биология, но это не предполагает, что тьютор должен досконально разбираться во всех этих науках. Важнее другое – его способность «вчитаться» в контекст кейса, подсказать, где можно найти дополнительную информацию, а самое главное – проследить за соблюдением школьниками методологии исследования: объективности наблюдения, точности эксперимента, корректности занесения данных в таблицы и графики и т.п. Нам важно показать суть научной методологии. В этом смысле характер кейсов позволяет тьютору оставаться партнером обучающегося в диалоге по поводу задач кейса, экспертом, помогающим оценить промежуточные результаты и корректность исследовательских действий. Помогая обучающимся учиться задавать вопросы, тьютор выполняет свою главную миссию – развивает интерес к исследовательской деятельности и внутренней позитивной мотивации научного поиска.

1.4. Основные концептуальные подходы к реализации программы

1. Личностный подход предполагает принятие каждого ребенка таким, какой он есть.

2. Гуманизация межличностных отношений предполагает уважительное отношение к ребёнку и его мнению. Признание личности ребенка высшей ценностью воспитания, внушение каждому воспитаннику сознания собственной неповторимости. Через идею гуманного подхода к ребенку, родителям, педагогам лагеря необходимо психологическое переосмысление всех основных компонентов педагогического процесса.

3. Деятельный подход обуславливается активным времяпровождением и коммуникациями, ввиду этого ребенок не абстрагируется от реальности.

4. Природосообразность воспитания являет собой учет возрастных особенностей обучающихся.

5. Дифференцированный подход являет собой индивидуальное отношение со стороны педагога к каждому отдельно взятому ребенку.

6. Принцип сотрудничества предполагает определение общих целей педагогов и детей, организацию их совместной деятельности на основе взаимопонимания и взаимопомощи.

7. Принцип вариативности предполагает создание условий для выбора обучающимися форм деятельности, для поддержки различных инициатив, направленных на достижение значимых целей и самореализацию индивидуальности, как педагогов, так и детей.

II. Целевые ориентиры

2.1. Цели и задачи программы

Цели программы:

Создание благоприятных условий для поддержания образовательной активности высоко мотивированных школьников,

формирование у них первоначальной базы компетенций для дальнейшего обучения

Задачи программы:

- Организовать дистанционную образовательную активность, способствующую усвоению новой информации, появлению ключевых профессиональных компетенций
- способствовать получению новых знаний, умений и навыков участниками программы;
- способствовать развитию профессиональных компетентностей у детей и подростков, интереса к углубленному изучению естественнонаучных дисциплин;
- выявить талантливых и заинтересованных в овладении предоставляемых знаний детей и подростков;
- сформировать у обучающихся общего кругозора в познании окружающего мира.

2.2. Планируемые результаты:

- организовать дистанционную образовательную активность детей и подростков от 12 до 18 лет во время летних каникул;
- приобретение дополнительных знаний в области естественнонаучных дисциплин и метапредметных компетенций, которые впоследствии могут быть использованы при изучении других школьных предметов и в жизни;
- личное и профессиональное самоопределение детей и подростков;
- развитие индивидуальных способностей детей и подростков, приобщение к исследовательской деятельности;
- создание необходимых условий для самореализации обучающихся в различных сферах деятельности.

III. Основное содержание и механизмы реализации программы

3.1. Логика развития содержания программы по этапам

Логика развития лагерной смены, расписанная через задачи и формы работы по этапам, представлена в следующей таблице:

Период	Задачи	Содержательные этапы	Формы работы
Подготовительный период	<ul style="list-style-type: none">- Методическое наполнение программы;- Подготовка педагогов и иных работников к реализации программы.	<ol style="list-style-type: none">1. <u>Организационный этап.</u>2. <u>Подготовка педагогического состава к реализации программы.</u>	<ul style="list-style-type: none">- Составление необходимой документации;- Подготовка педагогического состава;- Подготовка методических материалов для реализации программы.
Организационный период	<ul style="list-style-type: none">- Выявление интересов и потребностей детей и подростков;- Мотивация обучающихся на включение в различные виды деятельности.	<ol style="list-style-type: none">3. <u>Коммуникативный этап.</u> Знакомство участников друг с другом, выявление интересов и способностей.	<ul style="list-style-type: none">- Встреча детей в онлайн-пространстве;- Приветственное мотивирующее выступление педагогов.
Основной период	<ul style="list-style-type: none">- Развитие познавательной активности и приобретения новых знаний у обучающихся;- Поддержка мотивации детей и подростков к поисково-исследовательской деятельности;- Поддержание и развитие образовательной активности.	<ol style="list-style-type: none">4. <u>Информационно-обучающий этап.</u> Реализация основной идеи программы предполагает получение новых знаний, развитие интеллектуальных способностей.	<ul style="list-style-type: none">- Ключевые мероприятия программы (работа над кейсами);- Знакомство с рекомендованным вспомогательным обучающим материалом; формирование идеи собственного исследования на основе сформулированной в кейсе задаче; оформление результатов исследовательской работы в формате конкурсной заявки;- Конкурсы по каждому кейсовому направлению;
		<ol style="list-style-type: none">5. <u>Коммуникативно-деятельностный этап.</u> Предполагает закрепление и реализацию полученных знаний и навыков.	

Итоговый период	<ul style="list-style-type: none"> - Подведение итогов, отслеживание результативности программы; - закрепление знаний, умений и навыков приобретённых обучающимися в течение смены. 	<p>6. <u>Демонстративно-аналитический этап.</u> Демонстрация полученных знаний, умений, навыков и компетенций участниками программы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Защита проектов; - Подведение итогов лагерной смены.
Аналитический период	<ul style="list-style-type: none"> - Составление отчетов о реализации программы; - Анализ полученных результатов; - Обработка отзывов в социальных сетях о программе 	<p>7. <u>Аналитический этап.</u> Подведение итогов реализации программы. Выработка перспектив деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Анализ отчетов педагогического состава по реализации программы; - Составление итоговых отчетов.
Период последствий	<p>Успешная интеграция участников смены в образовательный процесс в рамках постпрограммного сопровождения обучающихся</p>	<p>8. <u>Этап последствий.</u> Активное участие в различных мероприятиях естественнонаучного профиля, мотивированное желание участвовать в дальнейшей исследовательской и проектной деятельности.</p>	<p>Предоставление участникам программы информации о мероприятиях естественнонаучной направленности; участие в мероприятиях.</p>

3.2. Расписание лагерной смены

Для соблюдения санитарно-эпидемиологических требований расписание лагерной смены формируется образовательной организацией исходя из количества обучающихся, временных рамок ее проведения и технических условий реализации.

3.3. Мероприятия, проводимые в рамках лагеря

Дистанционный естественнонаучный лагерь являет собой уникальное образовательное пространство, позволяющее дистанционно регулировать самостоятельную поисковую активность обучающихся в решении общественно-полезных задач с использованием естественнонаучных дисциплин. Данные функции осуществляются через решение кейсовых задач.

3.3.1. Перечень примерных кейсовых задач для реализации

- Кейс «Школьная клумба (основы ландшафтного дизайна)»
- Кейс «Гербарий»
- Кейс «Жукарий»
- Кейс «3Д школьный стадион»
- Кейс «musor.net»
- Кейс «Споры о нейроспоре»
- Кейс «Сбалансированное питание»

3.3.2. Подробное описание кейсовых задач

Кейс «Школьная клумба»

Контекст кейса: благоустройство и озеленение территории образовательного учреждения – важный и многоступенчатый проект. Тщательно продумав детали, можно превратить обычный участок не только в то место, где дети любят отдыхать и играть, но и преобразовать его в отличное обучающее и развивающее пространство.

Конечно, благоустройство можно доверить профессионалам, но далеко не у всех есть на это средства. Поэтому предлагаем попробовать обойтись и своими силами. Например, можно предложить роль дизайнеров самим учащимся и их педагогам. Наверняка, среди них найдется немало творческих личностей, готовых внести свой вклад в благоустройство двора.

Начните с малого, организуйте оформление небольшой клумбы, парадного входа в учреждение, оригинального украшения для уже существующего цветника!

Что нужно делать:

1. Изучить литературу по цветоводству и ландшафтному дизайну:

<https://green-hands.livejournal.com/58618.html>

2. Познакомиться с лучшими практиками озеленения близлежащих территорий, стилями озеленения:

<https://remstroiblog.ru/natalia/2017/03/02/10-stiley-landshaftnogo-dizayna-i-ih-harakternyie-chertyi-foto/>

3. Определить месторасположение объекта озеленения:

-определить функциональную зону: парадную (центральную), спортивную, игровую, хозяйственную и другие зоны: садовую, зеленую, партерную, торжественную.

4. Выбрать форму использования цветочных растений (клумбы, рабатки, бордюры, солитеры, партнеры, миксбордеры, группы, массивы, рокарии, перголы, трельяжи, беседки):

<http://ecodesign.moscow/proektiruem-cvetnik-na-uchastke>

5. Определить тип ограждения цветника:

https://landimprovement.ru/articles/voprosy_blagoustrojstva/ograzhdeniya-klumba/

6. Составить план-эскиз цветника:

<https://enkstroy.ru/raznoe/eskiz-cvetnika-uchimsya-proektirovat-cvetnik-vybor-mesta-razmerov-tipa-cvetnika-spisok-rastenij-plan-eskiz-posadochnaya-vedomost.html>

7. Выявить тип и состав почвы предполагаемых клумб:

<https://7dach.ru/MarinaGerasimenko/kak-uznat-tip-pochvy-i-zachem-eto-nuzhno-5390.html>

8. Выявить условия освещения цветника:

https://www.greeninfo.ru/landscape/flower_beds.html/Article/_/aID/3115

9. Определить ассортимент однолетних и многолетних растений с учетом экологических условий:

<https://diy.obo.ru/articles/odnoletnie-i-mnogoletnie-rasteniya-raznica-v-yhode-i-virashivanii-21020/>.

10. Изучить агротехнические приемы посадки и ухода за растениями:

<http://flowerlib.ru/books/item/f00/s00/z0000038/st007.shtml>

11. Выбрать элементы дизайнерского оформления цветника:

<http://www.landstory.ru/oformlenie-cvetnikov.html>

Примечание для тьютора: объявите конкурс на лучший дизайн-проект. Выявите победителя, работа которого ляжет в основу благоустройства и озеленения территории образовательного учреждения.

Полезные сайты:

<http://vesdizain.ru>

<https://www.pinterest.ru>

<https://infourok.ru>

<https://bookflowers.ru>

<https://orhide.ru>

<https://romashkino.ru>

<http://floweryvale.ru>

<http://www.k-v-n.ru>

<https://www.gardener.ru>

<http://landshaftportal.ru>

<https://www.dom-v-sadu.ru>

<http://101dizain.ru>

<https://www.ivd.ru>

<https://zelenj.ru>

<https://klumba.guru>

<https://www.fermeru.pro>

<https://countryhouse.pro>

<https://svoimi-rykami.ru>

<https://sotkiradosti.ru>

<https://7dach.ru>

<https://www.ogorod.ru>

<https://dachadecor.ru>

Кейс «Гербарий»

Контекст кейса: с детства знакомое слово «гербарий» в дословном переводе с латинского звучит как «трава» и подразумевает засушенные растения.

Гербарий представляет из себя особо важный объект для науки. Именно благодаря гербарии мы можем увидеть первоначальный вид растений, их место произрастания и место обитания.

Одной из ведущих задач гербария: систематика растений.

Все растения имеют определенные общие признаки, которые позволяют их относить к определенной группе (семейство, род, вид).

Благодаря правильно собранному сделанному гербарии можно работать с растениями ни только летом (в период их цветения), но и зимой или даже через несколько лет.

Длительное хранение гербария может подтвердить или опровергнуть факт наличия или исчезновения растения на месте его сбора, а также свидетельствовать его морфологическим изменениям.

В гербарии Воронежского государственного университета профессора Б.М. Козопольянского насчитывается коллекция из 5296 образцов растений со всей территории области. Сбор этого гербария был положен еще в дореволюционной России. Естественно, что в наши дни этот гербарий продолжает пополняться силами студентов и преподавателей института.

Самый большой гербарий в России насчитывает 7,16 млн листов (Ботаническом институте им. В. Л. Комарова РАН).

Использование гербария вне науки:

1. в специальных альбомах и гербарных картотеках;
2. для украшения фотоальбомов, дневников и книг для записей;
3. в декоративных панно в сочетании с кружевами, живописью, декупажированной основой;
4. в украшении декоративных тарелок, подносов и шкатулок (и других техниках декупажа в качестве объемных украшений);
5. в закладках для книг;
6. для создания объемных картин и панно в смешанных техниках, в том числе в коллажах;
7. в открытках и скрапбукинге и пр.

Источник информации: <https://www.botanichka.ru/article/gerbariy-krasota-nepodvlastnaya-vremeni/#gerbariy-2>

Что понадобится для исследования?

1. Газетная бумага
2. Пресс (книги, специальный пресс для гербария)
3. Бумага для гранения готового гербария
4. Материал для фиксирования гербария (бумажный скотч, нитки, клей)

Что нужно сделать?

Прочитав описание кейса, вы, наверное, уже поняли, что речь пойдет об изготовлении гербария.

Сбор и изготовление гербария не особо сложное занятие, которым можно заниматься не выезжая за город и не отходя далеко от дома.

Цель вашей работы: изучить растения растущие в вашей местности, определить их место обитания (болотное растение, луговое, степное, меловое и т.д.) и определить представители каких семейств самые распространенные.

Вашей задачей будет:

- собрать растения, определить их систематическое положение (название вида, рода, семейства и т.д.)
- высушить растение под прессом
- написать этикетку к гербарии
- оформить готовый гербарий

Как правильно делать гербарий, вы можете посмотреть по ссылке:

https://www.youtube.com/watch?v=hE3_IN-yEDE

<https://www.botanichka.ru/article/gerbariy-krasota-nepodvlastnaya-vremeni/#gerbariy-2>

Определители растений:

<https://rg.ru/2018/08/01/kak-uznat-nazvanie-rasteniia-po-foto-s-pomoshchiu-smartfona.html>

<https://www.plantarium.ru/>

<https://play.google.com/store/apps/details?id=org.plantnet&hl=ru>

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.fws.plantsnap2&hl=ru>

<http://plantsreader.ru/%D0%BA%D0%B0%D1%82%D0%B0%D0%BB%D0%BE%D0%B3-%D0%B8%D0%BD%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%BD%D0%B5%D1%82-%D0%BC%D0%B0%D0%B3%D0%B0%D0%B7%D0%B8%D0%BD%D0%BE%D0%B2-%D0%B8-%D1%81%D0%B0%D0%B9%D1%82%D0%BE%D0%B2-%D0%BE/1864-2>

Пример правильно оформленного гербария:

<http://herbarium.bio.vsu.ru/>

Примечание для тьютора: цель кейса - научить детей делать гербарный образец. Познакомить детей с флорой Воронежской области, научить определять растения и систематизировать их. По итогам изготовления гербария, можно устроить конкурс среди лучших работ, изготовить панно и украсить им класс.

Кейс «Жукарий»

Контекст кейса: Все наверняка знают слово «гербарий». Но кроме коллекций цветов, можно собирать еще и коллекции жуков. Такие «жукарии» собирают в исследовательских и учебных целях. Изучая различные коллекции, можно выяснить видовое биоразнообразие определенной области, изменчивость определенного вида в ряду поколений и т.д.

Чтобы собрать такую коллекцию необходимы определенные знания по сбору насекомых и их хранению.

Некоторых насекомых мы можем легко собрать с древесный растений или с цветков. Но бывают такие виды, которые обитают только в высокой траве. Для сбора таких особей используют такой метод как «покос» при помощи специального сачка.

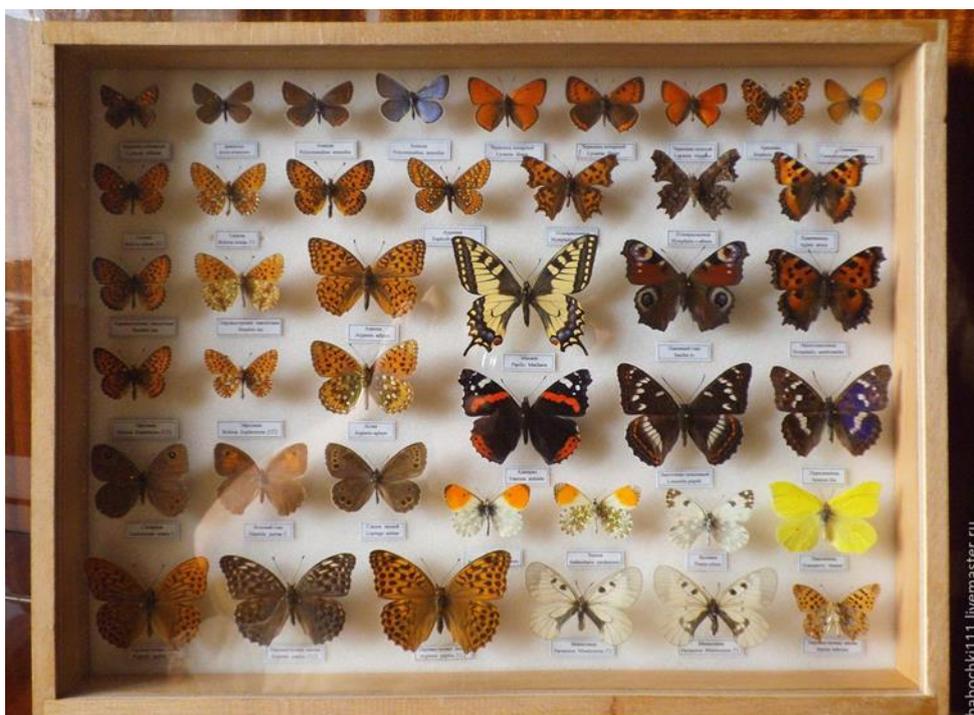
После того, как насекомое было поймано, его нужно «морить», для чего и используется «морилка». Насекомые в такой конструкции быстро теряют сознание и погибают. Кроме этого способа есть более длительный – положить насекомое в морозильную камеру на сутки или двое.

После этого насекомое готово к тому, чтобы его определить. Если вид достоверно известен, то можно сразу вписывать название в этикетку. В противном случае необходимо воспользоваться специальным определителем. Они могут быть с иллюстрациями и без.

Для удобства при использовании коллекции насекомых необходимо сделать небольшие этикетки. На них должны быть указаны: место сбора, дата сбора и название насекомого на русском языке и на латыни.

Хранить такие коллекции можно в специальных ящиках. Если такого нет, то можно использовать коробки из-под конфет, выстланные ватой. Коробка или ящик должны иметь достаточную вентиляцию. Насекомых можно накалывать на иглы или просто укладывать на вату.

Фотографии коллекций:





Полезные ссылки:

1. Как собрать коллекцию? <https://collectedpapers.com.ua/ru/your-collection-collection-and-production-of-zoological-collections/morilka>
<https://nau4im.ru/sachok.html>
2. Как определить насекомое? <https://zoomet.ru/nacek.html?start=41>
3. Как оформить коллекцию? <https://kot.sh/statya/227/kollekciya-nasekomyh>

Кейс «3D школьный стадион»

Контекст кейса: 3D моделирование– это процесс формирования виртуальных моделей, позволяющий с максимальной точностью продемонстрировать размер, форму, внешний вид объекта и другие его характеристики. По своей сути это создание трехмерных изображений и графики при помощи компьютерных программ. Современная компьютерная графика позволяет воплощать очень реалистичные модели, кроме того, создание 3D-объектов занимает меньше времени, чем их реализация. 3D технологии позволяют представить модель со всех ракурсов и устранить недостатки выявленные в процессе её создания. Визуализация объектов с помощью компьютерных программ позволяет лучше представить будущий проект в реальности. Такие модели производят глубокое впечатление, и дают возможность добиться потрясающих результатов. Моделирование с помощью 3D технологий отличное решение для многих промышленных, строительных, ювелирных предприятий, а в особенности дизайнерских

студий и развлекательной индустрии. Существует много профессиональных программ и сервисов для создания моделей, и одним из таких сервисов мы воспользуемся. Tinkercad — это веб-инструмент, с помощью которого можно создавать всевозможные 3D-модели, начиная от мельчайшего объекта, например, пуговицы, заканчивая космическими станциями для воображаемой Вселенной. Суть работы будет заключаться в том, что мы смоделируем спортивную площадку школы.

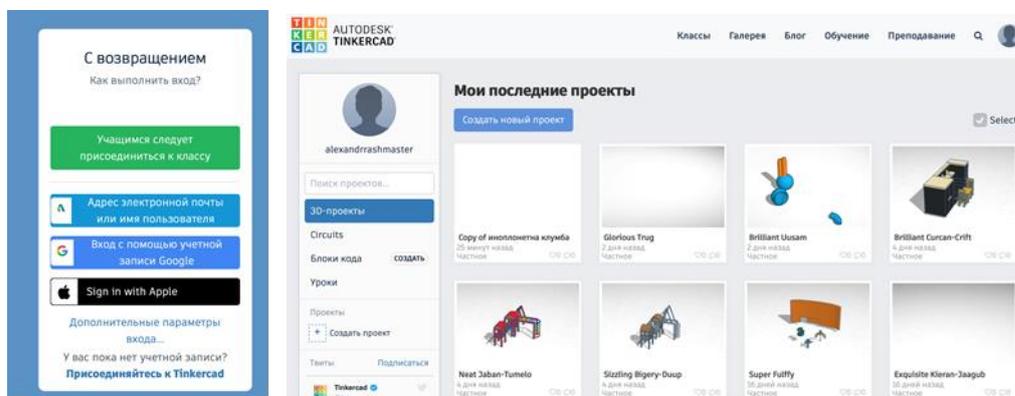
Что понадобится для исследования?

Персональный компьютер с выходом в интернет

Аккаунт Google

Что нужно делать?

1. Перейти по ссылке и <https://www.tinkercad.com/>, перейти по кнопке «вход в систему» и выбрав «Вход с помощью учетной записи Google» зарегистрировать аккаунт. В вашем профиле будут отображаться все ранее созданные проекты.



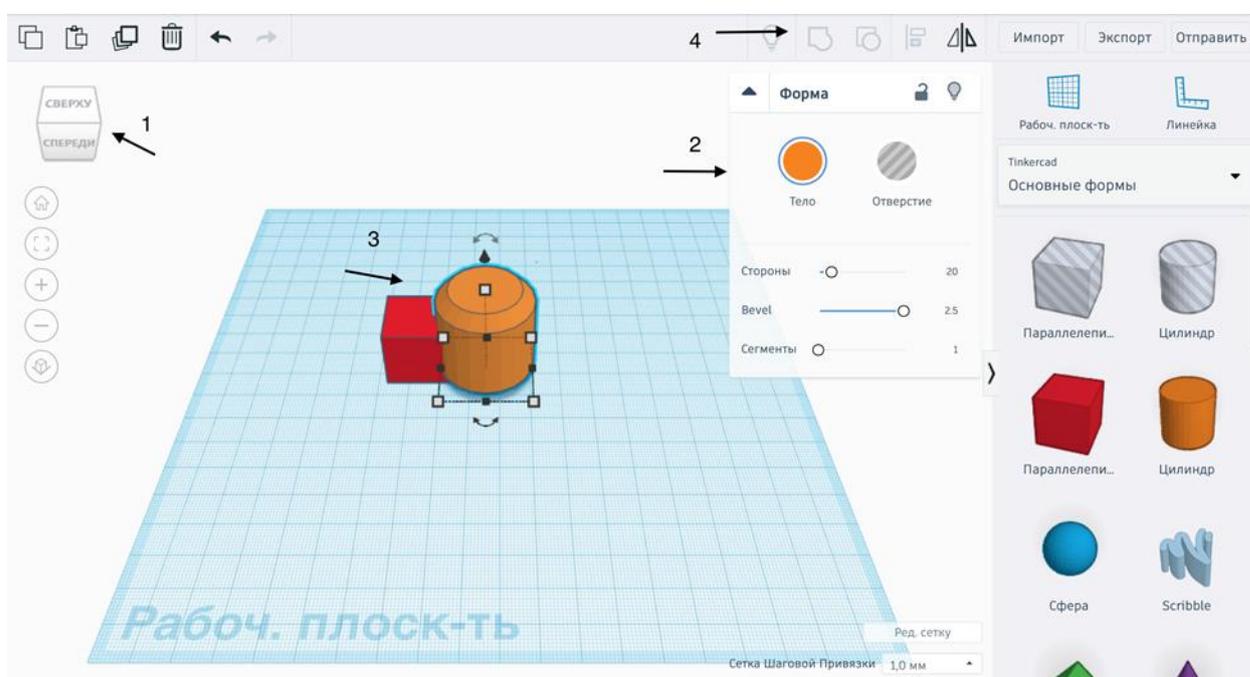
В меню доступны такие пункты:

1. Галерея — совокупность моделей в открытом доступе, которые были предоставлены пользователями программы. Вы можете выложить свои работы или воспользоваться для вдохновения примерами, представленными в галерее.

2. Обучение — это раздел с разнообразными обучающими видео(на английском языке).

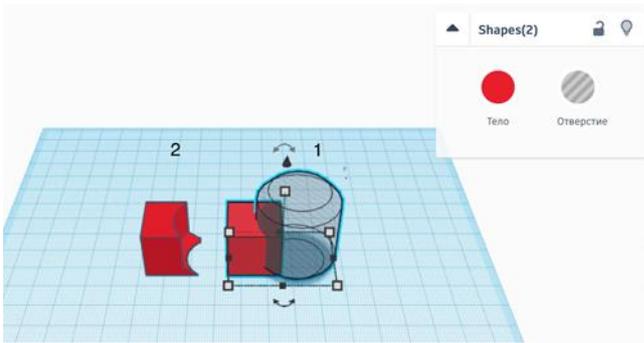
Чтобы создать новый проект, нажмите на иконку своего аккаунта и выберите пункт контекстного меню «создать новый проект».

Сразу откроется пустой лист с рабочей областью и панелями инструментов. Стрелкой (1) указаны возможности изменения внешнего вида проекта во время моделирования объектов. С поворотом куба меняется и угол обзора проекта. Каждый объект можно изменять по форме и размеру (3). Выбранный объект можно копировать, вставлять, дублировать, удалять и использовать как часть другого объекта. Во время работы с несколькими объектами мы можем их сгруппировать, разгруппировать, выровнять и «отзеркалить» (4). Каждому объекту мы можем задать свой цвет и другие параметры.



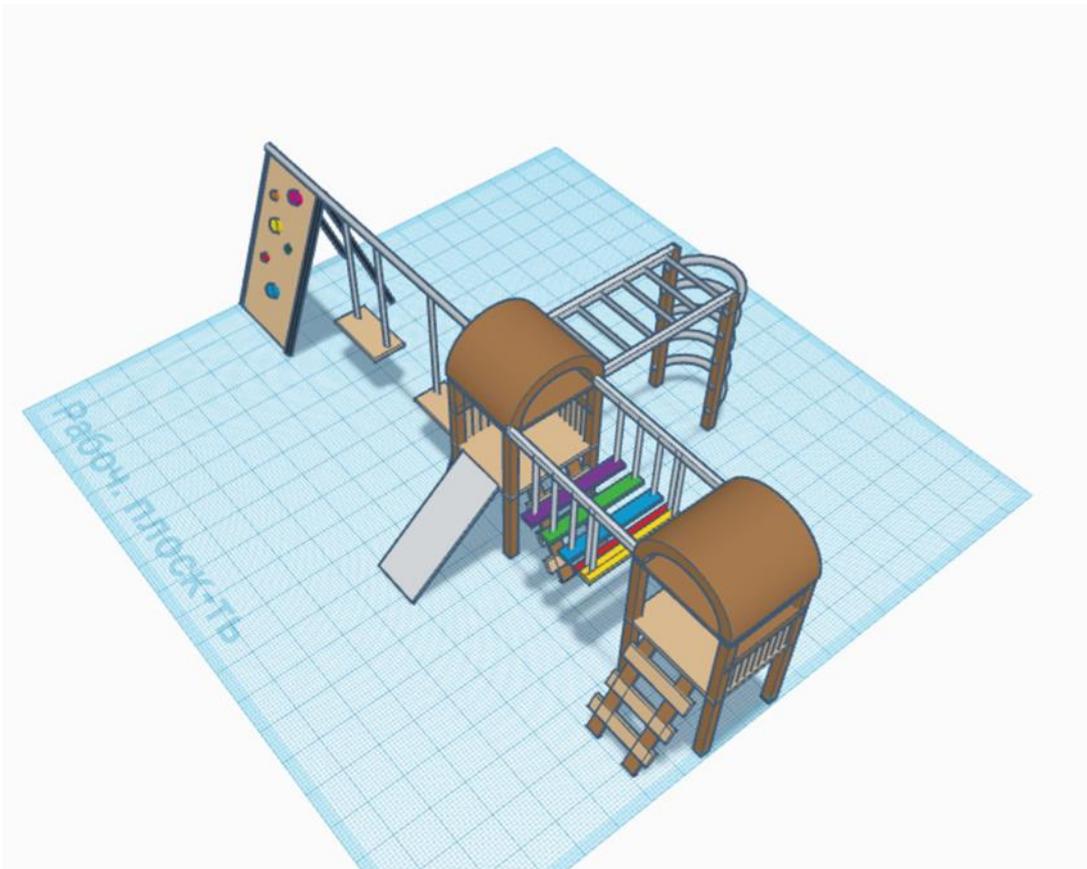
Для создания сложных фигур, можно воспользоваться инструментом группировка, с помощью которого мы объединим нашу целевую фигуру и фигуру, которой мы вырежем необходимую область, задав ей свойство «отверстие» (2).

На рисунке изображена группировка объектов (1) и готовая сложная фигура (2).



Таким образом мы можем создавать любые фигуры. Потренируйтесь и приступайте к заданию.

2. Разработайте модель спортивной площадки.



Что почитать?

Tinkercad уроки.

<https://getfab.ru/post/611/>

Примечание для тьютора: этот кейс посвящен моделированию индивидуальных спортивных площадок. Данные модели можно использовать

как визуализация личных проектов, а также при визуализации проекта по результатам кейса «Школьная клумба».

Консультацию по дополнительным элементам спортивной площадки можно получить у учителя физической культуры.

По результатам работы возможно проведение тематической конференции с защитой обсуждением работ.

Кейс «musor.net» (из опыта работы «Школьной лиги Роснано»)

Контекст кейса

В настоящее время в Российской Федерации в связи с переходом промышленности на инновационный путь развития приоритетными направлениями науки, технологий и техники являются индустрия наносистем и материалов, а также рациональное природопользование.

Результаты исследования, проведенного в ОАО «Зеленоградский инновационнотехнологический центр», показали, что по агрегатному состоянию твердые и жидкие отходы составляют 63% и 37%, соответственно.

Отходы отработанных неорганических кислот и щелочей не учитываются, так как не проходят стадию временного накопления. Поэтому твердые отходы преобладают по массе. Однако, сопоставляя образование отходов по классам опасности, необходимо отметить, что жидкие отходы II-го класса опасности и твердые отходы II-го класса опасности соотносятся примерно, как 300:1, а отходы III-го класса опасности соотносятся как 14:1 (жидкие к твердым, соответственно).

Что понадобится для исследования?

- Блокнот и ручка или приложение в телефоне «Заметки»;
- Линейка;
- Кухонные весы;
- Умение вычислять площади фигур;
- Умение разделять материалы на типы и виды.

Что нужно делать?

В этом исследовании мы предлагаем вам найти ответ на очень важный вопрос: сколько мусора производит обычный житель Земли за месяц? Обычный житель Земли – это мы с вами. Речь идёт о том мусоре, который появляется не в результате работы человека, а именно в результате его жизни: еды, бытовых условий, развлечений и т.п. На примере вашей жизни в течение месяца можно получить вполне достоверные данные о том, откуда появляется в нашей жизни мусор, что он собой представляет. Такое исследование способно помочь проектированию индустрии мусоропереработки. На его основе маркетологи, специалисты по упаковке смогут предлагать решения, сокращающие массу и объём бумаги, пластика, фольги и других материалов. Полученные вами данные, возможно, позволят проверить гипотезу о том, что человечеству необходимо срочно переходить на упаковки нового поколения: сверхтонкие и столь же прочные наноплётки, «растворимые коробки» и т.п.

Установив объём и виды мусора, который вы выбрасываете за месяц, можно получить данные для расчёта количества бытового мусора, производимого в вашем городе и даже всей нашей стране.

Главный инструмент выполнения исследования – учет и классификация мусора, производимого одним человеком. Под «производством мусора» мы будем понимать факт выбрасывания человеком (в мусорное ведро, урну и т.п.) ненужной ему упаковки или вещи.

Весь мусор, который вам придётся выбросить в течение месяца (от испанского листа бумаги до коробки купленного музыкального центра) необходимо будет классифицировать по типу (материалу), массе и объёму. Далее можно будет переходить к статистическим расчетам.

Для проведения исследования вам нужно научиться записывать всё, что касается предмета исследования (мусора) максимально точно. На первый взгляд это может показаться смешным, но речь идёт именно о том, чтобы записывать свой мусор досконально. Именно так серьёзные ученые изучают быт человека, сравнивают данные, полученные в разные исторические

периоды, чтобы увидеть динамику социальных, технологических и экологических процессов.

Итак, что следует учитывать (записывать) в данном исследовании:

- пищевую упаковку продуктов, съеденных и выпитых вами в течение месяца;
- одноразовую посуду, которую вы использовали;
- упаковку (коробки, уплотнители, пакеты и т.п.) вещей, которые вы купили сами или получили в подарок;
- журналы, газеты, рекламные листовки, прошедшие «через ваши руки» и впоследствии выкинутые;
- ваши собственные сломанные вещи, пришедшую в негодность одежду.

Вы можете самостоятельно принимать решение о том, «на кого записывать» мусор, образовавшийся в результате не только вашей жизнедеятельности, но и во взаимодействии с кем-то. Например, если вы с другом на двоих выпили бутылку лимонада, то можно записать ее «за собой», а можно не записывать, но тогда записать что-то общее на себя в следующий раз. Таким образом будет достигаться точность «среднего» значения мусора, который произвели именно вы.

Что касается мусора, производимого в семье, т.е. в доме, где вы живете, то уже к концу первой недели наблюдения и регистрации данных вы получите представление о том, какую часть семейного бытового мусора вам следует записать на себя. Поговорите с родителями, уточните примерное количество еженедельно покупаемых продуктов, попробуйте вычислить долю (и виды) мусора, который следует записать за собой. К примеру, если ваша семья из 4 человек за месяц употребляет 10 пакетов молока, вы можете примерно считать, что «вашего» мусора из этих 10 пакетов – около 3. Самое главное – фиксировать все данные максимально подробно и точно, указывая:

- тип материала, из которого изготовлена упаковка (бумага, пластик, фольга и т.п.);

- примерные «объемно-линейные» показатели – бутылка 2 л, пакет размером 40 x 30 см, коробка из-под 10 яиц, глянцевый журнал/буклет ...стр. и т.п.

В конце месяца, когда весь мусор будет записан и учтён, можно будет сделать подсчет его массы и объёма по типам.

В итоге, если исследование будет проведено верно и тщательно, вы получите возможность ответить на вопросы:

- Сколько за месяц вами было выкинуто картона (в кв. м)?
- Сколько за месяц вами было выкинуто бумаги (в кв. м)?
- Сколько за месяц вами было выкинуто пластиковых бутылок (объём и примерный вес)?

Примерный вес пустых пластиковых и стеклянных бутылок разного объёма можно без особого труда отыскать в Интернете на сайтах производителей упаковки или других ресурсах. Если вы располагаете домашними точными весами (например, кухонными), можно взвешивать единицы упаковок (пустой пакет из-под молока, стаканчик из-под сметаны или йогурта, бутылку и т.п.), чтобы облегчить суммарные расчеты.

Вообще, задачу подсчета объёма (веса) мусора имеет смысл обсудить с тьютором в самом начале исследования, чтобы сразу принять решение о способе регистрации данных. Мы лишь ориентируем вас в направлении организации исследования.

Для записи ежедневных данных мы предлагаем пользоваться любым удобным вам носителем: блокнотом, заметками в телефоне и т.п. Главное, чтобы была возможность фиксировать факт образования мусора максимально оперативно, а не по памяти вечером за день, что может быть затруднительно.

Возможный способ записи – сплошным списком с возможностью его последующей классификации по типам упаковки (стекло, пластик, бумага, картон, фольга и т.п.). Если упаковка относится к комбинированным, то она записывается в соответствии с составом своей основной части (например,

стаканчик для йогурта с крышечкой из тонкой фольги следует отнести к категории «пластик»).

Примечания для тьютора:

Смысл этого кейса заключается в том, чтобы продемонстрировать суть понятия мониторинг и развить экологическое сознание учащихся. Исследовательская культура предполагает добросовестное и ответственное отношение к сбору и фиксации данных. В ходе кейса кто-то из учащихся может столкнуться с проблемой систематического учета своего мусора. Важно, чтобы эта ситуация обсуждалась совместно с тьютором, поскольку это является частью кейса. Задача тьютора – помочь осуществить статистический подсчет. Приветствуется индивидуальный стиль записи (бумага или приложения в телефоне), но с последующей классификацией отходов.

Кейс «Споры о нейроспоре»

(из опыта работы «Школьной лиги Роснано»)

Контекст кейса:

Пожалуй, самый загадочный организм на планете – это плесень. Она является и источником жизни, и источником смерти. Её уникальные способности не перестают удивлять учёных всего мира. Чего только стоит приспособляемость плесени к различной среде обитания!

Плесень – это разновидность грибов, сочетающих в себе признаки растений и животных. Грибы дышат, как растения, всасывая питательные вещества всей своей поверхностью, но при этом не могут поглощать солнечную энергию и углекислоту. Зато, подобно животным, они потребляют органические вещества в готовом виде да ещё умеют размножаться половым путём. Кстати, плесень – единственный из простейших организмов, способный на это. С плесенью связано много легенд. После проникновения в гробницу фараона Тутанхамона 24 ноября 1922 года от неизвестной болезни скончалась большая часть команды английских археологов, участвовавших в поисках мумии. И лишь в 1999 году

немецкий микробиолог Готтард Крамер исследовал более 40 мумифицированных тел и обнаружил, что каждое из них покрыто слоем очень опасной плесени, концентрация которой и повлекла смерть вошедших в гробницу.

И уж совсем сенсационным оказался эксперимент «Биориск», проведённый в 2006 г. на орбите. К обшивке станции прикрепили три капсулы со спорами грибов. Они находились в условиях открытого космоса 1,5 года и, побывав на орбите, стали более агрессивными!

Говорят, что косвенными виновниками затопления станции «Мир» стали всё те же грибки. В 80-х гг. станцию «Салют-6» оставили пустой на несколько месяцев, забыв там несколько кусков хлеба. Когда следующий экипаж прилетел на станцию, он обнаружил размножившуюся плесень. Справиться с ней полностью не удалось. На станциях «Салют-7» и «Мир» грибки разъедали внутренние пластиковые поверхности, ткань, резину и даже сверхпрочное кварцевое стекло! Потом стало отказывать оборудование. Космонавты грустно шутили, что истинными хозяевами на «Мире» стали не люди, а плесень.

Однако плесень оказала человечеству неоценимую услугу. Благодаря ей во время Первой мировой войны появилось лекарство, в дальнейшем спасшее миллионы жизней — пенициллин. Пенициллин положил начало новой эре в медицине — лечению болезней антибиотиками. За огромные заслуги перед человечеством Флеминг, Чейн и Фрей были в 1945 году удостоены Нобелевской премии.

Последние наблюдения вообще невероятны: у плесени обнаружена способность к обучению. Японские учёные каждый час помещали слизистый гриб в холодильник на 10 минут, а потом заметили, что к моменту очередного погружения в холод метаболизм замирает, вероятно, в ожидании «неприятностей».

Обычно от плесени стараются избавиться и вообще заранее предотвратить ее появление. Но жажда знаний может толкнуть человека на неожиданные эксперименты.

Плесень – это обобщенное название многих родов грибов, плодовые тела которых могут развиваться практически в любой питательной среде. В быту мы чаще всего встречаем плесневые грибы на отделочных материалах и продуктах питания. Например, в ванной комнате или на остатках ужина, брошенных на кухонном столе до утра.

Что касается «хлебной» плесени, то она является непосредственным видовым «родственником» как раз пенициллиновым грибок, которые выбирают для размножения теплые, влажные среды, богатые углеводами. Поэтому фрукты, картофель и хлеб – идеальные продукты для развития плесени. На них достаточно быстро образуется белый, зеленоватый, серый, розовый или даже черный налет – в зависимости от вида грибков.

Источник: <http://www.stopplesen.ru/fakty-o-pleсени/>

<http://kakimenno.ru/raznoe/1807-kak-vyrastit-pleсен-na-hlebe.html>

<http://i-fakt.ru/interesnye-fakty-o-pleсени/>

Что понадобится для исследования?

- 1 кг. муки высшего сорта из одной пачки;
- Вода фильтрованная 400 г;
- Вода водопроводная 400 г;
- Соль мелкая 50 г;
- Сахар 50 г;
- Чеснок 1 головка;
- 4 пластиковых контейнера с прозрачной крышкой или 7 стеклянных банок с завинчивающейся крышкой;
- Перманентный маркер;
- Медицинская маска;
- Фотоаппарат.

Что нужно делать?

Изучать процесс появления и развития плесени мы предлагаем на образцах хлеба. Необязательно идти в булочную за каким-то особенным сортом: подойдет тот, который мы сделаем сами, подобный тому, что продается в магазине. В целях чистоты эксперимента мы изготовим пшеничный без дрожжевой (то есть, безгрибковый) хлеб с несколькими добавками и на разной воде. Для того чтобы исключить влияние различий в качестве муки, воды, а также в технологии выпечки у различных производителей, необходимо обеспечить одинаковость базовых ингредиентов у образцов.

Поэтому образцы будут выпекаться из одной и той же муки, но с различными добавками. С их помощью и с использованием холодильника будет проверяться гипотеза о влиянии разных условий на возникновение плесневого грибка. В образцах не будут использоваться дрожжи.

Для проведения исследования тебе понадобится несколько образцов под номерами:

1. Хлеб из пшеничной муки без добавок (полстакана пшеничной муки высшего сорта и 2 столовые ложки фильтрованной воды);

2. Хлеб из пшеничной муки с сахаром (полстакана пшеничной муки высшего сорта, 2 столовые ложки фильтрованной воды и пол чайной ложки сахара);

3. Хлеб из пшеничной муки с солью (полстакана пшеничной муки высшего сорта, 2 столовые ложки фильтрованной воды и пол чайной ложки мелкой соли);

4. Хлеб из пшеничной муки на обычной воде (полстакана пшеничной муки высшего сорта, 2 столовые ложки водопроводной воды).

Тесто для всех образцов готовится одинаково: мука смешивается с водой и добавками, разминается пальцами, формируется в шарик и с помощью скалки (пустой бутылки) раскатывается в круглую лепешку. Необходимо добиться того, чтобы толщина теста была максимально

одинаковой у всех образцов. Это не очень сложно, но нужна некоторая сноровка. Когда лепёшки для всех четырёх образцов сделаны, острым ножом нужно обрезать у кругов края так, чтобы получились четыре одинаковых квадрата со стороной 6-8 см. Важно, чтобы квадраты были одинаковые. Это позволит упростить вычисление площади поверхности, заражённой плесенью в результате эксперимента. Получившиеся четыре квадратных образца теста нужно выпекать в разогретой духовке 20 минут при температуре 200 С.

После выпечки образцы следует остужать до комнатной температуры примерно полчаса и поместить в контейнеры для эксперимента. Каждый контейнер подписывается перманентным маркером номерами 1,2,3 и 4 в соответствии с номерами образцов. Подойдут пластиковые пищевые контейнеры с плотными крышками, способные вместить образцы, не деформируя их. Если таких контейнеров нет, можно воспользоваться обычными стеклянными банками с крышками. Проверьте размер ваших хлебных образцов, чтобы они точно поместились в контейнеры после выпечки и были пригодны к измерениям. Перед использованием контейнеры (или заменяющие их банки с крышками) необходимо тщательно вымыть и высушить.

Весь эксперимент будет состоять из четырёх серий (каждая серия длится неделю). Образцы для каждой серии удобно готовить накануне начала очередной недели.

Сам эксперимент заключается в хранении образцов разного состава в одинаковых условиях. В конце недели каждый образец осматривается на предмет возникновения плесени. При очевидности плесневого пятна проводятся его замеры и вычисление площади. Методику замера и вычислений имеет смысл обсудить с коллегами-однокурсниками и тьютором. Контейнеры после каждой серии тщательно отмываются горячей водой с мылом и высушиваются.

1-я неделя. Все образцы хранятся в закрытых контейнерах (каждый отдельно) при комнатной температуре при максимально возможном дневном свете, например, на подоконнике окна, выходящего на солнечную сторону.

2-я неделя. Все образцы хранятся в закрытых контейнерах (каждый отдельно) при комнатной температуре и при максимально возможном дневном свете. При этом в каждый контейнер помещается очищенная и разрезанная вдоль долька чеснока в качестве природного сильного фитонцида.

3-я неделя. Все образцы хранятся в закрытых контейнерах (каждый отдельно) при комнатной температуре, но без доступа к свету. Для этого все контейнеры можно поместить, например, в двойной тёмный мусорный мешок. Обеспечить темноту можно и любым другим способом.

4-я неделя. Контейнеры с образцами помещаются в холодильник (не в морозилку).

Методы диагностики:

1. Подсчет количества отдельных колоний, которые выросли на образцах.

Колония – это отдельные пятнышки, большие и малые, которые образуются на поверхности хлеба.

2. Подсчет площади заражения. Оценивается в процентном отношении: четверть верхней поверхности (25% площади – частичное заражение), половина верхней поверхности (до 50% площади – среднее заражение), заражение больше половины верхней поверхности (более 50% – сильное заражение). Если плесень появляется и на нижней поверхности, это наблюдение следует отметить особо, в примечаниях.

3. Видовое разнообразие колоний. Оценивается визуально по цвету колоний.

Обычно на хлебе можно обнаружить 5 штаммов микроорганизмов: дрожжи *Endomycopsis fibuliger*, *Candida variabilis*, *Candida tropicalis*, *Sporobolomyces gracilis* и картофельную палочку *Bacillus mesentericus*.

Рекомендуем во время диагностики надеть медицинскую маску во избежание попадания спор грибов в дыхательные пути и на слизистые.

Фиксировать результаты можно также с помощью фотоаппарата в режиме макросъёмки, но так, чтобы был виден весь образец наблюдения. Для детального рассмотрения образующейся плесени можно пользоваться увеличительным стеклом (лупой).

Данные наблюдений оформляются в виде таблицы.

Неделя 1	Кол-во отдельных колоний (пятнышек)	Площадь заражения (%)	Видовое разнообразие (количество)
1 Образец: хлеб из пшеничной муки без добавок			
2 Образец: хлеб из пшеничной муки с сахаром			
3 Образец. Хлеб из пшеничной муки с солью			
4 Образец: хлеб из пшеничной муки на обычной воде			
Неделя 2	Кол-во отдельных колоний (пятнышек)	Площадь заражения (%)	Видовое разнообразие (количество)
1 Образец: хлеб из пшеничной муки без добавок			
2 Образец: хлеб из пшеничной муки с сахаром			
3 Образец. Хлеб из пшеничной муки с солью			
4 Образец: хлеб из пшеничной муки на обычной воде			
Неделя 3	Кол-во отдельных колоний (пятнышек)	Площадь заражения (%)	Видовое разнообразие (количество)
1 Образец: хлеб из пшеничной муки без добавок			
2 Образец: хлеб из пшеничной муки с			

сахаром			
3 Образец. Хлеб из пшеничной муки с солью			
4 Образец: хлеб из пшеничной муки на обычной воде			
Неделя 4	Кол-во отдельных колоний (пятнышек)	Площадь заражения (%)	Видовое разнообразие (число)
1 Образец: хлеб из пшеничной муки без добавок			
2 Образец: хлеб из пшеничной муки с сахаром			
3 Образец. Хлеб из пшеничной муки с солью			
4 Образец: хлеб из пшеничной муки на обычной воде			

По окончании эксперимента совместно с тьютором можно обсудить, что в большей степени, а что в меньшей степени влияет на образование плесени на хлебных продуктах.

Что посмотреть-почитать?

Документальный фильм. Наука 2.0. / Большой скачок. Грибы. – Россия, 2012.

Андре Моруа «Жизнь Александра Флеминга», 1979.

Примечание для тьютора: Основная цель этого кейса – отработка навыков постановки эксперимента. Для того чтобы все прошло успешно, обратите внимание ребят на то, что хлеб должен быть легко извлекаем из контейнеров для диагностики. Также можно порекомендовать ученикам во время диагностики пользоваться медицинской маской, которая предотвратит попадание спор грибов в дыхательные пути. Точное определение видов грибов и палочек возможно только с использованием микроскопа, поэтому рекомендуем направить ученика проконсультироваться с учителем биологии.

По окончании эксперимента можно организовать групповое обсуждение и проанализировать статистику относительно ответа на вопрос,

что в большей степени, а что в меньшей влияет на образование плесени на хлебных продуктах.

Кейс «Сбалансированное питание»

Контекст кейса:

Что такое сбалансированное питание? В первую очередь, это правильный режим питания. Вам необходимо научиться есть регулярно и вовремя. Распределите приёмы пищи на 5-6 частей: завтрак, обед, ужин и 2-3 перекуса. Также желательно соблюдать суточную норму белков, жиров и углеводов. Во вторую, но не менее важную очередь, это выбор полезных продуктов. Помните о необходимости включать в своё меню пищу с витаминами, минералами и микроэлементами. Вам следует учитывать свой возраст и энергозатраты. Правильное питание сохранит вам здоровье на долгие годы, позволит поддерживать свой вес без изнуряющих диет.

Источники:

https://zen.yandex.ru/media/id/5dac4715a660d700ad15c0d0/sbalansirovannoe-i-zdorovoe-pitanie-meniu-na-nedeliu-osnovy-zdorovogo-rationa-5db35e131febd400af669685?utm_source=serp

Что понадобится для исследования?

- Таблица «Правильный рацион питания»
- Пищевой дневник (обычная тетрадь 8-12 листов)
- стакан и доступ к чистой воде каждый день 1.5л /сутки или более
- Желание и стимул начать правильно питаться!

Что нужно делать?

1. Распечатайте или перерисуйте таблицу «Правильный рацион питания». В неё будет необходимо своевременно и чётко записывать свои трапезы и приёмы воды. Человеческая психология устроена таким образом, что любое действие входит в привычку, если выполняется испытуемым 21 день. Потому и предполагаемая таблица рассчитана на этот срок.

День	Завтрак	Стакан воды	Обед	Ланч	Стакан воды	Ужин	Стакан воды
1							

2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							

2. Старайтесь записывать в таблицу не только время приёма пищи, но и то, что вы едите: пища должна быть аппетитной, разнообразной и не содержать соли и сахара! Постарайтесь ограничивать себя в этом!

3. Внимательно изучите ряд несложных правил: все их нужно неукоснительно соблюдать:

- Питайтесь часто, небольшими порциями, так вы избежите переедания и в то же время не будете испытывать чувство голода.

- За 15-20 минут до каждого приёма пищи выпивайте стакан воды. Необходимо выпивать не менее двух литров в течение дня, но помните, что не нужно запивать еду. После приёма пищи должно пройти не менее часа до следующего приёма воды.

- Пережёвывайте тщательно каждый кусочек, который попадает вам в рот, не спешите во время трапезы.

- Составляйте разнообразное меню на каждый день, готовьте вкусные блюда, иначе ваш желудок взбунтуется.

- Забудьте про жирное, жареное, различные готовые соусы — тот же майонез; колбасу, копчёности, консервы, фастфуд, сладкую газированную воду и прочий пищевой мусор.

- Ограничьте потребление соли и сахара.

- Откажитесь от вредных напитков в пользу свежевыжатых соков, домашних компотов и лимонадов, воды.

- Включайте в своё меню сезонные овощи и фрукты, в них гораздо больше витаминов.

- Если очень хочется чего-то сладкого, съешьте это, но только до 12 часов дня или отложите на следующий день, если время уже прошло. При этом стандартные сладости типа конфет или торта лучше заменить мёдом или сухофруктами.

- Питайтесь по расписанию, не пропускайте приёмы пищи.

- Никогда не перекусывайте на ходу.

- Не голодайте, не сидите на диетах, иначе все потерянные килограммы вернуться в двойном объёме.

- Успевайте вовремя остановиться — не нужно наедаться за столом так, чтобы уже в процессе чувствовать сытость. Это чувство догонит вас через 10-20 минут после окончания трапезы.

- Ведите пищевой дневник, так вы сможете контролировать, что вы уже съели, в каком количестве и как подкорректировать своё меню на неделю и на каждый день.

- Если вы проголодались, прислушайтесь к себе, вполне вероятно, что это всего лишь жажда. Выпейте стакан воды и через 10-15 минут, скорее всего, вы перестанете испытывать чувство голода.

- Каждый день занимайтесь спортом, физические нагрузки только укрепят результат от правильного питания. Ежедневный минимум — старая добрая зарядка.

4. Займитесь поиском информации по теме здорового питания. Что предлагают эксперты? Что пишут люди, начавшие правильно питаться?

5. По окончании эксперимента отметьте, стали ли вы чувствовать себя лучше? Стали ли высыпаться и меньше уставать? Все изменения законспектируйте в дневник и повторите эксперимент.

Что посмотреть, почитать?

Фильм о простой и полезной еде и как её приготовить:

<https://www.youtube.com/watch?v=DNrxnNv4bBg>

Работа Федотовой Л. Е. о здоровом питании.

<https://infourok.ru/nauchnaya-statya-na-temu-pravilnoe-pitanie-zalog-zdorovya-2132962.html>

Примечание тьютору:

Этот кейс посвящен постановке биологического эксперимента о правильном питании и анализу его результатов. В этом кейсе важно четко соблюдать ряд несложных правил, изложенных выше.

Необходимо обратить внимание ребят на то, что правильное питание и соблюдение рациона не только эксперимент с четко выраженным продуктом, но и важный аспект здоровья подростка в современном обществе. Риски этого кейса заключаются в том, что ученику нужно самостоятельно очень точно выполнить инструкцию.

Консультацию по заполнению пищевого дневника можно получить у учителя биологии.

По результатам исследования возможно проведение тематической конференции с обсуждением результатов экспериментов и анализом качества информационного поиска.

**ПРОГРАММА ПРОФИЛЬНОГО ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНОГО
ОНЛАЙН - ЛАГЕРЯ
«ЛЕСНАЯ АКАДЕМИЯ»**

Направленность: естественнонаучная

Направление: лесоводство, лесоведение, экология

Уровень реализации: углубленный

Срок реализации программы: 35 часов (10 дней)

Возраст учащихся: 13-16 лет

Форма реализации: с использованием дистанционных технологий

Воронеж – 2020 г.

Пояснительная записка

Программа профильного естественнонаучного онлайн – лагеря «Лесная академия» разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Лесоводство и лесоведение» и предназначена для обучающихся 13-16 лет, проявляющих интерес к изучению объектов леса.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана на основании:

- Закона № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г.;

- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № 09-3242 от 18.11.2015г.);

- Приказа Министерства Просвещения РФ «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» №196 от 9 ноября 2018 г.

- Приказа Министерства образования и науки РФ «Порядок применения организациями осуществляющих образовательную деятельность, электронное обучение, дистанционные образовательные технологии при реализации образовательных программ» № 816 от 23.08.2017 г.

Программа профильного естественнонаучного онлайн – лагеря «Лесная академия» реализуется дистанционно в формате онлайн, что позволяет максимально охватить желающих детей изучать, исследовать леса, дендрологические насаждения, приобретать представления о профессиях лесохозяйственного направления.

Цель: изучить и отработать основные понятия, методики исследовательской и проектной деятельности обучающихся по вопросам лесоводства, лесоведения, экологии растений и животных леса, природоохранной деятельности.

Задачи:

Познавательные:

-сформировать систему знаний по лесоводству, лесоведению, экологии растений и животных;

-изучить основные методики исследовательской и природоохранной деятельности;

-рассмотреть основные виды исследовательской и проектной природоохранной деятельности;

-овладеть практическими умениями и навыками по основным разделам программы и специальным оборудованием и оснащением;

-сформировать представление о лесном хозяйстве и лесной промышленности с целью ориентации обучающихся на дальнейшее освоение профессий лесной отрасли;

-сформировать универсальные учебные действия (УУД).

Развивающие:

-развить и сформировать личностные (персональные) качества через включение в исследовательскую и практическую деятельность;

Воспитательные:

- сформировать позитивное и ответственное отношение к лесу, как национальному богатству;

- способствовать экологическому воспитанию обучающихся.

Актуальностью данной программы является приобщение обучающихся к учебной - исследовательской работе и проектной практической деятельности в области лесоводства и лесоведения через организацию работы в онлайн.

Программа рассчитана на **35 часов (10 дней)**.

Программа предполагает отработку основных теоретических и практических вопросов в области исследовательской деятельности обучающихся.

В программе используются **формы занятий** – лекции, практические работы, деловая игра, онлайн – экскурсии, ауди – класс, онлайн - круглый стол, индивидуальная онлайн – консультация, онлайн - конференция и др.

В процессе обучения обучающихся осваивают **типы деятельности:**

- исследовательскую;
- творческую;
- продуктивную.

Программа предусматривает **основные направления:**

- лесоводство и лесоведение;
- экология лесных растений и животных;
- природоохранная деятельность.

В содержании программы представлены практические работы, отличающиеся разнообразием форм познавательной деятельности.

Практическая часть работы позволяет использовать приобретенные знания в конкретной ситуации, а экспериментальная часть способствует развитию творческого мышления и чувственного восприятия окружающего мира.

Особое место в реализации программы отводится методам формирования универсальных учебных действий в исследовательской деятельности, оформления полученных результатов.

Формирование универсальных учебных действий происходит от простого к сложному – от развития умений наблюдать, анализировать и обобщать к самостоятельной экспериментальной работе и проектной деятельности.

Принципы обучения:

-Научность, т.е., обучение должно быть связано с наукой, это значит, что содержание учебного материала и методы его изучения должны быть научными.

-Активность и сознательность, т.е., знания должны быть осознаны обучающимися, для чего должна быть высокая познавательная активность.

-Системность, т.е., все знания должны находиться в определенной системе, их нужно усваивать последовательно в соответствии с возрастными возможностями развития обучающихся.

-Доступность учебного материала, т.е., учебный процесс теряет смысл, если его содержание будет недоступным для усвоения.

-Индивидуализация развития – индивидуальный подход повышает эффективность обучения.

Практическая значимость реализации программы «Лесоводство и лесоведение» заключается в повышении качества исследовательской и природоохранной деятельности обучающихся Воронежской области.

При реализации практических работ используются методики Боголюбова А.С., Харитоновой Н.П., основные методы лесоводственных исследований по материалам ученых Воронежской лесотехнической академии (Ащеулов Д.И., Беспаленко О.П. и др.), методики разработанные группой авторов ФГУ «Учебно-методический центр» Рослесхоза и др.

Современные педагогические технологии:

1. Ассоциативно-рефлекторная дидактическая система – приобретение знаний как процесс образования в сознании ассоциаций и установление связей между ними.

2. Поэтапное формирование умственных знаний.

Виды контроля:

1. **Входной** – диагностируется уровень знаний обучающихся по основным вопросам биологии и экологии.

2. **Итоговый** – итоговое тестирование.

3. **Конференция** – защита мини исследовательских проектов (для наиболее успешных обучающихся).

Методы контроля:

-тестовый;

-самоконтроль;

-защита проекта (публичное выступление).

Контроль в виде тестов, контроль за выполнением практических работ.

По окончании реализации программы обучающийся:

должны знать:

-основные методы изучения леса, характеризовать лес как природную систему, сравнивать растительные сообщества леса, распознавать древесные и кустарниковые породы;

-особо охраняемые природные территории и памятники природы Воронежского края;

-о роли и значении леса в жизни населения страны и своего региона;

-способы природоохранной деятельности.

-правила поведения в лесу;

-направления деятельности организаций и предприятий лесного хозяйства Воронежской области;

должны уметь:

-владеть практическими умениями и навыками по наблюдению изменений в природе, изменений среды обитания под влиянием деятельности сообщества леса, оценивать влияние антропогенного фактора на виды, экосистемы и принимать решения по их охране, определять виды древесины, кустарниковых растений, определять виды вредителей и болезни растений, сажать черенки;

-строить схему представления результатов исследовательской деятельности;

По итогам реализации программы у обучающихся должны быть:

-сформированы **универсальные учебные действия (УУД)** такие как:

1. познавательные;
2. регулятивные;
3. коммуникативные.

- сформированы **личностные (персональные) качества:**

1. гражданская и этнокультурная идентичность;
2. гуманистические и демократические ценности;
3. навыки адаптации;
4. самостоятельность и личная ответственность.

Программа «Лесная академия» направлена на развитие признаков одаренности обучающихся и относится к уровню освоения – углубленный (продвинутый).

Основные интернет ресурсы, используемы в дистанционном обучении профильного естественнонаучного онлайн – лагеря «Лесная академия»

Современный человек уже не мыслить жизнь без интернета, глобальных сетей, что дает возможность получение мгновенной необходимой информации, расширяя при этом не только пространство для общения, но и образовательное пространство.

Дистанционные формы образования сегодня дают возможность развития индивидуальных личностных интересов обучающихся через расширение информационного поля. Педагог дополнительного образования сегодня осваивает технологии дистанционного образования и внедряет в образовательный процесс.

Адекватно подобранные формы дистанционного обучения, в зависимости от предпочтений и возможностей участников образовательного процесса, включая родителей, выведут образовательный процесс на более высокий уровень.

Наиболее используемыми интернет ресурсами при организации дистанционного формата занятости обучающихся являются:

Онлайн-семинар (от англ. *Online* - на линии, на связи) или ***веб-конференция, вебинар*** (от англ. *webinar*) - разновидность веб-конференции, проведение онлайн-встреч или презентаций через Интернет.

Во время веб-конференции каждый из участников находится у своего компьютера, а связь между ними поддерживается через Интернет посредством загружаемого приложения, установленного на компьютере каждого участника, или через веб-приложение. В последнем случае, чтобы присоединиться к конференции, нужно просто ввести адрес сайта (ссылку) в окне браузера.

Вебинары проходят в режиме реального времени.

Zoom Video Communications, Inc. (Zoom) - предлагает коммуникационное программное обеспечение, которое объединяет видеоконференции, онлайн-встречи, чат и мобильную совместную работу.

Skype - бесплатное программное обеспечение с закрытым кодом, обеспечивающее текстовую, голосовую и видеосвязь через Интернет между компьютерами.

Kahoot - приложение для образовательных проектов. С его помощью можно создать тест, опрос, учебную игру или устроить марафон знаний.

Приложение работает как в настольной версии, так и на смартфонах.

YouTube – предоставляет возможность выложить видео ролик на свой канал. Для того, чтобы загрузить ролик на свой канал в YouTube необходимо сделать несколько шагов:

1) Войти в свой аккаунт Google.

2) Если у вас ещё нет аккаунта, то зарегистрировать его и создать новый канал на нём.

3) После этого нажимаете в правом верхнем углу на кнопку "Добавить видео", выбираете файл и начинается загрузка.

4) Во время загрузки, необходимо задать параметры видеоролику.

Такие обязательные параметры, как: 1. Название видео 2. Описание 3. Теги 4. Выбор плейлиста 5. Установка конфиденциальности 6. Добавление своего значка.

Ссылка ролика на **YouTube** предоставляется слушателям.

Учебный план

№ п/п	Тема	Ресурсы	Теория	Практика	Всего
<i>1 день</i>					
1.	<i>Приветствие и знакомство</i> участников онлайн – лагеря.	https://zoom.us skype	0.5	-	0.5

2.	<i>Инструктаж</i> «Техника безопасности при работе с компьютером». «Техника безопасности при проведении научных исследований».		0.5	-	0.5
3.	<i>Лекция.</i> Леса Воронежского края. Особоохраняемые территории и памятники природы Воронежской области.		2	-	2
4.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов дня (анкетирование)).		0.5	-	0.5
2 день					
1.	<i>Лекция.</i> Лесоводство и лесоведение.	https://zoom.us skype	2	-	2
2.	<i>Практическая работа.</i>	<i>Видео конференция</i> -	-	1	1
3.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов дня (анкетирование)).	https://zoom.us skype	0.5	-	0.5
3 день					
1.	<i>Лекция.</i> Дендрология.	https://zoom.us skype	1	-	1
2.	<i>Деловая игра.</i>	<i>Видео конференция</i> -	-	2	2
3.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов дня (анкетирование)).	https://zoom.us skype	0.5	-	0.5
4 день					
1.	<i>Лекция.</i> Классификация древесных растений.	https://zoom.us skype	1	-	1
2.	<i>Практическая работа.</i>	<i>Видео конференция</i> -	-	1	1
3.	<i>Онлайн – экскурсия.</i>	https://www.youtube.com/	-	1	1
4.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов дня (анкетирование)).	https://zoom.us skype	0.5	-	0.5
5 день					
1.	<i>Лекция.</i> Беспозвоночные и позвоночные леса.	https://zoom.us skype	2	-	2
2.	<i>Онлайн - круглый стол.</i>	<i>Видео конференция</i> -	-	1	1
3.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов дня (анкетирование)).	https://zoom.us skype	0.5	-	0.5
6 день					
1.	<i>Лекция.</i> Лесные звери и птицы.	https://zoom.us skype	2	-	2
2.	<i>Практическая работа.</i>	<i>Видео конференция</i> -	-	1	1
3.	<i>Ауди – класс.</i>	<i>Kahoot</i>	-	0.5	0.5
4.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов дня (анкетирование)).	https://zoom.us skype	0.5	-	0.5
7 день					
1.	<i>Лекция.</i> Вредители и болезни леса, защита	https://zoom.us	2	-	2

	леса.	skype			
2.	<i>Практическая работа.</i>	<i>Видео конференция</i> -	-	1	1
3.	<i>Онлайн – экскурсия.</i>	https://www.youtube.com/	-	0.5	0.5
4.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов дня (анкетирование)).	https://zoom.us skype	0.5	-	0.5
8 день					
1.	<i>Лекция.</i> Экология леса.	https://zoom.us skype	1	-	1
2.	<i>Практические работы.</i>	<i>Видео конференция</i> -	-	1	1
3.	<i>Деловая игра.</i>	<i>Kahoot Видео - конференция</i>	-	1	1
4.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов дня (анкетирование)).	https://zoom.us skype	0.5	-	0.5
9 день					
1.	<i>Лекция.</i> Естественное и искусственное возобновление леса.	https://zoom.us skype	1	-	1
2.	<i>Практическая работа</i>	<i>Видео конференция</i> -	-	1	1
3.	<i>Консультация</i>		1	-	1
4.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов дня (анкетирование)).	https://zoom.us skype	0.5	-	0.5
10 день					
1.	Итоговая аттестация.	<i>Kahoot</i> https://zoom.us skype	-	2.5	2.5
	Итого:		20.5	14.5	35

Содержание

1. Введение. (3.5 ч.)

Приветствие и знакомство участников онлайн – лагеря.

Инструктаж «Техника безопасности при работе с компьютером».

«Техника безопасности при проведении научных исследований».

Лекция. Леса Воронежского края. Особо охраняемые территории и памятники природы Воронежской области. Лес и почва. Значение почвы в жизни леса, её влияние.

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

2. Лесоводство и лесоведение. (3.5 ч.)

Лекция. Факторы лесообразования. Компоненты лесного фитоценоза. Древостой. Подрост. Подлесок. Напочвенный покров. Лесная подстилка. Травянистый покров. Лесная фито масса и ее распределение.

Лекция. Понятие и определение типа леса. Характеристика типов сосновых, еловых и дубовых лесов. Тип леса как основа классификации насаждений.

Практическая работа № 1 «Описание флоры местности».

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

3. Дендрология. (3.5 ч.)

Лекция. Дендрология как наука. Основные жизненные формы древесных растений их классификация и характеристика. Ареалосплошные, разорванные, ленточные. Интродукция, акклиматизация и натурализация древесных растений как процесс микро эволюции за пределами естественного ареала. Группы экологических факторов (климатические, почвенно-грунтовые, фактор рельефа, биотические, антропогенные).

Деловая игра «Лесными дорогами».

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

4. Классификация древесных растений (3.5 ч.)

Лекция. Голосеменные. Виды хвойных растений.

Лекция. Покрытосеменные. Основные семейства.

Практическая работа № 2 «Изучение вертикальной структуры леса (парка)».

Онлайн - экскурсия «Видовой состав дендрария Лесотехнического университета».

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

5. Беспозвоночные и позвоночные леса. (3.5 ч.)

Лекция. Основы лесной энтомологии. Характеристика беспозвоночных и позвоночных леса. Классификация насекомых. Строение. Размножение, фазы развития. Характеристика главнейших отрядов насекомых: прямокрылые, равнокрылые, полужесткокрылые, чешуекрылые, перепончатокрылые, двукрылые, жесткокрылые.

Лекция. Типы повреждений насекомых вредителей. Вредители плодов и семян. Вредители молодняков и питомников. Хвое - листогрызущие вредители. Стволовые вредители.

Онлайн - круглый стол – встреча с учеными по проблеме охраны лесов от вредителей.

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

6. Лесные звери и птицы (4 ч.)

Лекция. Лесные звери. Обзор отрядов, семейств и видов лесных зверей.

Лекция. Птицы леса. Обзор главнейших отрядов, семейств, видов. Насекомоядные. Хищные. Охотничье-промысловые. Охрана фауны.

Практическая работа № 3 «Изучение лесных беспозвоночных, их определение».

Ауди – класс «Голоса птиц».

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

7. Вредители и болезни леса, защита леса. (4 ч.)

Лекция. Вредители леса и меры борьбы с ними. Основы лесной фитопатологии.

Лекция. Типы заболеваний древесных и кустарниковых растений. Влияние условий внешней среды. Эпифитотии.

Практическая работа № 4 «Определение вредителей и болезней леса».

Онлайн – экскурсия «Коллекция вредителей леса».

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

8. Экология леса. (3.5 ч.)

Лекция. Экология – основы природопользования. Влияние урбанизации на биосферу. Роль человеческого фактора в решении проблем экологии.

Практическая работа № 5 «Мониторинг загрязнения окружающей среды по физико-химическим характеристикам».

Практическая работа № 6 «Экологическая оценка состояния зеленой зоны».

Деловая игра «Путь к гармонии с природой».

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

9. Естественное и искусственное возобновление леса (3.5 ч.)

Лекция. Естественное возобновление леса. Искусственное возобновление леса (питомники и культуры). Виды размножения древесных растений. Защитное лесоразведение и озеленение населенных пунктов. Посевной материал.

Практическая работа № 7 «Черенкование кустарников». Индивидуальная консультация.

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

10. Итоговая аттестация. (2.5 ч.)

Тестирование. Онлайн - конференция.

Огонек событий (подведение итогов онлайн - лагеря (анкета-опрос)).

Материально-техническое обеспечение программы

1. Лупа- 1 шт.;
2. Препарировальные иглы;
3. Комплект хвойных растений;
6. Комплект лиственных растений;
7. Черенки лиственных кустарников;
8. Емкости (горшки);
9. Почва;
10. Стимуляторы роста;
11. Линейка;
12. Измерительная лента;
13. Секатор;
14. Компьютер (комплект).

Перечень электронных материалов информационно-образовательных ресурсов к программе

Учебные фильмы и руководства к ним:

I. Комплексные исследования экосистем. — Комплект из 10 учебных видеофильмов и руководств для учителя. Часть 1, осенний сезон.

Боголюбов А.С., Броуди М., Кравченко М.В., Баслеров С.В. М.: Экосистема, 1999:

II. Комплексные исследования экосистем. — Комплект из 10 учебных видеофильмов и руководств для учителя. Часть 2, зимний сезон. Боголюбов А.С., Броуди М. М.: Экосистема, 1999:

III. Комплексные исследования экосистем. — Комплект из 10 учебных видеофильмов и руководств для учителя. Часть 3, весенний сезон. Боголюбов А.С., Броуди М. М.: Экосистема, 2000:

IV. Комплексные исследования экосистем. — Комплект из 10 учебных видеофильмов и руководств для учителя. Часть 4, летний сезон. Боголюбов А.С., Броуди М. М.: Экосистема, 2000:

Компьютерные определители объектов природы России
Боголюбов А.С., Васюкова О.В., Кравченко М.В., Лазарева Н.С.

Интернет – ресурсы для обучающихся

1. <http://www.ecosystema.ru/> Экологический центр «Экосистема».

Сайт посвящён проблемам полевой биологии, экологии, географии и экологического образования школьников в природе.

2. <http://www.what-this.ru/> Детская энциклопедия «WHATTHIS».

3. <http://www.apus.ru> Портал о живой природе.

4. <http://www.zooclub.ru/> Энциклопедия о животных.

5. <http://lifeplanet.org/> Образовательно-энциклопедический портал «Живая планета».

6. <http://unnaturalist.ru/> Юный натуралист.

Уникальный старейший научно-популярный журнал для детей и юношества.

7. <http://www.geo.ru> ГЕОлёнок. Детский географический журнал.

8. <http://zateevo.ru/> Детский сайт Затеево.

9. <http://www.forest.ru/> - Сайт посвящен российским лесам, их охране и устойчивому использованию. Российское лесное законодательство. Проблемы российских лесов.

10. forest.report.ru - Портал посвящен экологии леса. Ссылки на лучшие ресурсы Интернет по вопросам экологии и защиты леса, организации по

защите природных ресурсов, книги и журналы по охране леса, справочники и словари, порталы по лесопользованию и управлению лесами.

11. <http://www.dland.ru/> - Галерея хвойных деревьев (фото, рисунки, иллюстрации), статьи по темам: ландшафтный дизайн, благоустройство, посадка деревьев и кустарников, система автоматического полива, газоны, озеленение.

Литература для педагогических работников

1. Г.И. Болотов и другие «Экологическая обстановка в г. Воронеже» Воронеж 1994г
2. И.И.Зезюков «Рекомендации по организации опытнической работы в сельских школах» Воронеж 1992 г.
3. Т.А Антипенко и др. «Лесное хозяйство» терминологический словарь М: ВНИИЛМ.2002.-368 с.
4. А. Благовидов, Д. Очаров, А Птичников «Сохранение биоразнообразия лесов России» серия публикаций Департамента природной политики и экспертизы Роспредставительства WWF 2002 – 108 с.
5. Атлас биологического разнообразия лесов Европейской части России и сопредельных территорий М. 1996 год, 144 с.
6. Н.Н. Плавильщиков Определитель Насекомых М.: Топикал. 1994.-544 с.
7. Бугаев В. А., Муслевский А. Л. Состояние лесного фонда Хопёрского заповедника 203-206. Состояние изучение и сохранение заповедных природных комплексов лесостепной зоны: сборник научных статей, посвящённых 65-летию Хопёрского государственного природного заповедника (пос. Варварино, Воронежская обл.) – Воронеж: Воронежский государственный университет 2000.
8. Каплан Б.М. “Изучение лесной растительности” – М.: Лесная страна 2009 - 139 с.
9. Н.Н. Падий «Краткий определитель вредителей леса» М. Лесная промышленность 1972.

10. А.Я. Григоровская, Д.С. Зелепукин «Флора дубрав городского округа город Воронеж» - Воронеж 2013 – 195.
11. Организация мониторинга популяций птиц-дуплогнездников: Методическое пособие для педагогов дополнительного образования и учителей (сост. А.С.Боголюбов). М.: Экосистема, 1996. — 6 с.
12. Боголюбов А.С. Методы учетов численности птиц: маршрутные учеты: Методическое пособие для педагогов дополнительного образования и учителей. М.: Экосистема, 1996. — 17 с.
13. Дунаев Е.А., Боголюбов А.С. Методы сбора и учетов численности насекомых: Методическое пособие для педагогов дополнительного образования и учителей. М.: Экосистема, 1996. — 25 с.
14. Боголюбов А.С., Панков А.Б. Простейшая методика геоботанического описания леса: Методическое пособие для педагогов дополнительного образования и учителей. М.: Экосистема, 1996. — 17 с.
15. Лазарева Н.С., Боголюбов А.С. Введение в морфологию высших растений (пособие для начинающих работать с определителем растений): Методическое пособие для педагогов дополнительного образования и учителей. М.: Экосистема, 1997. — 37 с.
16. Буйволов Ю.А., Кравченко М.В., Боголюбов А.С. Методика оценки жизненного состояния леса по сосне. М.: Экосистема, 1998. — 25 с.
17. Простейшая методика описания почв (сост. А.С.Боголюбов, М.В.Кравченко). М.: Экосистема, 1998. — 21 с.

Литература для обучающихся

1. Г.С.Эрдели «Наши зелёные друзья» (Беседы о растениях) Воронежский государственный университет 2002 г.
2. А.Н. Захлебный «Книга для чтения по охране природы» М. «Просвещение» 1986г
3. В,П, Ливенцев, В.Г. Атрохин «Практикум по лесоводству» учебное пособие для учащихся 9-10 кл. М. «Просвещение», 1978 .

4. Р.И. Аношин «Практикум по дендрологии и лесоводству». Лесная промышленность, 1976, 184 с.

**ПРОГРАММА ПРОФИЛЬНОГО ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНОГО
ОНЛАЙН - ЛАГЕРЯ
«ИССЛЕДОВАТЕЛЬ»**

Направленность: **естественнонаучная**

Направление: **экология**

Уровень реализации: **углубленный (продвинутый)**

Срок реализации программы: **28 час (8 дней).**

Возраст учащихся: **13-16 лет**

Форма реализации: **с использованием дистанционных технологий**

Воронеж – 2020 г.

Пояснительная записка

Программа профильного естественнонаучного онлайн – лагеря «Исследователь» разработана на основании дополнительной общеразвивающей программы «Проектная и исследовательская деятельность в экологии» и предназначена для обучающихся 13-16 лет, проявляющих интерес к исследовательской и проектной деятельности в области экологии.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана на основании:

- Закона № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № 09-3242 от 18.11.15г.);
- Приказа Министерства Просвещения РФ «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» № 196 от 9 ноября 2018 г.
- Приказа Министерства образования и науки РФ «Порядок применения организациями осуществляющих образовательную деятельность, электронное обучение, дистанционные образовательные технологии при реализации образовательных программ» № 816 от 23.08.2017 г.

Программа онлайн - лагеря дает возможность охвата комплекса методик исследовательской и проектной деятельности в области экологии, способствующих развитию и расширению кругозора обучающихся.

В программе используются **технологии исследовательского обучения** и **технологии учебного проектирования**, которые помогают сориентировать обучающихся в исследовании в природе.

Цель: развитие исследовательской компетентности обучающихся посредством освоения ими методов научного познания и умений учебно-исследовательской и проектной деятельности.

Задачи:

- развить умений планировать, контролировать и оценивать действия в области проектной и исследовательской деятельности в соответствии с поставленными задачами, условиями реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- формировать знания основ проектной и исследовательской деятельности и умения проведения проектной и исследовательской деятельности;

- формировать знания о способах получения информации, видовом разнообразии источников и умений с ними работать;

- формировать знания и умений по оформлению и демонстрации результатов проектной и исследовательской деятельности в различных формах;

- формировать экологическую культуру.

По окончании изучения программы профильного естественнонаучного онлайн – лагеря «Исследователь» **обучающиеся должны знать:**

- основы технологий исследовательской и проектной деятельности;

- структуру и правила оформления исследовательской и проектной работы.

Обучающиеся должны уметь:

- формулировать тему исследовательской и проектной работы, доказывать ее актуальность; составлять индивидуальный план исследовательской и проектной работы;

- выделять объект и предмет исследовательской и проектной работы;

- определять цель и задачи исследовательской и проектной работы;

- работать с различными источниками;

- выбирать и применять на практике методы исследовательской деятельности.

Обучающиеся должны владеть понятиями: анализ, гипотеза исследования, закон, индукция, концепция, моделирование, наблюдение,

наука, обобщение, объект исследования, предмет исследования, принцип синтез, сравнение, теория, факт, эксперимент.

Срок освоения программы - 28 часов (8 дней).

Программа профильного естественнонаучного онлайн – лагеря «Исследователь» разработана для обучающихся, имеющих определенные сформированные знания по экологии и биологии, проявляющих особый интерес к учебно-исследовательской, проектной и природоохранной деятельности.

Форма аттестации: защита индивидуальных мини исследовательских и проектных работ в режиме онлайн.

Актуальность в изучении методик и технологий исследований в природе и реализации проектных идей.

Виды учебной деятельности:

Обучающиеся осваивают следующие типы деятельности: исследовательский, творческий, проектный, практический, а также познавательный, информационно-коммуникативный и рефлексивный.

Формы учебной деятельности:

- лекция, онлайн - конференция, практическое занятие по изучению методик изучения природных объектов, деловая игра, онлайн - экскурсия;
- индивидуальная онлайн - консультация.

В ходе обучения применяются следующие **формы обучения:** индивидуально-обособленная (когда материал доступен для самостоятельного обучения).

На практических занятиях **обучающиеся учатся:**

- составлять графики, таблицы, диаграммы;
- работать с каталогами;
- составлять библиографию;
- составлять презентации публичных выступлений;
- выбирать темы исследования;
- определять проблемы, требующие решения;

- формулировать темы предполагаемого исследования;
- презентовать темы на установочной конференции.

Основные ресурсы, используемые в дистанционном обучении профильного естественнонаучного онлайн – лагеря «Исследователь»

Жизнь современного человека не возможна без интернета, глобальных сетей, как оперативной возможности познания мира, огромной модели расширения пространства для общения.

Дистанционные формы образования - это возможность более полного развития индивидуальных личностных интересов. Поэтому педагогу дополнительного образования приходится осваивать технологии дистанционного образования и внедрять в образовательный процесс.

Адекватно подобранные формы дистанционного обучения, в зависимости от предпочтений и возможностей участников образовательного процесса, включая родителей, выведут образовательный процесс на более высокий уровень.

Наиболее востребованными интернет ресурсами при организации дистанционного формата взаимодействия с обучающимися являются:

Онлайн-семинар (от англ. *Online* - на линии, на связи) или **веб-конференция, вебинар** (от англ. *webinar*) - разновидность веб-конференции, проведение онлайн-встреч или презентаций через Интернет.

Во время веб-конференции каждый из участников находится у своего компьютера, а связь между ними поддерживается через Интернет посредством загружаемого приложения, установленного на компьютере каждого участника, или через веб-приложение. В последнем случае, чтобы присоединиться к конференции, нужно просто ввести адрес сайта (ссылку) в окне браузера.

Вебинары проходят в режиме реального времени.

Discord - бесплатный мессенджер с поддержкой VoIP и видеоконференций. Приложение реализовано для Windows, macOS и Linux, мобильное приложение - для Android, iOS.

Приложение способно организовывать голосовые конференции с настройкой канала связи, создавать публичные и приватные чаты для обмена текстовыми сообщениями.

В текстовом чате поддерживается присоединение файлов, картинок, вставка ссылок, форматирование текста и смайлики, размер вложения ограничен объёмом 8 МБ.

Zoom Video Communications, Inc. (Zoom) - предлагает коммуникационное программное обеспечение, которое объединяет видеоконференции, онлайн-встречи, чат и мобильную совместную работу.

Skype - бесплатное программное обеспечение с закрытым кодом, обеспечивающее текстовую, голосовую и видеосвязь через Интернет между компьютерами.

Kahoot - приложение для образовательных проектов. С его помощью можно создать тест, опрос, учебную игру или устроить марафон знаний.

Приложение работает как в настольной версии, так и на смартфонах.

YouTube – предоставляет возможность выложить видео ролик на свой канал. Для того что-бы загрузить ролик на свой канал в YouTube необходимо сделать несколько шагов:

5) Войти в свой аккаунт Google.

6) Если у вас ещё нет аккаунта, то зарегистрировать его и создать новый канал на нём.

7) После этого нажимаете в правом верхнем углу на кнопку «Добавить видео», выбираете файл и начинается загрузка.

8) Во время загрузки, необходимо задать параметры видеоролику.

Такие обязательные параметры, как: 1. Название видео 2. Описание 3. Теги 4. Выбор плейлиста 5. Установка конфиденциальности 6. Добавление своего значка.

Ссылка ролика на **YouTube** предоставляется участникам.

Учебный план

№ пп	Темы	Ресурсы	Количество часов		
			теори я	практи ка	всег о
1 день					
1.	<i>Приветствие и знакомство</i> участников онлайн – лагеря.	https://zoom.us skype	0.5	-	0.5
2.	<i>Инструктаж</i> «Техника безопасности при работе с компьютером». «Техника безопасности при проведении научных исследований».		0.5	-	0.5
3.	<i>Лекция.</i> Введение в экологию.		1	-	1
4.	<i>Лекция.</i> Понятие исследовательская деятельность.		1	-	1
5.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов дня (анкетирование)).		0.5	-	0.5
2 день					
1.	<i>Лекция.</i> Понятие проектная деятельность.	https://zoom.us skype	1	-	1
2.	<i>Практическая работа.</i>	<i>Веб-конференция</i>	-	0.5	0.5
3.	<i>Деловая игра.</i>	<i>Kahoot</i>	-	1	1
4.	<i>Онлайн – экскурсия</i>	https://www.youtube.com/	-	0.5	0.5
5.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов дня (анкетирование)).	https://zoom.us skype	0.5	-	0.5
3 день					
1.	<i>Лекции.</i> Этапы исследовательской деятельности и организация проектной деятельности.	https://zoom.us skype	2	-	2
2.	<i>Деловая игра.</i>	<i>Kahoot</i>		1	1
3.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов дня (анкетирование)).	https://zoom.us skype	0.5	-	0.5
4 день					
1.	<i>Лекции.</i> Камеральная обработка результатов. Структура оформления проектной и исследовательской деятельности.	https://zoom.us skype	2	-	2
2.	<i>Практическая работа.</i>	<i>Веб-конференция</i>	-	1	1
3.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов дня (анкетирование)).	https://zoom.us skype	0.5	-	0.5
5 день					

1.	<i>Лекция.</i> Камеральная обработка результатов. Оформление проекта.	https://zoom.us skype	1.5	-	1.5
2.	<i>Практическая работа.</i>	Веб-конференция	-	1	1
3.	<i>Онлайн – экскурсия</i>	https://www.youtube.com/	-	1	1
4.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов дня (анкетирование)).	https://zoom.us skype	0.5	-	0.5
6 день					
1.	<i>Практикум. Выполнение исследований.</i>	Веб-конференция	-	3	3
2.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов дня (анкетирование)).	https://zoom.us skype	0.5	-	0.5
7 день					
1.	<i>Лекция.</i> Публичное выступление. Презентация.	https://zoom.us skype	2	-	2
2.	<i>Индивидуальная консультация.</i>	Discord	1	-	1
3.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов дня (анкетирование)).	https://zoom.us skype	0.5	-	0.5
8 день					
1.	<i>Итоговая аттестация.</i>	Discord Веб-конференция	-	2.5	2.5
2.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов онлайн - лагеря).	https://zoom.us skype	0.5	-	0.5
	ИТОГО:		16.5	11.5	28

Содержание

1.Приветствие и знакомство участников онлайн – лагеря. Техника безопасности. Введение в экологию. (3.5 час.)

Инструктаж «Техника безопасности при работе с компьютером». «Техника безопасности при проведении научных исследований».

Лекция. Понятие экология, предмет, задачи. Значение экологических исследований.

2.Понятие исследовательская деятельность. (3.5 час.)

Лекция. Виды, цель и задачи исследовательской деятельности. Исследования природных объектов. Виды исследований в природе.

Деловая игра «Дебаты».

Онлайн – экскурсия «Экологический тур».

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

3. Понятие проектная деятельность. (3.5 час.)

Лекция. Виды, цель и задачи проектной деятельности. Виды проектов.

Практическая работа №1 «Поиск проблемы для будущего проекта, цель, задачи».

Деловая игра «Мифология исследовательской деятельности».

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

4. Этапы организации проектной и исследовательской деятельности. (3.5 час.)

Лекция. Работа над введением учебного исследования: выбор темы, обоснование ее актуальности; формулировка цели и конкретных задач предпринимаемого исследования. Работа над основной частью исследования: составление индивидуального рабочего плана, поиск источников и литературы, отбор фактического материала.

Лекция. Методы исследования: методы эмпирического исследования, методы теоретического исследования. Методики.

Лекция. Результаты опытно-экспериментальной работы: таблицы, графики, диаграммы, рисунки, иллюстрации; анализ, выводы, заключение.

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

5. Камеральная обработка результатов. Структура оформления проектной и исследовательской деятельности. (4 час.)

Лекция. Камеральная обработка результатов. Оформление проекта. Титульный лист, оглавление, введение: цель, задачи, актуальность, новизна, методики, ход выполнения исследования (проекта), результаты, выводы, практическая значимость, перспективы.

Практическая работа №2 «Выбор темы исследования и обоснование ее актуальности, выделение проблемы, формирование гипотезы».

Онлайн – экскурсия «Почвы Воронежского края».

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

6. Практикум. Выполнение исследований (3.5 час.).

6.1. Типы почв и их характеристика. Структура почвы. Влажность, кислотность, засоленность почв. Физические и химические методы определения состава почвы (карточки-задания).

Практикум № 1 «Определение механического состава, плодородия почв».

6.2. Понятие биоиндикация. Биоиндикация как метод экологического мониторинга. Сущность метода биоиндикации.

Практикум № 2 «Биоиндикация воздуха по состоянию морфологических признаков липы мелколистной».

6.3. Качество воды. Физические методы определения качества воды. Химические методы определения качества воды.

Практикум. № 3 «Исследование качества воды методами физического изучения и химического анализа»

6.4. Подготовка почвы. Органические удобрения. Понятие стратификация.

Практикум № 4 «Посев семян цветов в ящики с почвой разной кислотности».

7. Публичное выступление. Презентация. (3.5 час.).

Лекция. Понятие публичное выступление. Виды публичного выступления. Оратор и аудитория. Требования публичного выступления.

Лекция. Требования к оформлению презентации исследовательской работы.

Индивидуальная консультация.

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

8. Итоговая аттестация. (3 час.)

Онлайн – конференция.

Огонек событий (подведение итогов онлайн - лагеря).

Материально-техническое обеспечение программы

1. Набор химреактивов.

2. Почва.
3. Ящики.
4. Набор семян.
5. Компьютер (комплект).

Методическое обеспечение

1. Методические рекомендации по оформлению исследовательских и проектных работ;
2. Методические рекомендации по подготовке презентации;
3. Инструкции по проведению исследований по экологии;
4. Инструкции по проведению практических работ;
5. Инструкции по проведению практикума;
6. Разработки «Деловых игр» (онлайн - карточки);
7. Видеозаписи по темам лекций;
8. Видеозапись по теме онлайн – экскурсии.

Интернет-ресурсы

1. <http://www.ecosystema.ru/> Экологический центр «Экосистема». Сайт посвящён проблемам полевой биологии, экологии, географии и экологического образования школьников в природе
2. <http://www.what-this.ru/> Детская энциклопедия «WHATTHIS».
3. <http://www.apus.ru> Портал о живой природе.
4. <http://www.zooclub.ru/> Энциклопедия о животных.
5. <http://lifeplanet.org/> Образовательно-энциклопедический портал «Живая планета».
6. <http://unnaturalist.ru/> Юный натуралист. Уникальный старейший научно-популярный журнал для детей и юношества.
7. <http://www.geo.ru> ГЕОлёнок. Детский географический журнал.
8. <http://zateevo.ru/> Детский сайт Затеево.

Литература для педагогических работников

1. Алексеева Л.Н. Исследовательская деятельность учащихся: формирование норм и развитие способностей // Исследовательская работа школьников. – 2003 - № 4
2. Библиографическое описание документа. Общие требования и правила оформления. ГОСТ 7.1-84. – Введ. 01.01.86 – М., 1984.
3. Вихорева О.А. Исследовательская деятельность старшеклассников в условиях дополнительного образования детей: теоретико-методологический аспект: //Монография.// – Челябинск: Изд. центр «Уральская академия», 2008. – 188 с.
4. Воронков Н.А. Основы общей экологии: Учебник для студентов высших учебных заведений. Пособие для учителей. - М.: Агар, 1999. - 96 с.
5. Голубкина Н.А., Шамина М.А. Лабораторный практикум по экологии. – М.: Форум, 2003. - 56 с.
6. Дереклеева Н.И. Научно-исследовательская работа в школе. М., Вербум - М., 2001.
7. Ивин А.А. Искусство правильно мыслить: кн. для учащихся ст. классов, М., Просвещение, 1990.
8. Леонтович А.В. Исследовательская деятельность как способ формирования мировоззрения. //Народное образование, №10, 1999.
9. Мансурова С.Е., Шклярова О.А. Здоровье человека и окружающая среда: Элективный курс. М., 2006. – 112 с.
10. Масленникова А.В., Бессонова И.П. Организация детской научно – исследовательской и проектной деятельности учащихся в образовательных учреждениях (из опыта работа Зеленоградского учебного округа г. Москвы). – Научно-исследовательская и проектная деятельность учащихся. Выпуск 3// Серия: Инструктивно-методическое обеспечение содержания образования в Москве /Отв. Редактор Л.Е. Курнешова. – М.: Центр «Школьная книга», 2003.
11. Пиявский С.А. Критерии оценки исследовательских работ учащихся // Дополнительное образование, 2001. № 1. С. 10–20.

12. Худин А.Н., Белова С.Н. Проектная и исследовательская деятельность в профильном обучении // Завуч. Управление современной школой, 2006. № 4. С. 116–124.

13. Чернова Н.М., Былова А.М. Общая экология. Учебник — М.: Дрофа, 2004.

Литература для обучающихся

1. Гаев П.А. и другие. Научно–исследовательская деятельность школьников. Сборник статей и материалов. – Пенза, 2001.
2. Дорогань Л.В., Филиппов В.П., Экологический практикум – Воронеж, 1994
3. Ивин А.А. Искусство правильно мыслить: кн. для учащихся ст. классов, М., Просвещение, 1990.
4. Савенков А.И. Исследовательское обучение и проектирование в современном образовании // Школьные технологии. – 2004. - № 4.
5. Ялышева Л.В. Исследовательская деятельность – условие развития творческой личности // Исследовательская работа школьников. – 2003. -№ 5.
6. Савенков Л.И. Материалы для подростков по самостоятельной исследовательской практике. Практика административной работы. 2004 г.

**ПРОГРАММА ПРОФИЛЬНОГО ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНОГО
ОНЛАЙН - ЛАГЕРЯ
«АГРОШКОЛА»**

Направленность: **естественнонаучная**

Направление: **растениеводство**

Уровень реализации образовательных
мероприятий: **базовый**

Срок реализации: **27 часов (7 дней)**

Возраст обучающихся: **13-16 лет**

Форма реализации: **с использованием дистанционных технологий**

Воронеж – 2020 г.

Пояснительная записка

Программа онлайн – лагеря «Агрошкола» является моделью дистанционной формы занятий способствующей реализации личностно-ориентированных подходов, доступности на основе расширения образовательной среды и возможности максимального охвата обучающихся, проявляющих интерес к изучению сельскохозяйственных объектов, в частности растениеводства.

Программа онлайн – лагеря «Агрошкола» разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Агрошкола. Основы растениеводства» и предназначена для обучающихся 13-16 лет.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана на основании:

- Закона № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.12 г.;

- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № 09-3242 от 18.11.15г.);

- Приказа Министерства Просвещения РФ «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» № 196 от 9 ноября 2018 г.

- Приказа Министерства образования и науки РФ «Порядок применения организациями осуществляющих образовательную деятельность, электронное обучение, дистанционные образовательные технологии при реализации образовательных программ» № 816 от 23.08.2017 г.

Мероприятия (занятия) профильного естественнонаучного онлайн - лагеря «Агрошкола» имеют уровень освоения - **базовый**.

Область деятельности – изучение основ сельского хозяйства в области растениеводства.

Актуальность» определяется свойством отвечать потребностям сегодняшнего уровня социально-экономического развития и ориентацией на эффективное решение проблем ранней профессиональной ориентации обучающихся и стимулирование к исследованию сельскохозяйственных растений, путем расширения образовательной среды и ее доступности.

Цель: расширить познавательный интерес обучающихся с целью формирования дальнейшей области изучения и профессиональной ориентации в области растениеводства.

Задачи:

1.Образовательные:

- сформировать основополагающие компетенций обучающихся: информационной, коммуникативной, и проблемной;
- популяризировать представление обучающихся о профессиях в области сельского хозяйства;
- сформировать систему знаний, умений и навыков в области методик исследований в растениеводстве;
- актуализировать изучение теоретических и практических основ исследовательской деятельности;
- создать условия для усвоения принципов и подходов к изучению объектов растениеводства;

2.Развивающие:

- содействовать развитию личностного самообразования обучающихся;
- создать условия для освоения методик исследований природных объектов;

3.Воспитательные:

- способствовать формированию позитивного и ответственного отношения к природе родного края;
- содействовать социальной адаптации и самоопределению талантливой

молодежи;

- создать условия для профессиональной ориентации обучающихся.

Срок реализации программы: 27 часов (7 дней).

Формы учебной деятельности:

-лекции, практические занятия по изучению методик изучения объектов растениеводства;

-анкетирование;

-тестирование;

-онлайн – экскурсия;

-онлайн творческая встреча;

-деловая игра;

-онлайн – мастер – класс;

-индивидуальные консультации;

-самостоятельные индивидуальные работы;

-исследовательская работа;

-лабораторные работы с натуральными объектами;

-практические работы поискового и исследовательского характера.

Обучающиеся осваивают следующие **типы деятельности:** исследовательский, творческий, практический, а также познавательный, информационно-коммуникативный и рефлексивный.

В ходе обучения применяется **индивидуально-обособленная** (когда материал доступен для самостоятельного обучения) **форма обучения.**

В ходе обучения применяются следующие **методы:**

-по источнику знаний (словесные, наглядные, практические);

-по степени взаимодействия педагога и обучающегося (беседа (онлайн), самостоятельная работа);

-по дидактическим задачам (подготовка к восприятию, объяснение, закрепление материала);

-по характеру познавательной деятельности (объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, проблемный, частично-поисковый, исследовательский).

Количество обучающихся: индивидуально онлайн.

Состав группы: постоянный.

Форма занятий: дистанционно в режиме онлайн.

Количество занятий: занятия по 3 часа в день, 6 дней, каждое занятие по 30 минут в соответствии с учебно-календарным графиком.

Ожидаемые результаты освоения программы.

К концу реализации онлайн - лагеря обучающиеся приобретут комплекс взаимосвязанных знаний, представлений, умений, определённый опыт.

1. Личностные результаты:

-саморазвитие, самореализация;

-личностное самоопределение по выбору области изучения, социализация.

2. Метапредметные результаты:

-освоение основных методик учебно-исследовательской деятельности;

-освоение основ смыслового чтения и работа с текстом;

-сформированность следующий *компетенций:*

общекультурных:

-владением культурой мышления, способностью к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения;

-стремлением к саморазвитию и адаптации к жизни через исследовательскую деятельность;

-осознанием социальной значимости своей будущей профессии, обладанием высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности;

-осознанием сущности и значения информации в развитии современного общества; владением основными методами, способами и средствами получения, хранения, переработки информации;

-имением навыка работы в онлайн, с компьютером как средством управления информацией;

профессиональных:

-способностью применять методики исследования сельскохозяйственных объектов;

-способностью осуществлять сбор, анализ и интерпретацию материалов в области исследований сельскохозяйственных объектов;

-готовностью использовать современные информационные технологии;

-способностью использовать правила техники безопасности, пожарной безопасности и норм охраны труда при работе с компьютером;

-способностью применять современные методы исследований в области растениеводства;

-готовностью к участию в проведении самостоятельных учебных исследований, обработке и анализу их результатов исследований;

-приобретение ***универсальных учебных действий*** в самостоятельном исследовании объектов растениеводства:

-Регулятивные:

-обучающийся *научится* самостоятельно анализировать условия достижения цели на основе учета выделенных педагогом дополнительного образования ориентиров действий в области растениеводства;

-обучающийся *получит возможность научиться* самостоятельно определять цели и оценивать свои возможности и достижения.

-Коммуникативные:

-обучающийся *научится* использовать приемы поиска информации в сети Интернет и общения в режиме онлайн.

-Познавательные:

-обучающийся *научится* проводить исследование под руководством педагога дополнительного образования создавать и преобразовывать модели и схемы действий при решении задач;

-обучающийся *получит возможность научиться* ставить проблему, выстраивать схему ее решения и делать выводы.

3. Предметные результаты:

К концу обучения -

3.1. Обучающийся *должен знать*:

- морфологию и этапы развития растений;
- основные пищевые, кормовые, технические декоративные растения;
- биологические особенности сельскохозяйственных растений;
- технологии выращивания сельскохозяйственных растений;
- основы опытного дела;
- основные болезни и вредителей сельскохозяйственных растений;
- биологические особенности сорных растений и меры борьбы с ними;
- основные отрасли сельскохозяйственного производства.

3.2. Обучающийся *должен уметь*:

- применять способы подготовки семян к посеву;
- определять растения по морфологическим признакам;
- определять основные этапы развития растений;
- различать пищевые, кормовые, технические декоративные растения;
- распознавать биологические особенности сельскохозяйственных растений;
- применять технологию выращивания сельскохозяйственных растений;
- применять алгоритм закладки опыта;
- различать основные болезни сельскохозяйственных растений;
- распознавать основных вредителей сельскохозяйственных растений;
- определять сорные растения;
- применять меры борьбы с сорными растениями;
- различать основные отрасли сельскохозяйственного производства.

Этапы педагогического контроля и форма аттестации

По окончании обучения в онлайн - лагере проводится итоговая аттестация в форме тестирования по основным вопросам тем.

Контрольно-измерительные материалы: проверочные тесты.

Критерием эффективности является востребованность, полученных знаний у обучающихся, проявляющих интерес к изучению сельскохозяйственных объектов и желающих продолжить обучение в объединениях учреждений дополнительного образования и общеобразовательных школ соответствующего профиля.

Основные ресурсы используются в дистанционном обучении профильного естественнонаучного онлайн – лагеря «Агрошкола»

Реальность жизни современного человека уже не представляется без интернета, глобальных сетей, как оперативной возможности познания мира, огромной модели расширения пространства для общения.

Дистанционные формы образования все чаще входят в жизнь обучающихся, дающие им возможность более полного развития индивидуальных личностных интересов. Поэтому педагогу дополнительного образования приходится осваивать технологии дистанционного образования и внедрять в образовательный процесс.

Адекватно подобранные формы дистанционного обучения, в зависимости от предпочтений и возможностей участников образовательного процесса, включая родителей, выведут образовательный процесс на более высокий уровень.

Наиболее используемыми интернет ресурсами являются:

Онлайн-семинар (от англ. *Online* - на линии, на связи) или **веб-конференция, вебинар** (от англ. *webinar*) - разновидность веб-конференции, проведение онлайн-встреч или презентаций через Интернет.

Во время веб-конференции каждый из участников находится у своего компьютера, а связь между ними поддерживается через Интернет посредством загружаемого приложения, установленного на компьютере каждого участника, или через веб-приложение. В последнем случае, чтобы присоединиться к конференции, нужно просто ввести адрес сайта (ссылку) в окне браузера.

Вебинары проходят в режиме реального времени.

Discord - бесплатный мессенджер с поддержкой VoIP и видеоконференций. Приложение реализовано для Windows, macOS и Linux, мобильное приложение - для Android, iOS.

Приложение способно организовывать голосовые конференции с настройкой канала связи, создавать публичные и приватные чаты для обмена текстовыми сообщениями.

В текстовом чате поддерживается присоединение файлов, картинок, вставка ссылок, форматирование текста и смайлики, размер вложения ограничен объёмом 8 МБ.

Zoom Video Communications, Inc. (Zoom) - предлагает коммуникационное программное обеспечение, которое объединяет видеоконференции, онлайн-встречи, чат и мобильную совместную работу.

Skype - бесплатное программное обеспечение с закрытым кодом, обеспечивающее текстовую, голосовую и видеосвязь через Интернет между компьютерами.

Чат, чаттер (англ. *Chatter* «болтать») - средство обмена сообщениями по компьютерной сети в режиме реального времени, а также программное обеспечение, позволяющее организовывать такое общение.

Характерной особенностью является коммуникация именно в реальном времени, что отличает чат от форумов.

Под словом **чат** обычно понимается групповое общение.

Kahoot - приложение для образовательных проектов. С его помощью можно создать тест, опрос, учебную игру или устроить марафон знаний.

Приложение работает как в настольной версии, так и на смартфонах.

YouTube – предоставляет возможность выложить видео ролик на свой канал. Для того, чтобы загрузить ролик на свой канал в YouTube необходимо сделать несколько шагов:

9) Войти в свой аккаунт Google.

10) Если у вас ещё нет аккаунта, то зарегистрировать его и создать новый канал на нём.

11) После этого нажимаете в правом верхнем углу на кнопку "Добавить видео", выбираете файл и начинается загрузка.

12) Во время загрузки, необходимо задать параметры видеоролику. Такие обязательные параметры, как: 1. Название видео 2. Описание 3. Теги 4. Выбор плейлиста 5. Установка конфиденциальности 6. Добавление своего значка.

Ссылка ролика на **YouTube** предоставляется слушателям.

Учебный план

№	Темы	Ресурс	Количество часов		
			всего	теория	практика
<i>1 день</i>					
1.	<i>Приветствие и знакомство</i> участников онлайн – лагеря.	https://zoom.us skype	0.5	0.5	-
2.	<i>Инструктаж</i> «Техника безопасности при работе с компьютером». «Техника безопасности при проведении научных исследований»		0.5	0.5	-
3.	<i>Лекция.</i> Введение в растениеводство. Семеноведение.		1	1	-
4.	<i>Практические работы.</i>	Веб-конференция	2	-	2
5.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов дня (анкетирование))	https://zoom.us skype	0.5	0.5	-
<i>2 день</i>					
1.	<i>Лекция.</i> Морфология и основные этапы развития растений.	https://zoom.us skype	2	2	-
2.	<i>Практические работы.</i>	Веб-конференция	1	-	1
3.	<i>Онлайн – экскурсия</i> «Растениеводческие комплексы Воронежской области»	https://www.youtube.com/	0.5	-	0.5
4.	<i>Огонек событий</i> (подведение итогов дня (анкетирование))	https://zoom.us skype	0.5	0.5	-
<i>3 день</i>					
1.	<i>Лекция</i> Основные агротехнические приемы выращивания растений.	https://zoom.us skype	1	1	-
2.	<i>Практическая работа.</i>	Веб-конференция	1	-	1

3.	Деловая игра «Сельскохозяйственные профессии».	Kahoot	1	-	1
4.	Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование))	https://zoom.us skype	0.5	0.5	-
4 день					
1.	Лекция. Многообразие и классификация культурных растений.	https://zoom.us skype	0.5	0.5	-
2.	Лекция. Биологические особенности и технология возделывания зерновых и зернобобовых культур		1	1	-
3.	Практические работы.	Веб-конференция	1.5		1.5
4.	Онлайн – творческая встреча с учеными сельского хозяйственного профиля		1	1	-
5.	Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование))	https://zoom.us skype	0.5	0.5	-
5 день					
1.	Лекция. Биологические особенности и технология возделывания клубнеплодов, корнеплодов и бахчевых культур.	https://zoom.us skype	1	1	-
2.	Практические работы.	Веб-конференция	1	1	-
3.	Онлайн – экскурсия «Научно-исследовательский институт сельского хозяйственного профиля».	https://www.youtube.com/	1	-	1
4.	Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование))	https://zoom.us skype	0.5	0.5	-
6 день					
1.	Лекция. Биологические особенности и технология возделывания масличных и эфиромасличных культур	https://zoom.us skype	1	1	-
2.	Лекция. Биологические особенности и технология возделывания овощных культур.		1.5	1.5	-
3.	Онлайн – мастер класс «Посев семян растений микрозелени».	Веб-конференция	0.5	-	0.5
4.	Практическая работа.		0.5	-	0.5
5.	Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование))	https://zoom.us skype	0.5	0.5	-
7 день					
1.	Лекция. Болезни культурных растений.	https://zoom.us skype	0.5	0.5	-
2.	Лекция. Вредители культурных растений.		0.5	0.5	-
3.	Лекция. Сорные растения.		0.5	0.5	-
4.	Индивидуальная консультация	Чад	0.5	0.5	-
5.	Деловая аттестация.	Kahoot Веб-конференция	0.5	0.5	-
6.	Огонек событий (подведение итогов онлайн - лагеря (анкета-опрос)).	https://zoom.us skype	0.5	0.5	-
ИТОГО:			27	18	9

Содержание

1. Техника безопасности при работе с компьютером. Введение в растениеводство. Семеноведение. (4.5 ч)

Приветствие и знакомство участников онлайн – лагеря.

Инструктаж «Техника безопасности при работе с компьютером». «Техника безопасности при проведении научных исследований».

Лекция. Растениеводство, как отрасль сельского хозяйства, занимающаяся возделыванием культурных растений. Растениеводческая продукция как источник продуктов питания для населения, как корм в животноводстве, как сырье в пищевой, текстильной, фармацевтической, парфюмерной промышленности. Семеноведение. Посевные качества семян.

Практическая работа № 1 «Изучение морфологических особенностей семян».

Практическая работа № 2 «Сортировка, калибровка семян».

Практическая работа № 3 «Предпосевная подготовка и посев семян».

Практическая работа № 4 «Проращивание семени».

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

2. Морфология и основные этапы развития растений. (4 ч.)

Лекция. Морфология растений: вегетативные и генеративные органы. Основные этапы развития растений, фенологические фазы.

Практическая работа № 5 «Наблюдение за всходами растений».

Практическая работа № 6 «Технология работы с определителем растений».

Онлайн – экскурсия «Растениеводческие комплексы Воронежской области».

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

3. Основные агротехнические приемы выращивания растений. (3.5ч.)

Основные агротехнические приемы выращивания растений.

Практическая работа № 7 «Изучение агротехнических приемов».

Деловая игра «Сельскохозяйственные профессии».

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

4. Многообразие и классификация культурных растений. (1 ч.)

Лекция. Многообразие и классификация культурных растений по П.И. Подгорному.

Практическая работа № 8 «Изучение фотогербария культурных растений».

5. Биологические особенности и технология возделывания зерновых и зернобобовых культур. (4.5 ч.)

Лекция. Биологические особенности и технология возделывания зерновых, зернобобовых культур.

Практическая работа № 9 «Наблюдение за фенологическим фазами зерновых и зернобобовых культур».

Практическая работа № 10 «Создание коллекции семян зерновых и зернобобовых культур».

Онлайн – творческая встреча (с учеными сельского хозяйственного профиля).

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

6. Биологические особенности и технология возделывания клубнеплодов, корнеплодов и бахчевых культур. (3.5 ч.)

Лекция. Народно-хозяйственное значение, биологические особенности и технология возделывания клубнеплодов, корнеплодов и бахчевых культур.

Практическая работа № 11 «Создание коллекции семян бахчевых культур».

Практическая работа № 12 «Изучение морфологических особенностей клубнеплодов, корнеплодов и бахчевых культур».

Онлайн – экскурсия «Научно-исследовательский институт сельскохозяйственного профиля».

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование)).

7. Биологические особенности и технология возделывания масличных и эфиромасличных культур. (1.5 ч.)

Лекция. Народно-хозяйственное значение, биологические особенности и технология возделывания масличных культур.

Практическая работа № 13 «Наблюдение за фенологическим фазами масличных культур».

8. Биологические особенности и технология возделывания овощных культур. (2.5 ч.)

Лекция. Биологические особенности и технология возделывания овощных культур.

Онлайн – мастер класс «Посев семян растений микрозелени».

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование).

9. Болезни и вредители культурных растений. Сорные растения. (2 ч.)

Лекция. Болезни культурных растений и меры борьбы с ними.

Лекция. Вредители культурных растений и меры борьбы с ними.

Лекция. Биологические особенности сорных растений. Классификация сорных растений.

Индивидуальная консультация.

Огонек событий (подведение итогов дня (анкетирование).

10. Итоговая аттестация. (1 ч.)

Итоговая аттестация. Тестирование.

Огонек событий (подведение итогов онлайн - лагеря (анкета-опрос).

Материально-техническое обеспечение программы

1. Лупа- 1 шт.
2. Линейка - 1 шт.
3. Весы электронные (кухонные) - 1 шт.
4. Комплект семян злаков.
6. Комплект семян бобовых культур.
7. Комплект семян овощных культур.

8. Минеральные удобрения (комплексные для рассады) – 1 комплект.
9. Ножницы большие - 1 шт.
10. Влагомер - 1 шт. (для демонстрации педагогом).
11. Микроскоп - 1 шт. (для демонстрации педагогом).
12. Компьютер (комплект).

Методическое обеспечение

1. Комплект тестов (3 уровня освоения знаний);
2. Инструкции по проведению исследований в растениеводстве;
3. Инструкции по проведению практических работ;
4. Разработка «Деловой игры»;
5. Видеозаписи лекций по темам;
6. Видео запись онлайн – экскурсий;
7. Видео запись онлайн – творческой встречи;
8. Видео запись онлайн мастер – класса.

Интернет-ресурсы

1. <http://www.ecosystema.ru>/Экологический центр «Экосистема».

Сайт посвящён проблемам полевой биологии, экологии, географии и экологического образования школьников в природе

2. <http://www.what-this.ru>/Детская энциклопедия «WHATTHIS».

3. <http://lifeplanet.org>/Образовательно-энциклопедический портал «Живая планета».

4. <http://unnaturalist.ru>/Юный натуралист.

Уникальный старейший научно-популярный журнал для детей и юношества.

5. <http://www.geo.ru>ГЕОлёнок. Детский географический журнал.

Литература для педагогических работников

1. Агробиологические основы производства, хранения и переработки продуктов растениеводства: Учебник (по / В.И. Филатов и др. - Москва: Высшая школа, 2016. - 588 с.

2. Вавилов, П.П. Растениеводство / Вавилов, П.П. и. - М.: Колос; Издание 2-е, перераб. и доп., 2019. - 432 с.
3. Вавилов, П.П. Полевые сельскохозяйственные культуры в России / П.П. Вавилов, Л.Н. Балышев. - М.: Колос, 2018. - 160 с.
4. Васильев, Д.С. Подсолнечник / Д.С. Васильев. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Агропромиздат, 2017. – 174 с.
5. Васько, В.Т. Теоретические основы растениеводства и земледелия / В.Т. Васько. - М.: Профи-информ, 2017. - 247 с.
6. Гатаулина Г.Г. Технология производства продукции растениеводства: учебник для среди, спец, учебн. завед. / Г.Г. Гатаулина, В.Е. Долгодворов, М.Г. Обьедков; под ред. Г.Г. Гатаулиной. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: КолосС, 2017. - 328 с.
7. Гриценко, В. В. Семеноведение полевых культур: учебник для вузов [Текст] / В.В. Гриценко, З.М. Калошина - М.: Колос, 2017. - 272 с.
8. Гатаулина, Г.Г. Формирование урожая и динамические характеристики продукционного процесса у зерновых бобовых культур: монография / Г.Г. Гатаулина, С.С. Соколова. - М.: Изд-во РГАУ - МСХА, 2018. - 272 с.
9. Матюк, Н.С. Приемы возделывания и уборки полевых культур / Н.С. Матюк [и др.]. - М.: Изд-во МСХА, 2018.-425 с.
- 11.Эрконовец М.С. Кукуруза (выращивание, уборка, консервирование и использование): учеб.-практ. руков. /Д. Шпаар под общ. ред. Д. Шпаара. - М.: ООО «ДЛВ Агродело», 2017. - 390 с.
- 10.Щалковский С.В. Зерновые культуры (выращивание, уборка, доработка и использование) / Д. Шпаар под общ. ред. Д. Шпаара. - М.: ООО «ДЛВ Агродело», 2018. - 656 с.

Литература для обучающихся

1. Гатаулина, Г.Г. Формирование урожая и динамические характеристики продукционного процесса у зерновых бобовых культур: монография / Г.Г. Гатаулина, С.С. Соколова. - М.: Изд-во РГАУ - МСХА, 2018. - 272 с.
- 2.Гатаулина, С.С. Соколова. - М.: Изд-во РГАУ - МСХА, 2018. - 272 с.

3. Жуковский Г.М. Культурные растения и их сородичи / Г.М. Жуковский. - Л.: Колос, 2017. - 750 с.
4. Коршунов, А. В. Картофель России. В 3 т. / А. В. Коршунов [и др.]; под ред. А.В. Коршунова. - М.: 2017. - 1535 с.
5. Минкевич, И.А. Масличные культуры / И.А. Минкевич, В.Е. Борковский. - М.: Сельхозгиз, 2019. - 560 с.
6. Основы опытного дела в растениеводстве. - М.: КолосС, 2017. - 272 с.
7. Посыпанов, Г.С. Растениеводство. Проблемы экологии и растительного белка: монография / Г.С. Посыпанов.- М.: ИНФРА-М, 2015.- 251 с.
8. Практикум по агробиологическим основам производства, хранения и переработки продукции растениеводства. - М.: Колос, 2017. - 324 с.
9. Практикум по технологии производства продукции растениеводства. Учебник / В.А. Шевченко и др. - М.: Лань, 2017. - 424 с.
10. Шпаар, Д. Яровые масличные культуры / Д. Шпаар [и др.]; под общ. ред. В.А. Щербакова. - Минск: ФУАинформ, 2017.- 283 с.

Online-лагерь «Основы формирования здорового образа жизни»

Направленность: **физкультурно-спортивная**

Уровень реализации образовательных

мероприятий: **базовый**

Срок реализации: **5 дней**

Возраст обучающихся: **14-17 лет**

Форма реализации: **с использованием дистанционных технологий**

Воронеж – 2020 г.

Пояснительная записка

Здоровый образ жизни – это образ жизни, который способствует укреплению здоровья, профилактике болезней и несчастных случаев.

Факторы, положительно влияющие на здоровье подростка: соблюдение режима дня, рациональное питание, закаливание, занятия спортом, хорошие взаимоотношения. Факторы риска для здоровья подростка: гиподинамия, нерациональное беспорядочное питание, курение, употребление алкоголя, наркотиков и других токсичных веществ, эмоциональная и психическая напряженность дома, в школе, с друзьями, а также экологические факторы риска.

«Береги здоровье смолоду!» – эта пословица имеет глубокий смысл. Формирование здорового образа жизни должно начинаться с рождения ребенка, для того чтобы у молодого человека уже выработалось осознанное отношение к своему здоровью.

Цели и задачи

Цель: сформировать и развить навыки здорового образа жизни у подростков.

Основные задачи:

- формирование у подростков осознанной потребности быть здоровыми;
- развитие потребности в двигательной активности;
- укрепление психического и физического здоровья;
- выработка отрицательного отношения к вредным привычкам;
- формирование у подростков уверенности в себе.

Сроки и место проведения

Длительность online-лагеря – 5 дней.

Место проведение – online-пространство (vkontakte, zoom).

Участники online-лагеря

Обучающиеся образовательных организаций Воронежской области в возрасте от 14 до 17 лет.

Концепция и программа online-лагеря

Участники online-лагеря делятся на online-отряды по 10 человек, за каждым отрядом закрепляется наставник. В социальной сети «ВКонтакте» создается группа online-лагеря, а у каждого online-отряда – общий чат.

В программу online-лагеря включены:

- лекции и мастер-классы;
- спортивные занятия и тренинги разной направленности;
- тематические и творческие мероприятия, конкурсы.

Распорядок дня

8:30-8:45 – Зарядка: *общий прямой эфир с тренером в zoom.us*

9:00-9:30 – Завтрак: *фото от каждого участника выкладывается в отрядном чате «ВКонтакте».*

10:00-11:30 – Тематические лекции: *общий прямой эфир в zoom.us*

12:00-13:00 – Тренировка: *общий прямой эфир с тренером в zoom.us или трансляция тематических видеоуроков на платформе образовательного центра «Орион» в разделе «Лекториум» по ссылке orioncentr.ru/lecture-hall*

15:00-16:00 – Дневное дело творческой направленности: *отрядное мероприятие в zoom.us*

16:00-16:30 – Двигательная активность: *отрядное или общее мероприятие в zoom.us*

16:30-17:00 – Вечерний огонек: *отрядное мероприятие в zoom.us*

План-сетка

	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт
8:30-8:45	Зарядка: элементы растяжки/йоги				
9:00-9:30	Завтрак				
10:00-11:30	Тема: мотивация и позитивное мышление	Тема: двигательная активность	Тема: правильное питание	Тема: отсутствие вредных привычек	Тема: отдых и распорядок дня
12:00-13:00	Тренировка				
15:00-16:00	ДД «Визитная карточка»: самопрезента ция –	ДД: рассказ об играх народов мира	ДД: рассказ о своем любимом/вел	ДД: рассказ о любимом виде спорта	ДД: презентация личной программы

	демонстрация своего личного достижения		иком спортсмене		здорового образа жизни на месяц
16:00-16:30	Двигательная активность: танцы/зумба/фитнес				
16:30-17:00	Вечерний огонек на знакомство/ медитация 3 минуты	Вечерний огонек/ медитация 3 минуты	Вечерний огонек/ медитация 3 минуты	Вечерний огонек/ медитация 3 минуты	Вечерний огонек – подведение итогов/ медитация 3 минуты

Содержание

День 1

Лекция «Мотивация и позитивное мышление»

Для того чтобы быть оптимистом, необходимо изменить вредные убеждения и почувствовать силу настоящего момента. Исследователи обнаружили, что позитивный настрой — ключ к стойкости и упорству. Он дает нам силы преодолевать препятствия и продолжать свой путь, отмечая варианты и возможности.

Мероприятие проводится с целью формирования позитивного мышления, активной жизненной позиции, позитивного настроения и взгляда в будущее; повышения стрессоустойчивости личности. Изучение и применение техник позитивного мышления. Методы и способы самоподдержки и заботы об окружающих людях.

Мотивация от чемпионов – истории великих спортсменов с ОВЗ (приложение 1).

Пример силовой тренировки

- Разминка + растяжка – 5 минута
- Динамические отжимания – 3 круга по 10 раз
- Бёрпи – 20
- Пресс – 20
- Планка – 30 секунд/5 кругов, отдых между кругами 30 секунд, т.е. 30 секунд работа/30 секунд отдых

➤ Растяжка – 5 минут

Дневное дело «Визитная карточка»: демонстрация своего личного достижения

Цель мероприятия – познакомить ребят друг с другом внутри отряда, проявить творческие способности и раскрыть себя.

Огонёк «Звездопад»

Цель огонька в первый день – знакомство детей и наставника друг с другом, формирование у детей потребности в общении и рефлексии совместной деятельности, организация процесса самопознания.

Заранее заготавливаются звездочки с вопросами и складываются в коробку. Наставник достает по одной звездочки для каждого ребенка и зачитывает вопрос. Ребята по очереди отвечают на вопросы, если кто-то хочет ответить не на свой вопрос, пусть высказывает свое мнение. Вопросы могут быть следующими:

Что для тебя значит слово «друг»?

Каким ты себя представляешь через двадцать лет?

Какой у тебя характер?

Какой твой любимый предмет в школе?

Много ли у тебя друзей?

Ссоришься ли ты с родителями, и по какому поводу?

Какая твоя любимая песня?

Какие качества в человеке ты ценишь больше всего?

Чем ты любишь заниматься в свободное время?

В какие игры ты любишь играть?

Каких людей ты считаешь лучшими друзьями?

Что ты не любишь больше всего?

Любишь ли ты читать?

Счастливый ли ты человек? Почему?

День 2

Лекция «Двигательная активность»

Любая часть мироздания, сколь незначительной она бы ни была, чтобы правильно функционировать, должна находиться в состоянии абсолютного равновесия, это относится и к организму. В организме человека все сбалансировано. Необходим только определенный объем физических нагрузок, определенное количество питательных веществ, определенное время сна и отдыха. Если человек получает мало или много нагрузки, пищи или отдыха, тогда нарушается равновесие систем и расстройства функций. Если нет равновесия, нет здоровья и благополучия.

Двигательная активность, вот в чем нуждается организм человека, для нормального функционирования, укрепления здоровья и достижения хорошего самочувствия. В основе физических упражнений должен лежать принцип равновесия. С помощью соответствующего воспитания и пропаганды об образе жизни, можно изменить свой стиль жизни.

Известно, что движение является основным стимулом жизнедеятельности организма, и, наоборот, при недостатке движений наблюдается, как правило, ослабление физических функций, низкое физическое развитие, понижается тонус и жизнедеятельность организма.

Занятие физическими упражнениями активизируют физиологические процессы и восстанавливают нарушение функций человека. Поэтому, физические упражнения являются средством профилактики и восстановления. Физические нагрузки оказывают разностороннее влияние на организм подростков, повышает его устойчивость к неблагоприятным воздействиям окружающей среды.

Бег. Откуда мы и куда бежим? Кроссовки для бега. Важные ответы о беге от рекордсмена России по марафону Леонида Швецова (приложение 2).

Пример силовой тренировки

- Разминка – 1 минута
- Уголок из положения лёжа – 3 круга по 10 раз
- Приседания (для утяжеления используйте рюкзак на животе) – 3 круга по 10 раз

- «Бабочка» (выпрыгивание из положения сидя с хлопком вверху) – 3 круга по 10 раз
- Отжимания
- Планка с поочередным касанием плеч ладонью в упоре лежа – 3 круга по 1 минуте
- Растяжка – 5 минут

Дневное дело: рассказ об играх народов мира

Дети играют в игры повсюду: и в окрестностях пустыни Калахари, и на Крайнем Севере. Некоторые из игр известны повсеместно и не имеют четкой территориальной принадлежности (прятки, жмурки и другие). Но есть игры, о которых не подозревают даже дети соседней области. И, конечно, у каждой народности есть свои исконно национальные игры.

Каждый ребенок готовит презентацию о национальной игре и демонстрирует своим товарищам.

Огонёк

Цель огонька в основной период – формирование у детей потребности в общении и рефлексии совместной деятельности, организация процесса самопознания, анализ прожитого дня.

День 3

Лекция «Правильное питание»

Принципы здорового питания. Потребность подростка в еде. Режим питания. Как правильно составлять меню. Последствия неправильного питания подростка: анорексия, лишний вес.

Пример силовой тренировки

- Разминка/растяжка – 5 минут
- Махи двухлитровой бутылкой воды – 2 подхода/30 раз
- «Скалолаз» – 2 подхода/30 раз
- «Стульчик» у стенки – 30 секунд работа/30 секунд отдых
- «Пистолет» – по 10 раз на каждую ногу

- Ситапы на пресс (из положения лёжа нужно подняться и коснуться ног)
– 15 раз
- Планка – 30 секунд/5 кругов, отдых между кругами 30 секунд, т.е. 30 секунд работа/30 секунд отдых
- Растяжка – 5 минут

Дневное дело: рассказ о своем любимом/великом спортсмене

Цель мероприятия – расширить представление подростков об истории спорта, сформировать положительную нравственную оценку спортивных достижений, позитивное отношение к героям спорта, побудить к занятиям спортом.

Каждый ребенок готовит историю о достижениях спортсмена и знакомит своих товарищей.

Истории успеха Майкла Фелпса, Арнольда Шварценеггера, Усейна Болта, Брюса Ли (приложение 3).

Огонёк

Цель огонька в основной период – формирование у детей потребности в общении и рефлексии совместной деятельности, организация процесса самопознания, анализ прожитого дня.

День 4

Лекция «Отсутствие вредных привычек»

Цели данного мероприятия:

- выяснить представления у учащихся о том, что является полезным и вредным для человека;
- познакомить с понятием «вредные привычки» и дать представление о неблагоприятных для человека последствиях;
- способствовать формированию у учащихся стремления приобретать полезные привычки и избегать вредных;
- дать понятие устойчивого здорового развития личности.

Пример силовой тренировки

- Разминка + растяжка – 5 минут

- Динамические отжимания – 3 круга по 10 раз
- Приседания плиометрические (с небольшим выпрыгиванием) – 10 раз
- Выпады (с 1,5литровыми бутылками воды в обеих руках) – по 10 раз на каждую ногу
- Зашагивания на стул/тумбу с бёрпи – 15 раз
- Пресс – 25 раз
- Планка – 30 секунд/5 кругов, отдых между кругами 30 секунд, т.е. 30 секунд работа/30 секунд отдых
- Растяжка – 5 минут

Дневное дело: рассказ о любимом виде спорта

Цель – вовлечь подростков в систематическое занятие спортом, физической культурой; привлечь к здоровому образу жизни; научить работать в группах, развить коммуникативные способности.

Ребята делятся внутри отряда на микрогруппы, договариваются какой вид спорта будут представлять и затем презентуют его.

CrossFit, как базовая программа силовой и общей физической подготовки (приложение 4).

Огонёк

Цель огонька в основной период – формирование у детей потребности в общении и рефлексии совместной деятельности, организация процесса самопознания, анализ прожитого дня.

День 5

Лекция «Отдых и распорядок дня»

Режим дня – неотъемлемая часть здорового образа жизни. Он должен включать строгое чередование труда и отдыха. Каждый сам выбирает себе тот или иной распорядок, наиболее удобный для него в зависимости от характера своей работы, бытовых условий, привычек и склонностей.

Мотивирование подростка на соблюдение режима дня. Обязательные пункты в режиме дня. Правильный отдых, как составляющая здорового образа жизни.

Пример силовой тренировки (выполнить на время 4 круга)

- 50 джемпинг джеков
- 25 бёрпи
- 15 зашагиваний на стул/тумбу
- 10 выпадов на месте с утяжелением

Дневное дело: презентация личной программы здорового образа жизни на месяц

Каждый участник лагеря составляет свой индивидуальный план здорового образа жизни на месяц. Прописывает цели, режим дня и питания, составляет программу тренировок.

Затем проходит презентация своих программ и подведение итогов.

Огонёк

Цель заключительного огонька – подвести итог жизни отряда, какое влияние отряд оказал на каждого члена коллектива. Этот «огонек» является очень важным в формировании самопознания и самооценки подростка.

На этом «огоньке» разговор должен проходить о самих ребятах, о том, как они изменились, в чем стали лучше, пожелания на будущее. На нем должны быть сказаны все самые теплые, важные и нужные слова. Каждому важно знать, каков он в глазах товарищей.

Приложение 1

Мотивация от чемпионов – истории великих спортсменов с ОВЗ

Эйми Маллинз – 43-летняя модель и актриса из США, история которой впечатляет и вдохновляет. Девушка родилась без малоберцовых костей, из-за которой ей в годовалом возрасте ампутировали обе ноги до колена. Сейчас же ее знают, как одну из самых красивых женщин мира по версии журнала People, которая установила три мировых рекорда в беге на короткие дистанции и прыжках в длину среди инвалидов.

Лишившись ног во младенчестве, юная Эйми начала ходить на протезах и спокойно посещала самую обычную школу в Пенсильвании. Она занималась софтболом и теннисом, а в старших классах выигрывала все соревнования по горным лыжам. До 17 лет она соревновалась исключительно со здоровыми людьми, и всегда была первой.

«Мама с детства объяснила мне, что я не такая, как все. Но я никогда не чувствовала себя несчастной, не была белой вороной среди друзей и одноклассников», – рассказала Эйми в одном из интервью.

После школы Маллинз получила грант Министерства обороны США на обучение в престижном университете Джорджтаун на факультете международных отношений, а во время каникул Эйми проходила практику в Пентагоне. Именно в то время девушка узнала о соревнованиях спортсменов-инвалидов. В свои 19 лет на протезах из дерева и пластика она отправилась на турнир по легкой атлетике, хотя раньше именно этим спортом она не занималась. И на этих первых соревнованиях по бегу она опередила национального рекордсмена на три сотые секунды и с первой попытки установила новый рекорд США в беге на 100 метров среди инвалидов.

Через год и два месяца девушка отправилась в составе сборной на Паралимпиаду в Атланту. Тогда она финишировала последней на 100-метровке, но она была единственной, кто пробежал дистанцию без двух ног. Несмотря на поражение, Эйми установила мировые рекорды в прыжках и беге среди людей с протезами ног. К тому же, она стала первой девушкой в мире с обеими ампутированными ногами, которая прыгала в длину.



«Есть существенная разница между объективным фактом, что я – человек с ампутацией ног, и субъективным мнением общества насчет моей инвалидности. Честно говоря, единственная настоящая и постоянная «инвалидность», с которой я сталкиваюсь, – это мир, думающий, что я поддаюсь описанию через эти определения», – рассказала Маллинз.

Однажды Маллинз получила предложение сняться для обложки модного журнала. Спустя некоторое время ее позвал в Лондон на фотосессию знаменитый Александр Маккуин. Прибыв в Великобританию Эйми поставила условие – она выйдет на подиум с другими моделями. "На первом показе никто не понял, что я была на протезах – люди думали, что это такие резные деревянные сапоги!", – делилась впечатлениями девушка.

Эта история так вдохновила саму Эйми, что она стала относиться к своим ногам, как к особому искусству. В ее коллекции более 12 пар ног

разного функционала, благодаря которым она может менять свой рост от 175 до 183 сантиметров.



В 2002 году Эйми открывает для себя кинематограф: она снялась в фильме Мэтью Барни «Кремастер 3» в роли женщины-гепарда, а спустя четыре года в проекте Оливера Стоуна «Башни-близнецы», где ей досталась роль репортера.

Сегодня Эйми Маллинз – уверенная и успешная женщина, которая счастлива в браке и занимается любимым делом. Она – один из самых востребованных ораторов в Америке, ведь ее личный опыт действительно вдохновляет людей.

Но самое удивительное в этой истории то, что Эйми научилась не просто не замечать свои врожденные дефекты, а сумела превратить это в свое преимущество.

Тэрри Фокс

Он умер в 22 года от рака, пробежав 143 дня без ноги, чтобы собрать деньги на благотворительность и исследования онкологических заболеваний.

В июле 1980 года этот мужчина поразил весь мир. Он бежал «Марафон надежды» через всю Канаду. Без одной ноги, часто в окровавленных шортах. А ведь история жизни Тэрри Фокса начиналась так многообещающе. Он родился в Канаде в 1958 году. С детства увлекался баскетболом, мечтал стать учителем физкультуры. В 1977 году юношу начала беспокоит боль в правом колене. Вскоре врачи диагностировали у него рак кости.



Тэрри ампутировали правую ногу выше колена. Ему понадобилось три года, чтобы понять свою миссию – молодой человек решил пробежать через всю страну, от океана до океана. Больной раком юноша хотел собрать деньги на благотворительность и финансирование научных исследований рака. Во время «Марафона надежды» Тэрри мечтал собрать по одному доллару с каждого жителя Канады.

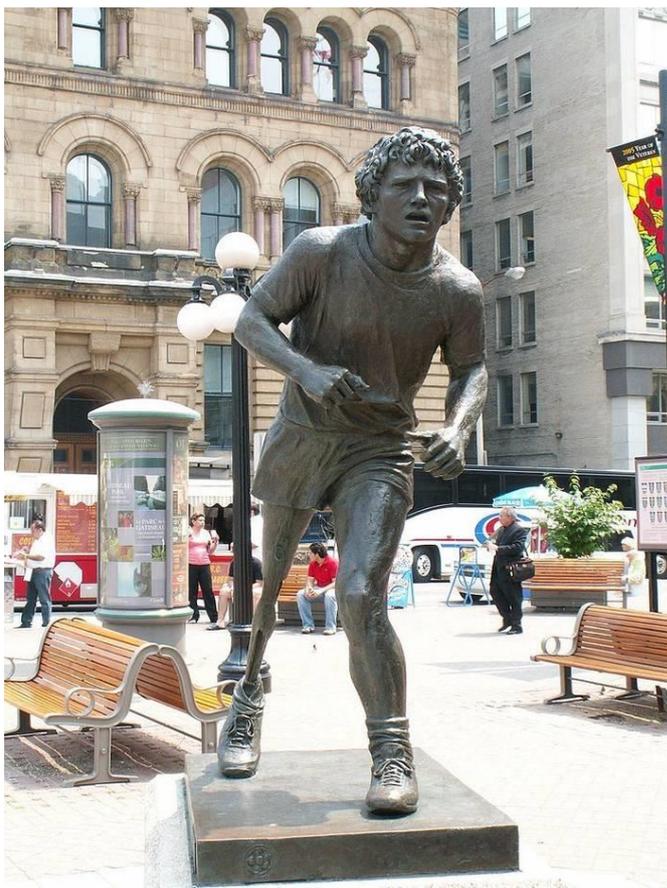
Человек, который с детства занимался спортом, понимал — чтобы добиться желаемого, ему нужно усердно и много тренироваться. И он приступил к тренировкам. Ежедневно больше года Тэрри работал над собой. Он адекватно оценивал свои силы и возможности. Дистанция, которую Фокс

собирался преодолеть, без предварительной подготовки не покорилась бы даже совершенно здоровому человеку, не говоря уже о больном, без ноги, с онкологией.

«Марафон надежды» начался 12 апреля 1980 года. Тэрри Фокс окунул свою единственную ногу в Атлантический океан, и запланировал окунуть её в финале в Тихий океан в Ванкувере. Каждый день сильный духом юноша пробегал около 42 км! И это, не смотря на то, что его болезнь прогрессировала. Мужчина бежал, преодолевая постоянную сильную боль. Вместо одной ноги у него был протез. Его мотивировало желание помочь спастись от рака тем, у кого еще есть шанс.

Рак распространился на лёгкие. Терри Фокс был вынужден прервать дистанцию 1 сентября 1980 года. Он не смог завершить «Марафон надежды», остановившись возле города Тандер-Бей после 143 дней непрерывного марафона. Онкобольному юноше удалось пробежать 5373 км! Тэрри умер, не дожив до своего 23-летия всего несколько месяцев.

К февралю 1981 года ему удалось собрать чуть больше 24 миллиона долларов. Он сумел привлечь внимание широкой общественности к проблемам онкобольных. В более чем 50 странах мира ежегодно проводятся благотворительные пробеги имени Терри Фокса. Деньги, собранные во время



этих мероприятий, идут в фонд пожертвований на исследование онкологических заболеваний. Terry Fox Run занесен в книгу рекордов как самая большая одиночная кампания по сбору средств в мире.

В Оттаве, столице Канады, Тэрри Фоксу установили памятник. Тех, кто не знает историю этого человека, удивляет

поза человека с протезом — он как бы застыл, остановившись на бегу. Узнав же историю этого легендарного бегуна, люди обретают сильнейшую мотивацию и поражаются силе воли этого юноши.

Елена Федосеева лишилась зрения в 12 лет. Сегодня у нее за плечами десятки сложных забегов, а прямо сейчас она готовится к триатлону.

Вера в себя — твое главное преимущество, когда все вокруг говорят тебе «никогда». Я бы не смогла доказать, что могу бежать наравне со всеми, если бы слушала других. Но я продолжаю заниматься тем, что люблю, потому остаюсь верна себе.

Когда я начала заниматься спортом, у меня был совершенно другой круг общения. Вообще, для меня спорт как таковой был чем-то далеким. Я кроссовки покупала только один раз, наверное, в жизни, чтобы ходить в лес. Сейчас, во всяком случае в Москве, спортсмены-любители — это особая субкультура, где люди зачастую встречаются не просто для того, чтобы пробежать свои 15 километров, а для того, чтобы пообщаться друг с другом. Это клуб по интересам. Это такая история, когда ты делаешь какой-то шаг вперед, и этот шаг влечет за собой целую череду событий, которые меняют твою жизнь. Наверное, спорт стал именно таким шагом для меня. После него в моей жизни появились новые люди, новые события, жизнь пошла в том направлении, в котором она движется сейчас.

Первые соревнования было тяжело. Спасибо Кате, конечно, которая тащила меня, говорила — давай, давай, еще немножко, нас ждет финиш. Это было не очень многолюдное соревнование, потому что мы его делали в рамках проекта «Марафон в темноте». Хотя были участники и со стороны. Мне было тяжело на третьем километре. Но мы даже заняли, по-моему, второе место. И, конечно, когда тебе надевают медаль, когда тебя поздравляют, фотографируют... это очень приятно. И хочется повторить этот момент еще раз и еще раз.

Триатлоном как таковым я еще не занималась, я проходила эстафетные дистанции, в частности вело дистанции. Как раз в прошлом году мы ехали

180 километров на полной дистанции триатлона. Это несознательный мой выбор, потому что Юлия Толкачева пригласила меня принять в этом участие. Она сейчас развивает любительский триатлон для людей с инвалидностью, в том числе для незрячих. Когда ты приезжаешь на любительские старты, это очень вдохновляет. Они колоссальным образом отличаются от профессиональных стартов, профессиональные старты скучноваты. Допустим, десять спортсменов вышли, пробежали свои дистанции. А любительские дистанции — это всегда нарядные люди, такая фан-поддержка. Тебя вдохновляет сама обстановка любительского старта. Ты приезжаешь и чувствуешь: да, я хочу пройти всю дистанцию триатлона, я хочу ощутить это, я хочу быть участником всего этого движения. Это очень здорово.

У каждого человека есть путь, который можно назвать путем наименьшего сопротивления. Как ты относишься к таким людям и что бы ты могла им посоветовать, чтобы свернуть с этого пути? Ведь очень часто счастье начинается там, где заканчивается зона комфорта. Здесь трудно давать советы. У всех разные характеры, разные возможности, изначальные данные. Можно только поддержать человека, рассказать ему о себе. Мне кажется, главное — не мотивировать, что тебе надо сделать так-то и так-то, а на своем примере доказывать, что можно жить иначе. Любая проповедь, любой совет только в этом случае будут жизнеспособными.

Мне кажется, что сомнения всегда есть у всех. Я не поверю никогда, что нет людей, которые вообще не сомневаются. Ты все равно так или иначе сомневаешься в том, что делаешь. Но когда ты что-то делаешь, тебе уже некогда сомневаться в себе. Ты уже вышел на этот путь, и назад дороги нет.

Приложение 2

Кристофер Макдугл: мы рождены, чтобы бегать?

В чем заключается бег: просто левой-правой, левой-правой, правда? Я имею в виду, что мы занимаемся этим уже 2 миллиона лет, поэтому слегка высокомерно с моей стороны полагать, что мне есть сказать что-то такое, о чем уже не сказали или с чем уже не выступили лучше. Но одним из

достоинств занятий бегом, как я выяснил, является то, что в этом виде деятельности постоянно происходит что-то странное.

Вот пример: пару месяцев назад, если вы смотрели Нью-Йоркский марафон, гарантирую, что вы увидели что-то такое, чего раньше никто не видел. Женщина из Эфиопии по имени Дерарту Тулу оказывается на старте. Ей 37 лет, за последние 8 лет она не взяла ни одного призового места на марафонах, более того, несколько месяцев назад она была на грани смерти при рождении ребенка. Дерарту Тулу была готова все оставить и уйти со спорта, но решила выложиться и испытать себя в последний раз в борьбе за призовой гонорар на этом крупном мероприятии: Нью-Йоркском марафоне. Плохая новость для Дерарту Тулу заключалась в том, что у многих других возникла такая же идея, включая олимпийскую золотую медалистку, Полу Рэдклифф – монстра в своем деле, самую быструю легкоатлетку в истории на сегодняшний день. С разницей в 10 минут от мужского мирового рекорда, Пола Рэдклифф изначально непобедима. Это её соревнование.

Срабатывает сигнал старта, и Тулу – не просто проигравшая; она более, чем проигравшая. Хотя именно такие сражаются до последнего. Преодолены 22 мили из 26-мильной дистанции, и вот Дерарту Тулу, одна из лидирующих. Но именно здесь и происходит странный случай. Пола Рэдклифф, единственная, кто претендует забрать большой гонорар из рук отстающей Дерарту Тулу, вдруг хватается за ногу и начинает падать. И так, мы все знаем, что делать в подобной ситуации, не правда ли? Добиваем ее быстрым ударом локтя в челюсть и быстро бежим к финишной линии. Дерарту Тулу действует не по сценарию.

Вместо того, чтобы убежать, она поворачивается к Поле Рэдклифф, подхватывает её и говорит: “Давай. Бежим с нами. Ты сможешь”. Пола Рэдклифф, к несчастью, преодолевает слабость. Она догоняет лидирующую группу и продвигается к финишу. Но вдруг она снова падает. И во второй раз Дерарту Тулу подхватывает её и пытается тянуть её за собой. На этот раз Пола Рэдклифф говорит: “Я больше не могу. Беги”.

Итак, это фантастическая история, и мы все знаем, чем она заканчивается. Она теряет гонорар, но она возвращается домой с чем-то более значимым и важным. А Дерарту Тулу снова действует не по сценарию. Вместо того, чтобы проиграть, она обходит лидирующую группу и побеждает, побеждает Нью-Йоркский марафон, и возвращается домой с призовым чеком на крупную сумму.

О народе Тараумара, которые очень хорошо бегают

Это душевная история, но, если копнуть глубже, остается только догадываться, что же именно там происходило. Если в одном организме есть два слоя, это не случайно. Когда появляется человек с повышенным уровнем конкурентоспособности и сострадания, по сравнению с остальными участниками забега, это снова не случайно. Покажи вы мне создание с перепонками и жабрами – понятно, что без воды не обойтись.

Человек с вот таким сердцем, здесь существует определенная взаимосвязь. А ответ на этот вопрос, как мне кажется, можно найти в Медных Каньонах Мексики, где в отшельничестве и вдали от цивилизации живет племя – индейцев Тараумара. Сегодня народ Тараумара примечателен по трем причинам. Во-первых, они просуществовали, по существу, не меняясь, последние 400 лет. Когда конкистадоры прибыли в Северную Америку, было два варианта действия: либо идти в бой и сражаться, либо отступать. Племена майя и ацтеков вступили в сражение, вот поэтому их сейчас и осталось немного.

Тараумара последовали другой стратегии. Они отступили и спрятались в лабиринте, образованном сетью каньонов, под названием Медный Каньон, там они и оставались с начала XVII века, вели, в сущности, такой же образ жизни, как и ранее. Во-вторых, что примечательно о народе Тараумара, даже в возрасте 70-80 лет, они не просто бегают на дальние дистанции, а на мега-дальние дистанции. Они пробегают не 26 миль, а 100 и 150 миль за один раз, и, по-видимому, без травм и особых проблем.



И наконец, примечательно, что народу Тараумара всё, о чем мы будем говорить сегодня, и все, что мы пытаемся разрешить с помощью технологий и наших знаний, – например, болезни сердца, холестерол, рак, преступность, война, насилие, клиническая депрессия – всё это им неизвестно, Тараумара не понимают, о чем это мы говорим. Они свободны от всех этих болезней современности. Итак, где же взаимосвязь? Снова, мы говорим отстраненно.

Три загадки

Здесь должна быть какая-то причинно-следственная связь. Например, команда ученых из Гарварда и Университета штата Юта ломают головы на том, что народу Тараумара известно давно. Они пытаются решить те же самые тайны. И снова тайна заключена в тайну, – возможно, связь между Дерарту Тулу и Тараумара окутана еще тремя тайнами, как например, эти три загадки.

Если вы знаете ответ, подойдите и возьмите микрофон, потому что никто не знает ответа. И если вы знаете ответ, то вы умнее всех на планете Земля. Тайна номер один заключается в следующем: два миллиона лет назад мозг человека значительно увеличился в объеме. Мозг австралопитеков был

величиной с горошину. Неожиданно возник новый вид Homo erectus с большой дынеобразной головой. Чтобы иметь мозг такого размера, нужно высококалорийное питание. Другими словами, ранние люди ели мясо убитых животных, и это не аргумент, это факт. Единственная проблема – первые остроконечные орудия появились только около 200 тысяч лет назад.

Т. е. около двух миллионов лет мы каким-то образом убивали животных без всякого оружия. Сейчас мы не используем свои силы потому что мы самые большие трусы в джунглях. Любое животное сильнее нас. У них есть когти, есть клыки; они более проворнее и быстрее. Мы считаем Усэйна Болта быстрым бегуном. Но любая белка его перегонит. Мы не быстрые. Это было бы событием олимпийского значения: победить белку. Кто догонит белку – получит золотую медаль. И так, никакого оружия, никакой скорости, никаких когтей и клыков. Как же мы убивали этих животных? Вот вам загадка номер один.

Загадка номер два: женщины участвуют в Олимпийских играх уже в течении какого-то времени, но не смотря на это, все женщины-спринтеры неудачницы в какой-то мере. На планете нет быстрых женщин и никогда не было. Самой быстрой женщине удалось пробежать милю за 4.15. Я могу бросить камень и попасть в любого старшеклассника, который сможет пробежать быстрее, чем за 4.15. По некоторым причинам, вы, женщины, действительно медленные.

Но вам удалось попасть на марафон, о котором мы только что говорили, однако вам разрешили участвовать в марафонских забегах только 20 лет назад. Потому что до 80-х годов, медицина утверждала, что если женщина попытается пробежать 26 миль, а кто-нибудь знает, что случится, если женщина пробежит 26 миль, и почему вам запрещали участвовать в марафонах до 1980 года? (Зритель из зала: “Её матка может разорваться”). Вы говорите, её матка может разорваться. Да. Репродуктивные органы могут разорваться. И матка, в буквальном смысле, может выпасть из тела. Хотя я лично был на многих марафонах, но никогда подобного не видел.

(Смех в зале). Так что, только последние 20 лет женщинам разрешено принимать участие в марафонах. И за этот короткий промежуток вам, женщины, удалось подняться от потери органов до разницы в какие-то 10 минут с мужским мировым рекордом.

Затем вы выходите за пределы 26 миль, на дистанцию, которая согласно медицине, могла бы быть фатальной для человека, – помните, Фидиппид умер после того, как пробежал 26 миль – вы же преодолеваете 50 и 100 миль, и вдруг это уже совсем другая игра. Если взять, например, таких бегунов, как Энн Трейсон или Никки Кимбэлл, или Джен Шелтон, и поставить их на дистанцию в 50 или 100 миль против кого угодно в мире – никогда не знаешь наверняка, кто победит.

Я приведу ещё пример. Пару лет назад, Эмили Баэр подписалась на участие в забеге под названием “Хардрок 100”, которое говорит само за себя. Вам даётся 48 часов для преодоления этой дистанции. Итак, Эмили Баэр, в числе 500 бегунов, заканчивает восьмой, в первой десятке лучших, не смотря даже на то, что она остановилась на всех станциях помощи покормить грудью своего ребенка во время забега, и все-таки она обошла 492 остальных участников. Последняя загадка: почему женщины становятся выносливее по мере увеличения дистанций?

Третья загадка вот в чем: ученые из университета штата Юта начали замерять финишное время участников марафона. И обнаружили, что, если вы начинаете участвовать в марафонских забегах в 19 лет, вы будете прогрессивно увеличивать свою скорость год за годом пока не достигнете 27 лет. И затем вы отступаете и становитесь жертвой времени. И вы будете бегать все медленнее и медленнее, пока, наконец, снова не достигнет той же скорости, которая у вас была в 19 лет. Таким образом, вам понадобится 7-8 лет, чтобы достичь вершины, а затем постепенно снижаясь с этой вершины, вы возвращаетесь на исходную позицию. Вы подумаете, что процесс займет 8 лет, чтобы вернуться к прежней скорости, или, может быть, 10 лет – нет, все 45. В 60 лет и мужчины, и женщины бегают так же быстро, как в 19 лет.

Ну, назовите мне другой вид физической активности – пожалуйста, не говорите гольф, а что-нибудь действительно сложное – с чем старики справляются также успешно, как когда-то в своем подростковом возрасте.

Откуда мы и куда бежим?

Итак, я выложил перед вами все три загадки. Есть ли в этой головоломке деталь, которая могла бы объединить всё вышесказанное? Нужно быть действительно начеку каждый раз, когда ссылаются на доисторическую эпоху и пытаются дать глобальный ответ, потому что это предыстория, и можно сказать все, что угодно – и это вполне сойдет с рук. Но я возьму на себя смелость: если вы положите одну деталь в середину этой картинки-загадки, она сразу же превратится в целостную картину. Если вам интересно, почему Тараумара не сражаются и не умирают от болезней сердца, почему бедная эфиопская женщина Дерарту Тулу может быть самой сострадательной и в то же время самой соревновательной, и почему нам каким-то образом удавалось находить еду без оружия, возможно, это только потому, что люди, привыкшие думать о себе как о хозяевах вселенной, на самом деле эволюционировали из стаи охотничьих собак.

Возможно, мы возникли, как стая охотничьих псов. Потому что единственное наше преимущество в дикой местности, – это, опять же, не наши когти, клыки и скорость, единственное, что нам удаётся действительно хорошо, это потеть. Да, нам хорошо удается потеть и неприятно пахнуть. Мы потеем намного лучше, чем другие млекопитающие на Земле. А преимуществом этого небольшого социального дискомфорта является то, что когда дело касается бега в жару на длинные дистанции, мы великолепны, мы – самые лучшие на планете. Прокатитесь на лошади в жаркий день, и после 6 или 7 миль у этой лошади есть выбор. Она будет либо дышать, либо охлаждаться, но не одновременно, для нас же – это возможно. А что, если мы эволюционировали из охотничьей стае животных? Что если единственным природным преимуществом, которым

мы обладали, была наша способность собираться в группу, выходить таким составом в африканскую саванну, выбирать антилопу, и всем вместе загонять её до смерти? Это всё, что мы могли сделать: мы могли бежать действительно далеко в жаркий день.

Ну, если это правда, значит правда и кое-что другое. Ключ к тому, чтобы быть частью охотничьей стаи, находится в слове «стая». Если попытаться загнать антилопу самостоятельно, я вам гарантирую, в саванне окажется два трупа. Нужна стая, чтобы работать вместе. Нужно собрать тех 64-65 летних, практиковавших это занятие в течении долгого времени, чтобы понять, какую именно антилопу нужно выбрать для преследования. Стая разбегается и затем снова собирается. Эти преследователи-эксперты обычно должны были быть частью группы. Им нельзя отставать даже на 10 миль. В составе группы нужны женщины и молодежь, потому что в двух случаях животный протеин особенно полезен для человека: в период кормления или в подростковом возрасте. Нет особого смысла держать убитую антилопу в одном месте, а людей, которые хотят её съесть, в другом – на расстоянии 50 миль. Им необходимо быть частью стаи. Нужно вовлекать и 27-летних на пике своей силы, готовых метать копьё смерти, и молодых подростков, которые учатся всему в процессе. Вся стая остается вместе.

Для такой стаи необходимо следующее: она не может быть материалистической. Невозможно тащить за собой все свои причиндалы, находясь в погоне за антилопой. Нельзя подводить других членов стаи. Нельзя растить в себе недовольство. Например: «Я не буду бежать за антилопой этого парня. Он меня разозлил. Пусть теперь сам её и догоняет». Эта стая должна усмирить своё эго, и действовать совместно. В результате, другими словами, эта культура во многом сходна с Тараумара – племенем, которое осталось неизменным с каменного века. Действительно сильным аргументом является предположение о том, что, возможно, Тараумара делают все точно также, как и все мы, уже два миллиона лет.

Истории успеха

Майкл Фелпс

Родился Майкл 30 июня 1985 года в американском городке Балтимор. Его отец был полицейским, а мать учителем в средней школе. С детства Майкл рос очень активным и непоседливым ребенком. Со временем врачи диагностировали у него синдром гиперактивности и нарушенного внимания.

Кроме этого, тело Майкла было очень непропорциональным: слишком длинные руки и ступни, вытянутое тело и короткие ноги. Удивительно, но именно эта несимметричность в будущем помогла Фелпсу стать настоящей легендой и мировым рекордсменом.

Первым потенциал парня увидел Боб Боумэн, который в будущем и стал его тренером. Именно Боб Боумэн предложил родителям Фелпса сдать парня в секцию по плаванию. Родители были только за, ведь всю активность Майкл мог проявлять в полной мере, но только в пределах бассейна.

Впервые Майкл Фелпс принял участие в крупных соревнованиях в 2000 году. Это были Олимпийские игры в Сиднее, где он стал самым молодым юниором. Несмотря на то, что Фелпс не завоевал ни одной медали, этот опыт соревнований не прошел для него просто так. Уже через год Фелпс установил мировой рекорд на дистанции 200 метров баттерфляем, а в 2002-м году показал еще несколько рекордов на дистанциях 400 метров (комплекс), 100 метров (баттерфляй) и 200 метров (смешанный стиль). Но и эти достижения не стали для Фелпса пределом мечтаний. В 19 лет, после Олимпиады в Афинах Майкл проснулся знаменитым. Именно тогда, в 2004 году он увез из Афин 8 медалей, шесть из которых были золотыми. Кроме этого, Фелпс установил 3 олимпийских и 1 мировой рекорд!

Конечно, установка такого количества рекордов не могла не вызвать сомнения у многих спортсменов и тренеров. Многие говорили о том, что Фелпс принимает суперсовременный допинг, который не могут выявить существующие тесты. Чтобы развеять этот миф Майкл даже вступил в сообщество спортсменов ВАДА, члены которого обязуются сдавать кровь для проверки на допинг в любое время суток. Так, в борьбе за честность прошли следующие 4 года и Фелпс уже ехал выступать в Пекин. Именно на олимпиаде 2008 года он стал настоящим королем бассейна, завоевав 8 золотых медалей, и практически за каждой скрывался очередной мировой рекорд.

В 2012 году в Лондоне Фелпс завоевал 4 золотых медали и 2 серебряных. Таким образом, в сумме за всю карьеру он получил 22 золотых медали, превзойдя результат гимнастки Ларисы Латыниной (18), которая удерживала пальму первенства 48 лет!

В том же 2012 году Майкл Фелпс объявил о своем завершении спортивной карьеры. Он сказал, что устал от ежедневных тренировок и нуждается в заслуженном отдыхе. Какое-то время Майкл всерьез занимался гольфом, много путешествовал и даже играл в покер на профессиональном уровне, но в 2013 году появилось известие о его возвращении в большой спорт.

Арнольд Шварценеггер

Это сегодня Арнольд Шварценеггер – всемирно известный актер, бизнесмен и даже 38-й губернатор Калифорнии, но когда-то он был знаменит совсем в другой – не менее интересной сфере деятельности. Мы хотим рассказать не о Шварценеггере – актере, а о культовом культуристе, который сделал огромный вклад в развитие этого вида спорта.

Родился Арнольд Шварценеггер 30 июля 1947 года в небольшой австрийской деревне Таль. Отец Арнольда был офицером полиции, поэтому в семье была строгая дисциплина. Отец хотел, чтобы сын пошел

по его стопам и еще в детстве Арнольд решил во чтобы то не стало, уехать из дома.

Развивался Арнольд достаточно стремительно и в возрасте 14 лет его рост уже составлял 186 см. Такое отличие от сверстников не могло остаться незамеченным и Шварценеггеру быстро дали прозвище «Дылда». Чтобы доказать одноклассникам свою силу, Арнольд начал «качаться». Впервые порог спортзала он переступил в 15 лет. Как потом напишет Шварценеггер в своей книге «Новая энциклопедия современного бодибилдинга», самым сложным в его тренировках была неосведомленность. Это и неудивительно, ведь в 1962 году в небольшой австрийской деревне никто и подумать не мог о бодибилдинге. Все Шварценеггеру приходилось постигать самостоятельно, путем проб и ошибок. Для того, чтобы завоевать титул «Мистер Европа» Шварценеггеру понадобилось 5 лет. Уже в 1967 году, в возрасте 19 лет он стал самым молодым победителем в истории конкурса!

Чтобы помочь себе с тренировками Арни начал вести дневник, куда записывал все изменения, происходившие с его телом. Позже этот материал он использовал для написания книг. Шварценеггер заметил, что за два месяца тренировок его руки увеличиваются на 1,27 см, а общая мышечная масса за год достигла 9 кг. В то время Арнольд не пренебрегал анаболическими препаратами. В своей книге Шварценеггер честно рассказал об этом периоде, а также призвал всех бодибилдеров отказаться от употребления различных препаратов. Своими кумирами Арнольд считал Юрия Власова, Леонида Жаботинского и Василия Алексеева, с которыми, к слову, позже познакомился лично. С 1968 по 1980 года Арнольд Шварценеггер смог одержать победу во всех существующих соревнованиях по бодибилдингу. Он 5 раз становился «Мистером Вселенная», 7 раз примерял звание «Мистер Олимпия» и 1 раз стал «Мистер Мир»

Последний раз Шварценеггер участвовал в соревнованиях по бодибилдингу в 1980-м году. Он стал «Мистером Олимпия», но увидев уровень подготовки спортсменов, решил искать свое призвание в других областях. Именно это решение и привело его в Голливуд.

Несмотря на успешную карьеру в кинематографе, Арнольд Шварценеггер не забыл о своем пристрастии и уже в 1988 году вернулся в мир бодибилдинга. Но, вернулся не в роли участника, а в роли основателя соревнований. Впервые соревнования Arnold Classic прошли в городе Колумбус, штат Огайо. С самого начала конкурс стал авторитетным среди бодибилдеров, а победа в нем была не только почетной, но и достаточно прибыльной. Призовой фонд за первое место на Arnold Classic состоит из 100 000 долларов, автомобиля Hummer и часов Rolex.

Усейн Болт

Если бы в толковом словаре вместо описаний размещали фото, то напротив слова «скорость» обязательно был бы портрет Усейна Болта. Судите сами, Усейн Болт – восьмикратный чемпион мира, шестикратный олимпийский чемпион и мировой рекордсмен этого вполне заслуживает. Быстрее только ветер!

Родился Усейн Болт 21 августа 1986 года в деревне Шервуд-Контент (Ямайка). Страсть к бегу проявлялась в Усейне еще в детстве. Сначала он стал лучшим спортсменом класса, потом школы, а потом и всей деревни. Помимо бега Болт пробовал себя в футболе и даже крикете, но по совету тренера остановился на легкой атлетике и стал заниматься ей профессионально.

Первым тренером Болта был Пабло Макнил, который часто ругал юного спринтера из-за его халатного отношения к тренировкам. Усейн, действительно, не всегда выкладывался на 100% и постоянно разыгрывал тренера и своих коллег. Став именитым спортсменом, он не перестал придумывать розыгрыши и постоянно устраивал настоящие шоу, например, забег наперегонки с автобусом.

Впервые Усейн Болт принял участие в соревнованиях по легкой атлетике в 2001- году. Выступал он за Ямайку. Тогда он поставил свой первый рекорд – 400 метров за 48,28 секунд. После этого были соревнования в чемпионате мира IAAF в Венгрии и чемпионат мира среди юниоров, где он стал самым молодым обладателем золота. После этого следовали годы тренировок, побед и поражений. Например, в 2004 году Болт стал первым среди юниоров в играх CARIFTA, где преодолел 200 метровую дистанцию за 19,93 секунды. А в 2007 году он смог побить ямайский национальный рекорд на дистанции 200 метров и пробежал их всего за 19,75 секунды. Но, настоящая слава пришла к спортсмену в 2009 году. На чемпионате мира в Берлине он пробежал 100 метров за 9,58 секунд, чем побил мировой рекорд и был официально внесен в Книгу рекордов Гиннеса, как самый быстрый человек в мире!

В этом же чемпионате Болт смог поставить и второй мировой рекорд при забеге на 200 метров. Дистанцию он преодолел за 19,19 секунд. После этого чемпионата поклонники легкой атлетики прозвали Болта – «Молнией». Курьезность этого прозвища не только в том, что спринтер быстр, как молния, но и в том, что накануне забега была сильная гроза.

С того времени, как Усейн поставил мировой рекорд, его показатели стали эталоном даже для него самого. Стоит отметить, что в 2012 и 2013 годах Болт становился чемпионом при забеге на 200 метров, но так и не смог побить свой собственный рекорд, а показал результаты 9,63 и 9,77 секунд, соответственно. Конечно, он смог опередить соперников, но не смог опередить сам себя.

Сегодня Усейн активно тренируется и дает советы начинающим спринтерам. Он не планирует останавливаться на достигнутом, наоборот, мечтает профессионально играть в футбол, поэтому посещает еще и футбольные тренировки.

11 уроков от великого Брюса Ли

1. Не ставьте перед собой никаких целей

Проходите по жизни легко, воспринимайте все как нечто несущественное, оставаясь спокойными, в чистоте и непорочности. Помните: те, кто обретает, теряют. Не стремитесь опередить других, идите следом.

2. Не старайтесь произвести впечатление

Свобода раскрывает объятия человеку в тот момент, когда он перестает заботиться о том, какое впечатление производит или может произвести на кого бы то ни было.

3. Не старайтесь быть на чьей-то стороне

Совершенный путь труден только для тех, кто стоит перед выбором. Не любите и не ненавидьте, и тогда все для вас станет ясно. Делайте минимальные различия — небо и землю разделяет всего один человеческий волос. Если вы хотите, чтобы открылась истина, никогда не будьте ни «за», ни «против». Борьба между «за» и «против» — самая худшая болезнь ума.

4. Будьте мудры

Мудрость заключается не в попытках побороть зло добром, а в том, чтобы уметь оседлать их и жить подобно пробке, качающейся на волне, то поднимающейся на ее гребень, то падающей к ее основанию.

5. Не ищите

Не убегайте, пусть будет то, что будет. Не ищите, ибо все само к вам придет, когда вы меньше всего этого ожидаете.

6. Профессионализм не означает совершенства

Высокие профессиональные навыки мастера еще не означают его творческого совершенства. Они, скорее, служат отражением определенной ступени развития. Творческое совершенство не следует искать в форме или высших ее проявлениях. Оно должно исходить из души.

7. Жизнь — это отношения между людьми

Взаимоотношения — это понимание. Это процесс открытия самого себя. Взаимоотношения подобны зеркалу, в котором вы открываете себя. «Быть» — значит быть в отношениях.

8. Свобода — это свобода от прошлого

Чтобы осознать свободу, вы должны научиться смотреть на жизнь как на движение вне зависимости от времени, так как свобода лежит за порогом осознаваемого. Наблюдайте, но не останавливайтесь, не говорите: «Я свободен», так как это означает, что вы живете в памяти чего-то, что уже исчезло. Понимать и жить сейчас — значит забыть о прошлом. «Вчера» должно умереть.

9. Нет таких понятий, как «правильно» или «неправильно»

Если вы свободны в развитии, то для вас не существует таких понятий, как «правильно» или «неправильно». Когда человек неспособен к самовыражению, он не свободен. Он начинает методично бороться. И эта борьба становится скорее ответом на его собственную реакцию, чем ответом на происходящее в действительности.

10. Отрицание и обвинения убивают общение

Отрицание и обвинение мешают пониманию. Пусть ваш ум двигается вместе с другими в понимании происходящего. Тогда создается возможность реального общения. Чтобы понять друг друга, нужно находиться в состоянии «полного познания», в котором нет сравнения и порицания, нет требований, нет ожидания дальнейшего развития дискуссии, нет согласия или несогласия. Прежде всего, не начинайте с выводов.

11. Мы не инструменты в руках других

В большинстве из нас живет огромное и страстное желание представлять самих себя инструментом в руках других людей и таким образом снять с себя ответственность за поступки, подсказанные собственными сомнительными наклонностями и побуждениями. И сильные люди, и слабые — все хватаются за эту соломинку как за свое

алиби. Слабые прячут свою злую волю под маской добродетельного послушания. Сильные отпускают себе грехи, провозглашая себя орудием высших сил. Но такая позиция с каждым разом делает нас все слабее и перекрывает путь к развитию.

Будьте ответственны за свои поступки — и вы обретете путь к гармонии.

Приложение 4

CrossFit, как базовая программа силовой и общей физической подготовки

С самого начала целью CrossFit являлось создание широкой, общей и включающей программы подготовленности, которая бы наилучшим образом подготовила людей, приходящих на тренировки, к любым физическим нагрузкам – не только неизвестным, но и непредсказуемым. Имея в виду все виды спорта и физической деятельности, мы задались вопросом о том, какие физические навыки и возможности адаптации являются самыми универсальными с точки зрения обеспечения функциональных преимуществ. Логика подсказывает, что та способность, которая необходима для достижения успеха во всех видах спорта, будет полезна и в каждом из них по отдельности.

CrossFit – это программа с открытым исходным кодом, в рамках которой любой может продемонстрировать свою физическую подготовленность и способность создания программ ее улучшения, а наставники, тренеры и атлеты способны коллективно развивать теорию и практику оптимизации показателей производительности человека.

Основы CrossFit

CrossFit – это базовая программа силовой и общей физической подготовки; это не специализированная программа повышения уровня физической подготовленности, а продуманная попытка оптимизировать физические способности по каждому из десяти аспектов физической подготовленности. Это выносливость сердечно-сосудистой и дыхательной

систем, общая выносливость, сила, гибкость, мощность, быстрота, координация, ловкость, баланс и точность.

Программа CrossFit была разработана с целью развития способностей человека, позволяющих ему справиться с любыми физическими задачами.

Типичные тренировки, проводимые в тренажерных залах и фитнес-центрах по всему миру, состоят из отработки изолированных движений и длительных аэробных занятий. В фитнес-сообществе – от тренеров до спортивной прессы – бытует мнение, что разведение рук в стороны, сгибание рук и разгибание ног, подъемы корпуса и другие аналогичные упражнения в сочетании с 20-40 минутным занятием на велотренажере или беговой дорожке прекрасно способствуют значительному росту уровня физической подготовленности. В CrossFit мы работаем исключительно с составными движениями и короткими высокоинтенсивными сессиями на укрепление сердечно-сосудистой системы. Почему? Потому что функциональные движения и высокая интенсивность их выполнения являются гораздо более эффективными для достижения практически любого результата в плане повышения уровня физической подготовленности. Удивляет то, что это не просто мнение, а строго обоснованный научный факт, однако же малоэффективные старые системы тренировок по-прежнему применяются почти повсеместно.

Физическая подготовленность

В 1997 году журнал Outside Magazine назвал триатлониста Марка Аллена «самым физически подготовленным человеком». Если предположить, что этот знаменитый шестикратный победитель соревнований по триатлону Ironman является самым физически подготовленным атлетом, то какой титул мы тогда присвоим десятиборцу Саймону Поулману, который демонстрирует невероятную выносливость и, помимо этого, превосходит Аллена по всем показателям силы, мощности, скорости и координации?

Возможно, определение физической подготовленности не включает понятия силы, скорости, мощности и координации, но выглядит это очень

спорным. В академическом словаре Мерриэм-Уэбстер термины «физическая подготовленность» и «быть физически подготовленным» трактуются как способность передавать гены и оставаться здоровым.

Модели физической подготовленности в CrossFit

Первая модель физической подготовленности CrossFit включает в себя 10 основных физических качеств:

1. Выносливость сердечно-сосудистой и дыхательной систем – способность систем организма получать, перерабатывать и доставлять по назначению кислород.

2. Выносливость организма – способность систем организма перерабатывать, доставлять по назначению, хранить и использовать энергию.

3. Сила – способность отдельной группы мышц или комбинации нескольких групп мышц прикладывать усилие.

4. Гибкость – способность максимально увеличить амплитуду движений в конкретном суставе.

5. Мощность – способность отдельной группы мышц или комбинации нескольких групп мышц приложить максимальное усилие за минимальный отрезок времени.

6. Быстрота – способность минимизировать время цикла повторяющегося движения.

7. Координация – способность объединить несколько разных шаблонов движений в одно четкое цельное движение.

8. Ловкость – способность минимизировать время перехода от одного шаблона движения к другому.

9. Баланс – способность контролировать центр тяжести своего тела, перемещая его относительно точки и площади опоры.

10. Точность – способность контролировать движение, выбирая для него заданное направление или выполняя с заданной интенсивностью.

Вторая модель физической подготовленности CrossFit: лотерейный барабан.

Суть данной модели состоит в том, что физическая подготовленность позволяет эффективно выполнить любое задание, которое можно себе вообразить. Представьте себе лотерейный барабан с бесконечным количеством шаров, представляющих физические задачи. При этом из барабана абсолютно произвольно извлекают один из шаров и просят вас выполнить соответствующую ему задачу. Эта модель подразумевает, что ваша физическая подготовленность может быть измерена вашей способностью успешно (по сравнению с другими) выполнить такие задачи. При этом предполагается, что ваш уровень физической подготовленности должен помочь вам успешно справиться с любыми заданиями, даже с неожиданными и комбинируемыми из бесконечно варьируемых сочетаний. На практике это заставляет атлета не ограничиваться жесткими рамками заданного количества подходов, периодов отдыха, повторений, упражнений, порядка их выполнения, программ, периодизации и т. д. Жизнь часто ставит непредвиденные задачи, и, чтобы подготовиться к их выполнению, ваша мотивация к тренировкам должна отличаться широтой и постоянно варьироваться.

Техника – это метод успешного выполнения движения. Например, чтобы выполнить соскок с колец с поворотом на 360 градусов, потребуется применить следующую технику: подъем, отпускание, взгляд, подъем рук вверх, поворот, поклон и т. д. Техника включает в себя определенное положение головы и положение корпуса. Существуют также эффективные и менее эффективные техники выполнения. Техника включает в себя механику движений, но в глобальном смысле она дает нам ответ на вопрос «Как выполнить движение без применения физики?»

Стиль – это, по сути, ваш почерк выполнения движений, то есть те аспекты движения, которые характерны именно для вас. Лучшие наставники по тяжелой атлетике могут посмотреть на траекторию штанги во время выполнения упражнения и сказать вам, какой тяжелоатлет выполнил его. В любом движении есть аспекты, которые определяют нас точно так же, как

наши отпечатки пальцев. Это и есть почерк. Чтобы быть совсем точным, только почерк, стилистические элементы не влияют на форму, технику или механику. Стиль не учитывается при оценке обязательных элементов, он не важен для техники и не имеет сильного влияния на физику. Эти четыре термина и позволяют классифицировать движение. Я хочу говорить о технике и форме в целом, в том числе и с использованием всех этих терминов, но здесь мы говорим о неколичественном результате, то есть о том, как выполняется движение. Когда же в качестве основных критериев оценки техники берутся мощность или работоспособность, а это есть ставка на функциональные движения, у нас получается очень интересная ситуация. Получается, что мощность — это успешное выполнение функционального движения.

Человек, знающий, как правильно выполнить то или иное движение, в случае необходимости его выполнения справится с задачей более безопасным способом. Два человека пытаются поднять тяжелый предмет. Один знает, как полностью раскрыть тазобедренный сустав и выполнить уход (то есть выполнить взятие на грудь), а другой начинает подъем, согнув спину. Я могу вам сказать, что может случиться с тем, кто не знает, как поднимать тяжелые предметы. Если вы хотите обезопасить себя, то вам лучше хорошо освоить технику и находиться в хорошей форме.

Техника — это все!

Техника берется за основу нашей количественной оценки. В отсутствие техники вы не сможете выдать значительную мощность. Возможно, вы затратите огромное количество энергии, но не увидите результативного применения мощности. Вы не сможете выполнить функциональную задачу действенно и эффективно. И вы не сможете выполнить ее безопасным для себя способом.

В заключении лекции хотелось бы продемонстрировать вам как это выглядит на практике — **CROSSFIT GAMES 2016**

<https://www.youtube.com/watch?v=muGj0XrH93w>

**ПРОГРАММА ПРОФИЛЬНОГО ХУДОЖЕСТВЕННОГО
ОНЛАЙН - ЛАГЕРЯ
«Калейдоскоп»**

Направленность: художественная

Срок реализации: 7 дней

Возраст обучающихся: 14-17 лет

Форма реализации: с использованием дистанционных технологий

Воронеж – 2020 г.

Пояснительная записка

Направленность программы онлайн-лагеря - художественная.

Россия - страна великой культуры, огромного культурного наследия, многовековых культурных традиций и неиссякаемого творческого потенциала. Программа направлена на создание условий для раскрытия творческого потенциала детей через дистанционную форму работы. В настоящее время неотъемлемой составляющей современной государственной образовательной политики является развитие художественного творчества и поддержка талантливых детей, что определено приоритетными национальными проектами «Образование» и «Культура».

Актуальность программы обосновывается современными требованиями образовательных стандартов, где во главу угла ставится создание социальной ситуации развития ребенка, позволяющей выстроить ему индивидуальный путь развития через приобретение новых умений, навыков, свойств личности, взятых из социальной действительности, как из основного источника развития. Содержание программы отвечает современным требованиям и условиям образования и направлена на формирование и развитие творческих способностей воспитанников, удовлетворение их индивидуальных потребностей в художественно-эстетическом, интеллектуальном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом, выявление, развитие и поддержку воспитанников, проявивших выдающиеся способности.

Целевая аудитория: обучающиеся образовательных организаций в возрасте от 14 до 17 лет, интересующиеся художественной культурой; обучающиеся ДШИ и ДХШ.

Цель: Создание условий для развития интеллектуальных способностей детей, развитие творческого потенциала личности с учетом индивидуальных способностей, нравственно-эстетическое и патриотическое воспитание. Сохранение и популяризация национального культурного наследия России.

Задачи:

Обучающие:

- обучить основам творческих техник;
- учить правилам публичного поведения (на сцене, при посещении культурно-массовых мероприятий в качестве зрителя);
- знакомство с историческими и культурными ценностями, традициями народов России;

Развивающие:

- выявление и раскрытие творческих способностей обучающихся;
- содействие в развитии научно-исследовательской, творческой деятельности обучающихся;
- развитие творческого потенциала обучающихся;
- развитие познавательных процессов: память, внимание, способность логически мыслить, анализировать, концентрировать внимание на главном;

Воспитательные:

- развитие представления детей о себе как о творческой личности, поднятие самооценки;
- формировать самоорганизованность и трудолюбие;
- воспитывать уважительное отношение к культуре;

Сроки реализации: 7 дней.

Формы проведения занятий:

- мастер-класс;
- творческая встреча;
- акция;
- конкурс;
- интеллектуальная игра;
- дискуссионная площадка;
- спортивные и творческие активности;

- онлайн – экскурсии.

Ожидаемые результаты.

По итогам освоения программы онлайн-лагеря, дети должны овладеть следующими компетенциями:

- речевая компетенция – ребенок учится правильно, понятно и громко говорить, ясно формулировать свои мысли при общении с другими людьми;
- коммуникативная компетенция – развитие навыков работы в парах, в группах различного состава, умение представлять себя и вести диалог;
- учебно-познавательная компетенция – пополнение знаний в области творческой деятельности мастер-класса, ознакомление с разнообразными приемами и способами творческого воплощения художественного образа, обучение рациональным способам организации творческой деятельности, овладение креативными навыками при целенаправленном изучении окружающей действительности;
- компетенция личностного самосовершенствования – развитие ценностных качеств личности (самостоятельность, ответственность, творчество, трудолюбие, аккуратность и др.), овладение правилами здорового образа жизни.

Формы подведения итогов реализации программы онлайн-лагеря:

- Онлайн тестирование;
- Акция «Музыка Победы»;
- Конкурс «Всё, что мы здесь натворили»;
- Конкурс чтецов;
- Викторина.

Механизм реализации программы.

Модель онлайн-лагеря имеет ряд объективных факторов, которые и определяют специфику работы:

1. Дистанционная форма занятий.
2. Разнообразная деятельность – насыщенность всего периода разноплановой интересной деятельностью.

3. Интенсивность освоения детьми различных видов. Личностно-ориентированный подход должен соответствовать индивидуальным возможностям ребенка.

Основным назначением программы онлайн-лагеря является развитие творческой самореализации личности ребёнка. Для этого работа каждый день организуется по различным направлениям:

- «Мировая художественная культура»
- «Литература и журналистика»
- «Театр и кино»
- «Музыка»
- «Хореография»
- «Живопись и скульптура»
- «Калейдоскоп искусств»

Учебно-тематический план

№	Мероприятие	Ресурсы	Кол-во часов
День 1 «Мировая художественная культура»			
1	«Салют!» (знакомство участников лагеря, рассказ о себе и о своём творчестве)		2
2	Лекция «Истоки возникновения культуры»	https://zoom.us skype	1
3	Мастер-класс «Первобытная живопись»		0,5
4	Лекция «Такая разная Россия»		1
5	Мастер-класс «Народные промыслы»		0,5
6	Викторина «Что новенького?»		https://kahoot.com/
7	Огонёк «Ну что за день!»	https://zoom.us skype	0,25
			5,75
День 2 «Литература и журналистика»			
1	Лекция «Великое Слово!»	https://zoom.us skype	1
2	Online экскурсия «Дом-музей А.П. Чехова» (в честь юбилея великого писателя)	https://ok.ru/video/1168233925235 https://zoom.us skype	1
3	Лекция «Слово у разных народов России»	https://zoom.us skype	1
4	Творческая встреча «Говори и пиши красиво» (основы журналистики)		1
5	Мастер-класс «От заметки до газеты»		0,5

6	Дискуссионная площадка «Писатели vs журналисты»		0,5
7	Конкурс чтецов «Вечер поэзии»		1
8	Огонёк «Ещё одно слово!»		0,25
6,25			
День 3 «Театр и кино»			
1	Лекция «История театра»		1
2	Лекция «История кино»		1
3	Мастер-класс «Ораторское искусство»	https://zoom.us skype	1
4	Мастер-класс «Как вести себя на сцене?»		1
5	Творческая встреча «Мой опыт участия в постановках»		1
6	Викторина «Что новенького?»	https://kahoot.com/	0,5
7	Огонёк «Говорим о премьер»	https://zoom.us skype	0,25
5,75			
День 4 «Музыка»			
1	Лекция «Музыка народов мира»	https://zoom.us skype	1
2	Мастер-класс «Песни народов России»		0,5
3	Просмотр балета «Щелкунчик» (в честь юбилея П.И. Чайковского)	https://www.youtube.com/watch?v=XNNelcbQDbw	2
4	Творческая встреча «Современная музыка. Что новенького?»		0,5
5	Акция «Музыка победы» (в честь 75-летия Победы в ВОВ)	https://zoom.us skype	0,5
6	Игра «Угадай мелодию»		0,5
7	Огонёк «Колыбельная»		0,25
5,25			
День 5 «Хореография»			
1	Лекция «Откуда появился танец?»		1
2	Урок «Танцы народов России»		1
3	Мастер-класс «Классический танец»	https://zoom.us skype	1
4	Мастер-класс «Познаём движение»		1
5	Лекция «Современная хореография»		0,5
6	Танцевальный батл «Смотри, как я могу!»		1
7	Огонёк «В ритме вальса»		0,25
5,75			
День 6 «Живопись и скульптура»			
1	Лекция «История живописи и скульптуры»		1
2	Мастер-класс «Учимся писать картины»	https://zoom.us skype	0,5
3	Мастер-класс «Создадим шедевр из пластилина!»		0,5
4	Online экскурсия «Эрмитаж»	https://www.youtube.com/watch?v=bjEUvs-QEg4	2
5	Конкурс работ, созданных на мастер-классах «Как красиво!»	https://vk.com/	1
6	Викторина «Я знаю это произведение искусства!» (Эрмитаж)	https://kahoot.com/	0,25
7	Огонёк «Живописный»		0,25
5,5			
День 7 «Калейдоскоп искусств»			

1	«Чао!» (делимся впечатлениями)	https://zoom.us skype	1
2	Конкурс «Всё, что мы здесь натворили»		3
3	Викторина «Вспомнить всё!»	https://kahoot.com/	1
4	Online тестирование «А теперь я скажу, что о вас думаю» (рефлексия)		0,25
5	Оглашение победителей в конкурсах	https://zoom.us skype	0,25
6	Огонёк «Со слезами на глазах»		0,25
			5,75
			Всего 40

Содержание

«Мировая художественная культура»

«Салют!» В начале необходимо познакомиться всем участникам лагеря. Это можно совершить посредством онлайн-конференции, с помощью сервиса <https://zoom.us>. На первой встрече, каждый участник должен рассказать о себе и о своих творческих увлечениях.

Также, в первый день необходимо сформировать целостное представление о мировой художественной культуре, логике её развития в исторической перспективе, о её месте в жизни общества и каждого человека. Изучение мировой художественной культуры развивает толерантное отношение к миру как единству многообразия, а восприятие собственной национальной культуры сквозь призму культуры мировой позволяет более качественно оценить её потенциал, уникальность и значимость.

Лекция «Истоки возникновения культуры»

Общая характеристика истории возникновения культуры как духовного явления. Ознакомление с магической и религиозной основой культуры. Развитие цивилизации, возникновение мифологии. Периоды развития культуры. Лекцию могут читать учителя истории, МХК, ИЗО, педагоги дополнительного образования.

Мастер-класс «Первобытная живопись»

На мастер-классе участники знакомятся с изобразительным искусством древнего мира. Развивают умения поисковой деятельности, навыков создания художественного образа, расширяют кругозор, общую эрудицию, фантазию и воображение.

Лекция «Такая разная Россия»

Культура народов России одна из самых многообразных в мире. На ее территории проживает более 190 народов, каждый из которых по отдельности обладает своей неповторимой культурой, и чем больше численность, тем заметнее вклад этого народа в культуру целой страны.

Мастер-класс «Народные промыслы»

На данном мастер-классе дети знакомятся и познают народные промыслы народов России. Традиционные художественные промыслы и ремесла России. Прикладное творчество народов России. Знаки и символы в прикладных изделиях и национальных костюмах разных народов. Сравнение символики костюмов разной национальности.

Викторина «Что новенького?»

Викторина обобщает и закрепляет знания, полученные в течение первого дня «Мировая художественная культура».

Огонёк «Ну что за день!»

Коллективное обсуждение прожитого дня, анализ проведенных мероприятий. Возможно проведение анкетирования для мониторинга психологической ситуации.

«Литература и журналистика»

Второй день направлен на развитие общего творческого потенциала и специальных литературных способностей детей в условиях профильного лагеря. Необходимо создать условия, позволяющих одаренным детям реализовывать свои потенциальные возможности в литературном творчестве и журналистике. Нужно продолжать развитие литературной одаренности обучающихся и предоставления им возможности проявлять свои способности в разных формах и видах речевого творчества, дополняя тем самым знания, приобретаемые детьми на уроках русского языка и литературы в школе.

Лекция «Великое Слово!»

Тенденции в современном русском языке и литературе. Будущее русского языка. Популяризация грамотности, норм русского языка. Сохранение лексического и грамматического богатства русского языка.

Online экскурсия «Дом-музей А.П. Чехова»

В 2020 году исполняется 160 лет со дня рождения А.П. Чехова. Художественные открытия Чехова оказали огромное влияние на литературу и театр XX века. Его драматические произведения, переведенные на множество языков, стали неотъемлемой частью мирового театрального репертуара. Его пьесы не сходят со сцены театров всего мира, а рассказы и повести переиздаются большими тиражами и включены в школьные программы. Важно познакомить учеников с биографией и творчеством великого писателя. Возможно проведение онлайн лекции по творчеству писателя, онлайн экскурсии.

Лекция «Слово у разных народов России»

Жители нашей многонациональной страны разговаривают между собой более чем на 150 разных языках. Основная часть этого лингвистического разнообразия принадлежит к четырем семьям: алтайской; индоевропейской; северокавказской и уральской. Языки отдельных народов России поражают своей сложностью международных экспертов. При этом некоторые наречия имеют сходные черты, а другие полностью уникальны.

Также возможно провести лекцию по наречиям в русском языке. Морфологическая система современного русского литературного языка является результатом длительного исторического развития. В ней обнаруживается целый ряд явлений, которые могут быть поняты и объяснены лишь при условии учёта исторических процессов в развитии морфологического строя древнерусского языка.

Творческая встреча «Говори и пиши красиво» (основы журналистики) и мастер-класс «От заметки до газеты»

Познакомить с основами журналистики, помочь сделать первые самостоятельные шаги на пути к освоению этой интересной и

востребованной в современном мире профессии. Даже если в будущем ученик не свяжет себя с журналистикой, азы, полученные в процессе прохождения обучения, помогут обучающимся не бояться высказывать свободно свои мысли в устной и письменной речи, задавать вопросы, вступать в контакт с другими людьми, уметь высказать и отстаивать свою точку зрения по той или иной проблеме.

При возможности, встречу и мастер-класс необходимо проводить с профессиональным журналистом.

Дискуссионная площадка «Писатели vs журналисты»

Литература и журналистика, родственные по самой природе как типы творческой деятельности, взаимодействуют многообразно. Но в чём их отличия? Обучающиеся познакомятся с технологией «дебаты». Организуют дискуссию о литературе и журналистике. Обсудят: особенности журналистики и литературы, а также точки их соприкосновения и расхождения.

Конкурс чтецов «Вечер поэзии»

Конкурс проводится в целях пропаганды произведений русской классической и современной отечественной поэзии, воспитания подрастающего поколения в духе патриотизма. Для выявления, поддержки и стимулирования талантливых исполнителей, владеющих жанром художественного слова. В рамках конкурса происходит знакомство обучающихся с литературным наследием России, отражающим величие нашей культуры и богатство русского языка, воспитывается любовь к Слову и художественный вкус.

Огонёк «Ещё одно слово!»

Коллективное обсуждение прожитого дня, анализ проведенных мероприятий. Возможно проведение анкетирования для мониторинга психологической ситуации.

«Театр и кино»

Театр и кино как вид искусства – школа нравственного и эстетического воспитания подрастающих поколений. Преодолевая пространство и время, сочетая возможности нескольких видов искусств - музыки, живописи, танца, литературы и актёрской игры, театр обладает огромной силой воздействия на эмоциональный мир ребёнка. Занятия данными видами искусства не только вводят детей в мир прекрасного, но и развивают сферу чувств, будят соучастие, сострадание, развивают способность поставить себя на место другого, радоваться и тревожиться вместе с ним. В третий день, участники смены «Калейдоскоп» узнают об истории театра и кино, а также узнают об основах сценического искусства.

Лекция «История театра»

Зачатки театрального искусства существовали еще в первобытном обществе, до появления ранних цивилизаций. Театральное искусство как таковое возникло и на Востоке, и в Древней Греции и Риме, а затем продолжило развиваться в средневековой и ренессансной Западной Европе и России. На лекции необходимо познакомить обучающихся с историей возникновения театра и основными театральными профессиями, театральной терминологией.

Лекция «История кино»

За долгое время своего существования кино завоевало немислимую популярность и сейчас играет важную роль в жизни большинства обывателей. Ведь фильмы смотрят все без исключения. Можно утверждать о совершенно новом уровне, которого в последние годы достигла киноиндустрия, став самым массово доступным видом искусства. На лекции необходимо познакомить обучающихся с историей кино, спецификой киноискусства.

Мастер-класс «Ораторское искусство»

На мастер-классе необходимо научить обучающихся говорить грамотно, ярко и убедительно. Уверенно выступать публично без страхов и

комплексов. Быть интересным собеседником, уметь находиться в центре внимания, стать лидером.

Мастер-класс «Как вести себя на сцене?»

Сцена – это в первую очередь психология! Чтобы чувствовать себя хозяином сцены, мало одного желания, ведь сценический номер – это маленькая жизнь, в которой все должно быть по-настоящему, с чувством, со смыслом. А для того, чтобы проживать сотни таких жизней, нужно быть необыкновенным актером, тонким психологом, душевным исполнителем.

Сценическое мастерство – это комплексный подход, умение учитывать все, проявлять себя, «держат зал», притягивать его, завораживать, заставляя почувствовать и пережить, стать частью происходящего на сцене.

Главное в сценическом мастерстве - не только речь и актерская игра, но и умение самореализоваться, открывать в себе все новые и новые стороны, наслаждаться сценой, жить ею.

Творческая встреча «Мой опыт участия в постановках»

Творческую встречу должен проводить человек, которому часто приходило выступать на сцене. Ученики смогут задать все интересующие вопросы и получить ответы от специалиста.

Викторина «Что новенького?»

Викторина обобщает и закрепляет знания, полученные в течение первого дня «Театр и кино».

Огонёк «Говорим о премьер»

Коллективное обсуждение прожитого дня, анализ проведенных мероприятий. Возможно проведение анкетирования для мониторинга психологической ситуации.

«Музыка»

Создание условий для разностороннего развития склонностей и способностей детей в процессе музыкальной, творческой и социально значимой деятельности. Приобщение к основам мировой культуры, развитие музыкально-эстетического вкуса, музыкального кругозора, воспитание

нравственных чувств, понимание духовных ценностей. Также, в четвёртый день, необходимо расширить музыкальный кругозор детей и психологическую готовность к выступлениям.

Лекция «Музыка народов мира»

На лекции обучающиеся знакомятся с историей музыки, с музыкальной культурой разных стран и народов. Учатся понимать особенности музыкального языка разных стран и народов. Вызывать яркий эмоциональный отклик на слушаемые произведения.

Мастер-класс «Песни народов России»

В рамках ознакомления с культурой нашей страны, ученики знакомятся с музыкой и песнями народов России.

Просмотр балета «Щелкунчик» (в честь юбилея П.И. Чайковского)

2020 год – 180 лет со дня рождения П.И. Чайковского. Ученики знакомятся с творчеством знаменитого русского композитора. (Возможно показать и другие произведения). После, рекомендуется устроить обсуждение просмотренного.

Творческая встреча «Современная музыка. Что новенького?»

На встрече обсуждаются современные тенденции в музыке. Рекомендуется пригласить музыкальных исполнителей.

Акция «Музыка победы» (в честь 75-летия Победы в ВОВ)

2020 год – год 75-летия Победы в ВОВ. В акции принимают участники онлайн-лагеря (по желанию). Участники исполняют песни времён ВОВ, а также песни о Победе в ВОВ.

Игра «Угадай мелодию»

Знаменитую игру «Угадай мелодию» возможно провести с помощью онлайн сервиса <https://zoom.us>. Рекомендуется включить музыкальные произведения, с которыми обучающиеся познакомились в течение дня.

Огонёк «Колыбельная»

Коллективное обсуждение прожитого дня, анализ проведенных мероприятий. Возможно проведение анкетирования для мониторинга психологической ситуации. Исполнение колыбельных.

«Хореография»

Приобщение детей к танцевальному искусству способствует эстетическому и нравственному развитию. В пятый день профильной смены участники узнают об истории хореографического искусства, а также освоят основные навыки и умения слушать музыку и передавать ее в движении позволяют выявить и раскрыть творческие способности ребенка посредством хореографического искусства.

Лекция «Откуда появился танец?»

Лекция рассказывает об истории развития танцевального искусства, его роли в формировании художественной культуры на основных этапах развития человеческой цивилизации.

Урок «Танцы народов России»

Народные танцы зародились в глубокой древности — в основе многих из них лежали ритуальные пляски жрецов и шаманов. Постепенно они утратили свое мистическое значение и стали праздничным развлечением. На уроке рассказывается про танцы разных народов России. А также, обучающиеся смогут сами попробовать исполнить некоторые элементы танцев.

Мастер-класс «Классический танец»

Классические танцы – это в основном балет, бальные танцы. В них строгие позиции четкие движения, балет - целый вид искусства. Мы ходим в театр чтобы посмотреть на этот прекрасный танец на сцене, важна не только хореография, но и то, как танцор выражает себя, его эмоции. На мастер-классе, преподаватели покажут обучающимся как же нужно исполнять классический танец.

Мастер-класс «Познаём движение»

На данном мастер классе, обучающиеся вместе с преподавателями хореографии смогут разучить танец.

Лекция «Современная хореография»

Современная хореография: как она зародилась, что с ней сейчас и почему это так круто. На лекции рассказывается о современных тенденциях в хореографии.

Танцевальный батл «Смотри, как я могу!»

С помощью онлайн сервиса <https://zoom.us>, участники исполняют собственные танцы (по желанию). С помощью онлайн сервиса <https://kahoot.com/> проводится голосование среди всех участников лагеря, определяются победители.

Огонёк «В ритме вальса»

Коллективное обсуждение прожитого дня, анализ проведенных мероприятий. Возможно проведение анкетирования для мониторинга психологической ситуации. Исполнение колыбельных.

«Живопись и скульптура»

Воспитание в человеке высокой нравственности и культуры, развитие и совершенствование творческих способностей, формирование эстетических вкусов, взглядов развивающейся личности, приобщение к мировому изобразительному искусству, а также к искусству народов России. Знакомство с разными видами художественной деятельности: выполнение работ в различных техниках живописи и скульптуры.

Лекция «История живописи и скульптуры»

На лекции необходимо изучить историю живописи и скульптуры. Периодизацию, виды и жанры.

Мастер-класс «Учимся писать картины»

Мастер-класс проводят учителя ИЗО, педагоги дополнительного образования, художники. Обучающиеся пишут картину, слушая и повторяя за преподавателем.

Мастер-класс «Создадим шедевр из пластилина!»

Мастер-класс проводят учителя ИЗО, педагоги дополнительного образования, художники, скульпторы. Обучающиеся создают скульптуру из пластилина, слушая и повторяя за преподавателем.

Online экскурсия «Эрмитаж»

Эрмитаж - один из крупнейших художественных музеев мира, экспозиция которого расположена в более чем 350 залах. Особое место занимают парадные интерьеры дворца. Государственный Эрмитаж обладает коллекцией, насчитывающей свыше трех миллионов произведений искусства и памятников мировой культуры. В ее составе – живопись, графика, скульптура и предметы прикладного искусства, археологические находки и нумизматический материал.

Конкурс работ, созданных на мастер-классах «Как красиво!»

Выставка работ, созданных на мастер-классах. Определение победителей (победители оглашаются на следующий день).

Викторина «Я знаю это произведение искусства!» (Эрмитаж)

С помощью онлайн сервиса <https://kahoot.com/> обобщаются знания, полученные в ходе онлайн экскурсии.

Огонёк «Живописный»

Коллективное обсуждение прожитого дня, анализ проведенных мероприятий. Возможно проведение анкетирования для мониторинга психологической ситуации.

«Калейдоскоп искусств»

В последний день профильной онлайн смены «Калейдоскоп» необходимо провести комплексный анализ результатов. Подводятся итоги всех акций и конкурсов, проведенных за весь период онлайн лагеря. В конце дня – проведение рефлексии с помощью тестирования (<https://kahoot.com/>).

**ПРОГРАММА ОНЛАЙН – ЛАГЕРЯ
«Юный краевед»**

Направленность: туристско-краеведческая

Срок реализации: 6 дней

Возраст обучающихся: 12-18 лет

Форма реализации: с использованием дистанционных технологий

Воронеж – 2020 г.

Пояснительная записка

Направленность программы онлайн-лагеря - социально-педагогическая, краеведческая.

Краеведение мощная и неформальная основа в воспитании молодого поколения в духе гражданственности и патриотизма. Оно способствует развитию интереса к Родному краю, становлению гражданской позиции, чувству долга перед Родиной и формированию ответственности перед обществом.

Актуальность программы онлайн-лагеря. Приобщение подростков к краеведению и вспомогательным историческим дисциплинам даёт возможность для самореализации ребёнка в научной деятельности, а также развитию интеллектуальных способностей. Исследуя историю Родного края, ребёнок получает навыки анализа информации, которые в последствии, могут применяться в будущем на практике в любой сфере деятельности. В процессе работы над проектами, формируется умение работать в коллективе, что способствует развитию коммуникативных навыков.

Целевая аудитория: обучающиеся образовательных организаций в возрасте от 12 до 18 лет, проявляющие интерес к изучению истории и краеведения.

Цели и задачи

Цель: изучение различных периодов истории Воронежской области, получение методических и практических навыков работы в рамках поисково-исследовательской деятельности, а также приобщение к проектной деятельности. Становление и развитие качеств личности на основе нравственных ценностей через деятельностное отношение к окружающему миру, к людям, себе, направленное на формирование активной жизненной позиции по средствам здоровьесберегающих технологий.

Задачи:

Обучающие:

1. формирование знаний и практических навыков по истории и

краеведению;

2. вовлечение детей в занятия краеведением и пропаганда здорового образа жизни;

Развивающие:

3. наполнение комфортным содержанием свободного времени ребёнка;
4. развитие творческой индивидуальности личности;
5. развитие коммуникативных способностей ребёнка, детской одарённости.

Воспитательные:

6. воспитание морально-волевых качеств;
7. формирование самоорганизованности и трудолюбия

Формы проведения занятий:

- Лекции
- Мастер-классы
- Викторины
- Творческие задания
- Тренинги
- Исследовательские и проектные задания
- Конкурсы
- Онлайн экскурсии

Сроки и место проведения

Длительность online-лагеря- 6 дней

Место проведения – online пространство

Участники online-лагеря

В online-лагере принимают участие обучающиеся образовательных организаций Воронежской области в возрасте от 12 до 18 лет.

Ожидаемые результаты

По итогам освоения программы онлайн-лагеря, дети должны овладеть следующими компетенциями:

- речевая компетенция – ребенок учится правильно, понятно и грамотно говорить, ясно формулировать свои мысли при общении с другими людьми;
- коммуникативная компетенция – развитие навыков работы в парах, в группах различного состава, умение представлять себя и вести диалог;
- учебно-познавательная компетенция – пополнение знаний в области истории, краеведения и вспомогательных исторических дисциплин, ознакомление с разнообразными приемами и методами изучения информации, работы над проектами, грамотного изложения материала и применение своих знаний на практике, овладение креативными навыками при целенаправленном изучении окружающей действительности;
- компетенция личностного самосовершенствования – развитие ценностных качеств личности (самостоятельность, ответственность, творчество, трудолюбие, аккуратность и др.).

Формы подведения итогов реализации программы онлайн-лагеря:

- Онлайн тестирование;
- Конкурс «Я – краевед»;
- Творческий конкурс «Битва талантов»;
- Викторина.

Концепция и программа online-лагеря

Участники online-лагеря делятся на online-отряды по 10 человек, за каждым отрядом закрепляется наставник. В социальной сети «ВКонтакте» создаётся группа online-лагеря, у каждого online-отряда – общий чат.

В программу online-лагеря включены:

- лекции и мастер-классы
- тренинги различных направлений
- исследовательская и проектная деятельность
- тематические и творческие мероприятия, конкурсы
- онлайн экскурсии.

Примерный распорядок дня

10.00-11.00 – тематические лекции и задания (online)

12.00-13.30 – дневное дело: мастер-классы, викторины, онлайн экскурсия
14.30-17.30 – работа над проектом (в групповом чате), изучение предоставленного материала, возможность собственного поиска источников (только после консультации с наставником)

17.30 – 19.00 – защита проекта

18.30-19.30 – ВД творческое мероприятие

20.00-20.45 – огонёк

Содержание программы онлайн-лагеря

Механизм реализации программы

Модель онлайн-лагеря имеет ряд объективных факторов, которые и определяют специфику работы:

1. Дистанционная форма занятий.
2. Разнообразная деятельность – насыщенность всего периода разноплановой интересной деятельностью.
3. Интенсивность освоения детьми различных видов. Личностно-ориентированный подход должен соответствовать индивидуальным возможностям ребенка.

Основным назначением программы онлайн-лагеря является пополнение знаний ребёнка об истории Родного края, научно - творческая самореализация личности ребёнка. Для этого работа каждый день организуется по различным периодам истории Воронежской области, в комплексе с творческим подходом к научной деятельности:

- Вводный курс. «Краеведение и вспомогательные исторические дисциплины»
- «Восточные славяне. Славянские племена на территории Воронежской области VII – X вв.»
- «Русь до монголо-татар. X – XIII вв.»
- «Влияние татаро-монгольского ига на Русь. Жизнь после. XIII – XVI вв.»
- «Династия Романовых XVII – XIX вв.»

- «Новая эпоха. Первая половина XX в.»
- «Я – краевед»

Учебно-тематический план

№	Мероприятие	Ресурсы	Кол-во часов
День 1 «Краеведение и вспомогательные исторические дисциплины»			
1	Жеребьёвка, получение темы для проекта и творческого задания для ВД.	https://zoom.us skype	0,25
2	Лекция «Краеведение и вспомогательные исторические дисциплины»		1,5
3	Тренинг «Тайм менеджмент»		0,5
4	Работа над проектом		2,5
5	ВД Защита проекта		1,5
6	ВД творческое мероприятие		1
7	Огонёк		0,25
			7,5
День 2 «Восточные славяне»			
1	Жеребьёвка, получение темы для проекта и творческого задания для ВД.	https://zoom.us skype	0,25
2	Лекция «Восточные славяне»	https://zoom.us skype	1,25
3	Мастер-класс «Свистулька»		0,5
4	Работа над проектом		2,5
5	ВД Защита проекта		1,5
6	ВД творческое мероприятие		1
7	Огонёк		0,25
			7,25
День 3 «Русь до монголо-татар. X – XIII вв.»			
1	Жеребьёвка, получение темы для проекта и творческого задания для ВД.	https://zoom.us skype	0,25
2	Лекция «Русь до монголо-татар»		1,25
3	Тренинг «Целеполагание»		0,75
4	Работа над проектом		2,5
5	ВД Защита проекта		1,5
6	ВД творческое мероприятие		1
7	Огонёк		0,25
			7,5
День 4 « Влияние татаро-монгольского ига на Русь. Жизнь после »			
1	Жеребьёвка, получение темы для проекта и творческого задания для ВД.	https://zoom.us skype	0,25
2	Лекция «Влияние татаро-монгольского ига на Русь. Жизнь после»		1,5
3	Тренинг «Проектная деятельность»		0,75
4	Работа над проектом		2,5
5	ВД Защита проекта		1,5
6	ВД Творческое мероприятие		1
7	Огонёк		0,25

7,75			
День 5 «Династия Романовых»			
1	Жеребьёвка, получение темы для проекта и творческого задания для ВД.	https://zoom.us skype	0,25
2	Лекция «Династия Романовых»		1,5
3	Онлайн экскурсия в Воронежский Областной краеведческий музей. Каменная летопись Воронежа: от города крепости до губернского центра	http://museum- vrn.ru/vystavki_i_meropriyatiya/	0,75
4	Работа над проектом		2,5
5	ВД Защита проекта		1,5
6	ВД творческое мероприятие		1
7	Огонёк		0,25
7,75			
День 6 «Новая эпоха»			
1	Жеребьёвка, получение темы для ВД.	https://zoom.us skype	0,25
2	Лекция «Новая эпоха. Первая половина XX в»		1,5
3	Мастер-класс «Советский ЗОЖ»		0,75
4	Работа над проектом		2,5
5	ВД защита проекта		1,5
6	ВД творческое мероприятие		1
7	Огонёк		0,25
7,75			
День 7 «Юный краевед»			
1	Конкурс «Я – краевед»	https://zoom.us skype	1
2	Творческий конкурс «Битва талантов»		1
3	Онлайн тестирование	https://kahoot.com/	0,5
4	Викторина		0,75
5	Огонёк	https://zoom.us skype	0,5
3,75			

Содержание

В течение недели, дети знакомятся с краеведением Воронежской области с помощью лекций, мастер-классов, экскурсий и учатся грамотно распределять ресурсы с помощью тренингов. Каждый день посвящен определённому периоду истории. Утром распределяются темы для проектов и творческого мероприятия по отрядам с помощью жеребьёвки. В течение дня ведутся мероприятия различной направленности только по изучаемому в этот день периоду истории Воронежского края. После лекции, у детей формируется представление об изучаемой эпохе и открывается доступ к библиотеке, в которой они могут найти материал для своей темы проекта.

Свой источник ребята могут применить только после одобрения вожакого, или лектора. Работа над проектом ведется коллективно, или же участники сами могут между собой распределить зоны ответственности для каждого. Защищая свои проекты на вечернем деле, участники получают возможность также принимать участие в обсуждении интересующих слушателей вопросов. Защита может проходить в любой форме (лекция, использование наглядных материалов, презентации и даже творческое преподнесение материала). Отряды выступают в том порядке, который организаторы лагеря сочтут более логичным. Например, в день «восточных славян» это может выглядеть так: сначала выступает отряд с проектом «Орудия труда», затем, отряд с проектом «Материальная культура», потом «Архитектура», следом «Быт», затем - «Одежда». После выступления всех отрядов организаторы обобщают представленную информацию. Таким образом, наблюдая за защитой проектов участников из других отрядов, у детей формируются целостное представление об изучаемом периоде. В последующие дни могут темы могут изменяться. Например, если в первый день темы были «Орудия труда», «Материальная культура», «Архитектура», «Быт», «Одежда», то nasledующий день может рассматриваться вместо «Орудий труда» «Вооружение». Вечернее дело (творческое мероприятие) проводится в свободной форме (песня, постановка, стихотворная форма изложения и т.п.) по той теме, которая выпала определённому отряду. Например, если выпала тема «Одежда начала XX века», то можно сделать костюм определенного сословия, или нарисовать его, рассказать о нём в форме рекламы, возможно, сочинить частушки об этом наряде и т.д.

«Краеведение и вспомогательные исторические дисциплины»

В начале необходимо познакомиться всем участникам лагеря. Это можно организовать посредством онлайн-конференции, с помощью сервиса <https://zoom.us>. На первой встрече, каждый участник должен рассказать о себе и своих достижениях в познании истории, участии в различных мероприятиях по краеведению, увлечениях.

Лекция «Краеведение и вспомогательные исторические дисциплины»

Общая характеристика краеведения и ознакомление с теми дисциплинами, которые помогают краеведу в изучении Родного края (топонимика, этнография и т.п.)

Тренинг «Тайм менеджмент»

На тренинге участники овладевают знаниями о грамотном распределении времени и ресурсов, что значительно помогает не только в работе над проектом в рамках лагеря, но и в любой сфере жизни, не зависимо от дальнейшей профессии.

Огонёк

Коллективное обсуждение прожитого дня, анализ проведенных мероприятий. Возможно проведение анкетирования для мониторинга психологической ситуации.

«Восточные славяне»

Лекция «Восточные славяне».

Второй день направлен на общее представление о восточных славянах и изучение славянских племен, обитавших на территории современной Воронежской области.

Мастер-класс «Свистулька»

Расширяет представление о материальной и духовной культуре славянских племен. Развивает моторику рук.

«Русь до монголо-татар»

Лекция знакомит участников с культурой и бытом христианской Руси до монголо-татарского ига. Благодаря полученным знаниям, дети смогут провести впоследствии параллель, какой был уклад жизни до нашествия, как он изменился во время ига и каким стал после.

Тренинг «Целеполагание»

Направлен на личную мотивацию не только в сфере науки, но и во всех сферах жизни таких как, саморазвитие, коммуникабельность, спорт, питание

и многие другие. Также тренинг помогает искать правильные пути достижения поставленных целей.

«Влияние татаро-монгольского ига на Русь. Жизнь после»

В ходе лекции, участники подробно знакомятся с изменениями во всех сферах жизни, которые повлекло за собой татаро-монгольское нашествие. Пытаются установить какие есть положительные и отрицательные черты во влиянии ига на культуру, язык, мировоззрение и менталитет населения Руси.

Тренинг «Проектная деятельность»

Более подробно знакомит участников с пониманием, что такое проектная деятельность, как правильно работать над созданием проектов. В ходе тренинга закрепляются полученные знания, формируются чёткие представления о преимуществах данного вида работы, при изложении материала, реализации идей.

«Династия Романовых»

Лекция начинается с описания ключевых событий в истории Воронежского края за несколько лет до воцарения династии Романовых. Стоит начать с истории возникновения города крепости и сакцентировать внимание на самых ярких страницах становления Воронежа поэтапно отражая развитие региона (Петровский период, формирование административно-территориальной структуры, Воронеж – центр губернии, социальные конфликты XVIII века, Отечественная война 1812 в жизни воронежцев, развитие просвещения и культуры в губернии в XIX веке, Отмена крепостного права, реформы 1860-1870 годов, общественное движение). Особенность данной лекции заключается в том, что из-за столь большого объёма следует говорить кратко и только о самых эпохальных событиях. В ходе изложения материала, рекомендуется периодически делать короткий вывод о том, как то или иное явление отразилось на различных сословиях. Более детальное рассмотрение отдельных аспектов жизни общества будет происходить во время работы над проектом. Причём участники могут самостоятельно выбрать отдельно взятую территорию

Воронежской губернии, временной охват и т.п. той, или иной выпавшей темы. Например, если отряду досталась тема «ремёсла», то можно рассмотреть развитие различных ремёсел в течении нескольких веков, или взять конкретный период, также можно выбрать одно или несколько ремёсел.

Онлайн экскурсия в областной краеведческий музей (Каменная летопись Воронежа)

Является вспомогательным методом для расширения представлений изучаемого периода. Здесь история становления и развития региона повествуется через призму архитектуры.

«Новая эпоха»

В этот день участники знакомятся с жизнью региона в первой половине XX века. Чтобы лучше уловить взаимосвязь информации с предыдущим днём, рекомендуется рассказать о предпосылках зарождения (Воронежская губерния 1907-1914, Воронежская губерния в период Первой мировой войны и после неё) и становления нового государства (СССР). Также стоит уделить внимание развитию технологий и изменению бытовых условий (например, электрификация). Более углублённое изучение материала происходит так же, как и в предыдущий день, в ходе самостоятельной работы над проектом.

Мастер-класс «Советский ЗОЖ»

Помогает участникам лучше прочувствовать и понять менталитет советского гражданина. Мастер-класс можно отнести к ретроспективному методу познания. А также нацелен на пропаганду здорового образа жизни (правильное питание и физическая культура).

«Я – краевед»

Конкурс «Я краевед»

С помощью онлайн сервиса <https://kahoot.com/> обобщаются знания, полученные в течении всего лагеря. Участники должны будут ответить на вопросы проектов друг друга. Для этого темы каждого ежедневного проекта отдельного отряда должны фиксироваться вожатыми. Например, у 1 отряда были темы: 1 день «Украшения восточных славян», 2 день «Ремёсла», 3 день

«Интересные находки», 4 «Архитектура», 5 «Воронежский край в период ВОВ».

На основе материалов, изложенных в проектах отряда, вожатый составляет ряд вопросов, на которые будут отвечать все участники лагеря, кроме того отряда, чьи проекты в данный момент взяты за основу составления вопросов. Это выглядит следующим образом – Сначала все отряды (2,3,4,5), кроме 1 отряда, пытаются справиться с заданиями, составленными на основе проектов отряда номер 1. Затем все отряды (1,3,4,5), кроме 2 отряда, участвуют в конкурсе. Затем, все (1,2,4,5) кроме 3 отряда и так далее.

Задания могут включать в себя фотографии, цитирования участников, фрагменты презентации или видео проектов отряда. Для понимания опять возьмём темы отряда 1. Задания на основе данного отряда могут выглядеть так:

- На экране появляется фотография славянского браслета и задаётся вопрос – «Что это за украшение? При раскопках какого городища было обнаружено это украшение?».
- Второй вопрос: «Какие ремёсла были распространены на территории современной Воронежской области в XII веке?»
- Третий вопрос: «На территории Воронежской области были обнаружены уникальные погребения кочевников XIII-XIV веков. В могильнике «Высокая гора» исследованы два кургана с захоронениями мужчины и женщины (следует описание инвентаря, найденного в ходе раскопок). Вопрос «на территории какого города Воронежской области находится этот могильник?»
- Вопрос четвёртый: «В каком году была построена церковь Акатова монастыря?»
- Вопрос пятый: «Появляется видео фрагмент выступления отряда с рассказом о подвиге. Участникам предлагается ответить на вопрос «О ком идёт речь?»

Для повышения концентрации внимания к проектам друг друга в течении всего лагеря, участников следует в первый день проинформировать о конкурсе «Я – краевед». В конце конкурса можно предоставить возможность всем отрядам решить кроссворд, составленный организаторами лагеря.

«Творческий конкурс «Битва талантов»

Участие в конкурсе может принимать как весь отряд, или несколько детей, так и отдельный участник от отряда. Это может быть любое проявление талантов, но только в рамках двух тем: «Воронежское краеведение» или «Один день из жизни лагеря». Тема «Один день из жизни лагеря» подразумевает раскрытие ряда вопросов или отдельно взятого (например: изменил ли лагерь «Юный краевед» мою жизнь? Или «как я провел эту неделю? и т.п.)

«Онлайн тестирование»

В последний день профильной онлайн смены необходимо провести комплексный анализ результатов. Подводятся итоги всех лекций и конкурсов, проведённых за весь период лагеря. В конце дня – проведение рефлексии с помощью online тестирования (<https://kahoot.com/>).

«Викторина»

Отряды в течении смены, придумывают друг другу вопросы по изученным темам (не более 5 от отряда), которые отправляют для корректировки и одобрения своему вожатому за день до викторины. Каждому отряду предоставляется возможность самостоятельно задать эти вопросы всем участникам лагеря.

Online-лагерь «Интерактивный турист»

Направленность: туристско-краеведческая

Возраст участников программы: 13 –16 лет

Срок реализации: 5 дней

Форма реализации: с использованием дистанционных технологий

Воронеж – 2020 г.

Пояснительная записка

Направленность программы – туристско-краеведческая.

Туризм в силу специфики деятельности и воспитательной среды предоставляет возможности профессиональной ориентации обучающихся. Программа направлена на адаптацию к процессам, протекающим в современном обществе, его социализацию в условиях современной жизни; дает профориентационные знания по профессии спасатель, пожарный, геолог и др., что может помочь в выборе обучающимся будущей профессии.

Актуальность программы. Двадцать первый век – это век, далеко шагнувшего вперед технического прогресса. Он принес с собой множество негативных факторов, влияющих на здоровое развитие детей и подростков, поэтому составляющей программы по туризму является здоровый образ жизни. Необходимо отвлечь подростков и молодёжь от вредных привычек, активизировать их познавательную деятельность.

Целевая аудитория: команды обучающихся образовательных организаций Воронежской области. Рекомендовано для проведения с детьми в возрасте от 13 до 16 лет, прошедшие подготовку по программе туристско-краеведческой направленности.

Задания выполняются каждым участником команды и пересылаются руководителю команды.

Цель программы: освоение обучающимися теоретической части учебных программ туристско-краеведческой направленности.

Задачи программы:

Обучающие:

- обучить основам туристских техник, ориентирования, выживания;
- учить правилам безопасного поведения;
- знакомство с историей и традициями туризма;

Развивающие:

- выявление и раскрытие способностей обучающихся;

- содействие в развитии исследовательской и творческой деятельности обучающихся;
- развитие познавательных процессов: память, внимание, способность логически мыслить, анализировать, концентрироваться;

Воспитательные:

- развитие интереса к изучению родного края;
- формировать потребность в самообразовании и саморазвитии;
- воспитывать уважительное отношение к культуре;

Сроки и место реализации программы. Продолжительность образовательного процесса составляет 5 дней.

Место проведение – online пространство. Материалы выкладываются на странице лагеря ВК.

Формы проведения занятий:

- мастер-класс;
- лекции;
- творческие мероприятия;
- конкурсы, викторины;
- презентации;
- виртуальные экскурсии, путешествия.

Ожидаемые результаты.

По итогам освоения программы, обучающиеся должны овладеть следующими компетенциями:

- учебно-познавательная компетенция – пополнение знаний в туристско-краеведческой деятельности, ознакомление с разнообразными приемами и способами ориентирования, обучение рациональным способам организации первой помощи;
- компетенция личностного самосовершенствования – развитие ценностных качеств личности (самостоятельность, ответственность, творчество, трудолюбие, аккуратность и др.), овладение правилами здорового образа жизни.

Формы подведения итогов реализации программы:

- Конкурсы и викторины по пройденным темам.

Содержание программы

Механизм реализации программы

Модель лагеря имеет ряд объективных факторов, которые и определяют специфику работы:

1. Дистанционная форма занятий.
2. Разнообразная деятельность – насыщенность всего периода разноплановой интересной деятельностью.

3. Интенсивность освоения детьми различных видов. Личностно-ориентированный подход должен соответствовать индивидуальным возможностям ребенка.

Каждый день лагеря посвящен одному направлению туристско-краеведческой деятельности:

- «Топография и спортивное ориентирование»
- «Краеведение»
- «Школа безопасности»
- «Школа туристских навыков»
- «Туристское творчество»

Учебно-тематический план

День 1 «Топография и спортивное ориентирование»

№	Мероприятие	Ресурс	Кол-во часов
1	«Основы топографии и ориентирования»	Видео file:///C:/Users/Home/Downloads/Топография_i_Kartografia.pdf	1
2	Конкурс «Определение масштаба, измерение расстояния на карте»	Задание подготовлено организатором и высылается на адрес руководителя команды	1

3	«Топографические знаки»	Видео Подготавливается организатором и выкладывается ВК	0,5
4	Конкурс «Топографический диктант»	Задание подготовлено организатором и высылается на адрес руководителя команды	0,5
5	«Компас. Основные, дополнительные и вспомогательные направления на стороны горизонта. Определение азимута»	Видео http://vk.com/video254465683_456239424	1
6	Конкурс по определению азимута и сторон горизонта	Задание подготовлено организатором и высылается на адрес руководителя команды	0,5
7	Подведение итогов конкурсов	высылается на адрес руководителя команды	0,5
			5

День 2 «Краеведение»

№	Мероприятие	Ресурс	Кол-во часов
1	«Туризм в России и Воронежской области»	Документ подготовлен организатором и выкладывается ВК.	1
2	Виртуальное путешествие по Воронежской области	Видео подготовлено организатором и выкладывается ВК	1
3	«Туристские нормативы».	Видео подготовлено организатором и выкладывается ВК	0,5
4	«Растительный и животный мир Воронежской области»	Документ подготовлен организатором и выкладывается ВК	1
5	Виртуальное путешествие по заповедникам Воронежской области	Видео подготовлено организатором и выкладывается ВК	0,5
6	Викторина «Мой край»	документ подготовлен организатором и высылается на адрес руководителя	0,5
7	Подведение итогов викторины	документ подготовлен организатором и высылается на адрес руководителя	0,5
			5

День 3 «Школа безопасности»

№	Мероприятие	Ресурс	Кол-во часов
1	«Основы туристской безопасности»	Документ подготовлен	1

		организатором и выкладывается ВК.	
2	«Я в безопасности»	Документ подготовлен организатором и высылается на адрес руководителя	1
3	«Походная аптечка»	Документ подготовлен организатором и выкладывается ВК.	1
4	«Способы транспортировки пострадавшего»	Презентация подготовлена организатором и выкладывается ВК	1
5	Конкурс по оказанию первой помощи.	документ подготовлен организатором и высылается на адрес руководителя	0,5
7	Подведение итогов конкурсов	документ подготавливается организатором и высылается на адрес руководителя	0,5
			5

День 4 «Школа туристских навыков»

№	Мероприятие	Ресурс	Кол-во часов
1	«Типы костров, их назначение и свойства»	Видео подготовлено организатором и выкладывается ВК	0,5
2	«Способы разведения костра»	Видео подготовлено организатором и выкладывается ВК	1
3	«Туристские узлы»	Видео подготовлено организатором и выкладывается ВК	0,5
4	Конкурс «Узелок завяжется»	документ подготовлен организатором и высылается на адрес руководителя	0,5
5	«Туристский бивуак. Выбор места для отдыха и ночевки»	Документ подготовлен организатором и выкладывается ВК	1
6	Викторина по туристским навыкам	Документ подготовлен организатором и выкладывается ВК	0,5
7	Подведение итогов конкурсов	Документ подготовлен организатором и выкладывается ВК	0,5
			5

День 5 «Туристское творчество»

№	Мероприятие	Ресурс	Кол-во
---	-------------	--------	--------

			часов
1	«Туристы песенники»	Документ подготовлен организатором и выкладывается ВК	1
2	«Художественные фильмы про туристов»	Видео подготовлено организатором и выкладывается ВК	1
3	Конкурс туристских фотографий участников лагеря	Условия конкурса подготовлены организатором и выкладывается ВК	1
4	Общий сбор «Вечер песни». Исполнение песен участниками команд и их руководителями	Видео/аудио запись подготовлены участниками лагеря и выкладывается ВК	1
5	Подведение итогов конкурсов	документ выкладывается ВК	0,5
6	Подведение итогов лагеря. Анкетирование участников	документ выкладывается ВК	0,5
			5
	Всего		25 часов

Содержание

1 день «Топография и спортивное ориентирование»

Назначение спортивной карты, ее отличие от топографической карты. Масштабы спортивных и туристских карт. Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте.

Понятие «Ориентир». Основные направления на стороны горизонта.

Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта.

Способы измерения расстояний на местности и на карте.

Виды ориентирования и их отличия.

2 день «Краеведение»

История развития туризма в России. Путешествия. Характеристика современного состояния туризма. Сильнейшие туристы города, области, края.

«Нормативы на значки «Юный турист России» и «Турист России».

Разрядные нормативы по спортивному туризму».

Растительный и животный мир Воронежской области. Виртуальное путешествие по заповедникам Воронежской области.

3 день «Школа безопасности»

Правила организации и проведения туристских мероприятий. Правила поведения туристской группы. Режим походного дня.

Комплектование походной аптечки. Оказание первой доврачебной помощи.

Различные способы транспортировки пострадавшего в полевых условиях.

4 день «Школа туристских навыков»

Заготовка растопки (щепа, стружка, береста и т.д.) и дров. Типы костров и их свойства. Разведение костра по назначению и его поддержание.

Обустройство кострища и костра.

Оборудование бивуака. Выбор и расчистка площадок для установки палаток, организации отдыха и досуга группы, приема пищи, заготовки и разделки дров и хранения топлива для костра, сушки снаряжения. Установка палаток различных типов и модификаций. Размещение личного и группового снаряжения в палатке. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения туриста в палатке.

Туристские узлы. Их назначение и способы завязывания.

5 день «Туристское творчество»

Познакомить участников с туристскими песнями, легендарными «бардами» и художественными фильмами о туристах. Поделиться своими впечатлениями и фотографиями из походов.

Online-лагерь «Soft skills для подростков»

Направленность: социально-педагогическая

Возраст участников программы: 14-17 лет

Срок реализации: 7 дней

Форма реализации: с использованием дистанционных технологий

Воронеж – 2020 г.

Пояснительная записка

Soft skills (гибкие навыки) – универсальные навыки, не связанные с определенной профессией или специальностью. Они отражают личные качества человека: его умение общаться с людьми, эффективно организовывать свое время, творчески мыслить, принимать решения и брать на себя ответственность. В современном мире гибкие навыки необходимые для достижения личного и профессионального успеха. Они помогают успешно учиться и взаимодействовать с близкими людьми — родителями, родственниками, друзьями. Умение общаться и ясно излагать свои мысли помогает, например, быстро захватить внимание аудитории во время доклада или защиты курсовой, произвести хорошее впечатление на устном экзамене. Способность управлять своими эмоциями спасает от приступов плохого настроения, мешающих продуктивно заниматься. Умение управлять временем и выстраивать приоритеты позволяет сэкономить силы при подготовке к экзаменам, а навык планирования помогает быстрее достигать поставленных целей.

Цели и задачи

Цель: создание условий для развития и поддержки гибких навыков (компетенций будущего) у подростков.

Основные задачи:

- создание психолого-педагогических условий для развития гибких навыков у подростков;
- развитие гибких навыков у подростков: ораторское искусство, самопрезентация, коммуникация, управление проектами, целеполагание, основы тайм-менеджмента, креативное мышление, навык принятия решений, самоанализ и саморефлексия;
- формирование потребности в самообразовании и саморазвитии.

Сроки и место проведения

Длительность online-лагеря – 7 дней.

Место проведение – online-пространство (vkontakte, zoom, skype).

Участники online-лагеря

Обучающиеся образовательных организаций Воронежской области в возрасте от 14 до 17 лет.

Концепция и программа online-лагеря

Модель online-лагеря имеет ряд объективных факторов, которые и определяют специфику работы:

1. Дистанционная форма занятий.
2. Разнообразная деятельность – насыщенность всего периода разноплановой интересной деятельностью.
3. Интенсивность освоения детьми различных навыков. Личностно-ориентированный подход должен соответствовать индивидуальным возможностям ребенка.

Участники online-лагеря делятся на online-отряды по 10 человек, за каждым таким отрядом закрепляется наставник. В социальной сети «ВКонтакте» создается группа online-лагеря, а у каждого online-отряда – общий чат.

Каждый день программы посвящен изучению одного какого-то навыка, формы проведения занятий:

- лекции и мастер-классы;
- занятия с элементами тренинга на формирование креативного мышления, самопрезентации, целеполагания и т.п.;
- тематические квесты, деловые игры и т.п.;
- творческие мероприятия, конкурсы, презентации

План-сетка и распорядок дня

День 1 – Ораторское искусство и самопрезентация			
Время	Длит-ть	Мероприятие	Ресурсы
10:00-12:00	2 часа	Лекция с элементами тренинга «Ораторское искусство и самопрезентация»	Общий прямой эфир в zoom.us
14:00-15:30	1 ч 30 мин	Дневное дело «Рифма жизни»: конкурс чтения стихов	Отрядное мероприятие в zoom.us
17:30-18:30	1 час	Вечернее дело «Визитная	Отрядное мероприятие

		карточка»: самопрезентация в любой творческой форме	в zoom.us
18:30-18:45	15 мин	Спевка	Общий прямой эфир в zoom.us
19:00-20:00	1 час	Огонек «Звездопад»	Отрядное мероприятие в zoom.us
День 2 – Коммуникации			
Время	Длит-ть	Мероприятие	Ресурсы
10:00-12:00	2 часа	Лекция с элементами тренинга «Коммуникации»	Общий прямой эфир в zoom.us
14:00-15:30	1 ч 30 мин	ДД «Поучаствуй в дебатах»	Отрядное мероприятие в zoom.us
17:30-18:30	1 час	ВД «TV-шоу»: конкурс рекламных роликов	Отрядное мероприятие в zoom.us
18:30-18:45	15 мин	Спевка	Общий прямой эфир в zoom.us
19:00-20:00	1 час	Тематический огонек	Отрядное мероприятие в zoom.us
День 3 – Проектная деятельность			
Время	Длит-ть	Мероприятие	Ресурсы
10:00-12:00	2 часа	Лекция с элементами тренинга «Проектная деятельность»	Общий прямой эфир в zoom.us
14:00-15:30	1 ч 30 мин	ДД «Кулинарный мастер-класс»	Отрядное мероприятие в zoom.us, затем фотоотчет готового торта в чаты Вконтакте
17:30-18:30	1 час	ВД «Я – руководитель проекта»: защита проектов	Отрядное мероприятие в zoom.us
18:30-18:45	15 мин	Спевка	Общий прямой эфир в zoom.us
19:00-20:00	1 час	Тематический огонек	Отрядное мероприятие в zoom.us
День 4 – Целеполагание и основы тайм-менеджмента			
Время	Длит-ть	Мероприятие	Ресурсы
10:00-12:00	2 часа	Лекция с элементами тренинга «Целеполагание и основы тайм-менеджмента»	Общий прямой эфир в zoom.us
14:00-15:30	1 ч 30 мин	ДД «Как все успевать и быть счастливым»: отработка навыков тайм-менеджмента	Отрядное мероприятие в zoom.us, затем фотоотчет готового торта в чаты Вконтакте
17:30-18:30	1 час	ВД «Вся жизнь – театр»: чтение пьесы по ролям	Отрядное мероприятие в zoom.us
18:30-18:45	15 мин	Спевка	Общий прямой эфир в zoom.us
19:00-20:00	1 час	Тематический огонек	Отрядное мероприятие в zoom.us
День 5 – Принятие решений и решение проблем			
Время	Длит-ть	Мероприятие	Ресурсы
10:00-12:00	2 часа	Лекция с элементами тренинга «Принятие решений и решение	Общий прямой эфир в zoom.us

		проблем»	
14:00-15:30	1 ч 30 мин	ДД «Недетский вопрос»: деловая игра	Отрядное мероприятие в zoom.us, затем фотоотчет готового торта в чаты Вконтакте
17:30-18:30	1 час	ВД «Startup»: решение кейсов	Отрядное мероприятие в zoom.us
18:30-18:45	15 мин	Спевка	Общий прямой эфир в zoom.us
19:00-20:00	1 час	Тематический огонек	Отрядное мероприятие в zoom.us
День 6 – Креативное мышление			
Время	Длит-ть	Мероприятие	Ресурсы
10:00-12:00	2 часа	Лекция с элементами тренинга «Креативное мышление»	Общий прямой эфир в zoom.us
14:00-15:30	1 ч 30 мин	ДД «Мой внутренний художник»: мастер-класс по рисованию	Отрядное мероприятие в zoom.us, затем фотоотчет готового торта в чаты Вконтакте
17:30-18:30	1 час	ВД «Танцуй, как будто тебя никто не видит»: танцевальный флешмоб	Отрядное мероприятие в zoom.us
18:30-18:45	15 мин	Спевка	Общий прямой эфир в zoom.us
19:00-20:00	1 час	Тематический огонек	Отрядное мероприятие в zoom.us
День 7 – Саморефлексия			
Время	Длит-ть	Мероприятие	Ресурсы
10:00-12:00	2 часа	Лекция с элементами тренинга «Саморефлексия»	Общий прямой эфир в zoom.us
14:00-15:30	1 ч 30 мин	ДД «Что мы узнали о гибких навыках»: викторина	Отрядное мероприятие в zoom.us, затем фотоотчет готового торта в чаты Вконтакте
17:30-18:30	1 час	ВД «Вечер поддержки» - техники позитивного мышления для заботы о себе и поддержке близких	Отрядное мероприятие в zoom.us
18:30-18:45	15 мин	Спевка	Общий прямой эфир в zoom.us
19:00-20:00	1 час	Заключительный огонек	Отрядное мероприятие в zoom.us

Содержание

День 1

Лекция с элементами тренинга «Ораторское искусство и самопрезентация»

Подготовка речи. Этапы подготовки тезисов и текста речи. Выделите достаточно времени на подготовку, учтите интерес аудитории, поставьте цель, собирайте и записывайте весь материал, используйте собственные мысли, получите резервные знания, создайте план выступления.

Правила подготовки самого выступления. Выучите важные части текста, подготовьте хорошее выступление, проработайте и выучите концовку, приготовьте все необходимое.

Ораторские приемы, техника произнесения речи, работа с аудиторией. Выразительные средства оратора, невербальные средства подачи информации, методы получения обратной связи, как произвести нужное впечатление на аудиторию, работа с вопросами и возражениями.

Дневное дело «Рифма жизни»: конкурс чтения стихов

Конкурс проводится с целью отработки навыка публичного выступления, уменьшения страха выступать перед аудиторией, так же выявление, поддержка и стимулирование талантливых исполнителей, владеющих жанром художественного слова.

Вечернее дело «Визитная карточка»: самопрезентация в любой творческой форме

Цель мероприятия – познакомить ребят друг с другом внутри отряда, отработать навыки самопрезентации, проявить творческие способности и раскрыть себя.

Спевка

Общая спевка проходит на платформе zoom.us в online режиме, на этом ресурсе есть возможность включить микрофон одновременно у всех участников мероприятия. Детям заранее можно выслать тексты песен, чтобы участвовали все ребята.

Огонёк «Звездопад»

Цель огонька в первый день – знакомство детей и наставника друг с другом, формирование у детей потребности в общении и рефлексии совместной деятельности, организация процесса самопознания.

Заранее заготавливаются звездочки с вопросами и складываются в коробку. Наставник достает по одной звездочки для каждого ребенка и зачитывает вопрос. Ребята по очереди отвечают на вопросы, если кто-то хочет ответить не на свой вопрос, пусть высказывает свое мнение. Вопросы могут быть следующими:

Что для тебя значит слово «друг»?

Каким ты себя представляешь через двадцать лет?

Какой у тебя характер?

Какой твой любимый предмет в школе?

Много ли у тебя друзей?

Ссоришься ли ты с родителями, и по какому поводу?

Какая твоя любимая песня?

Какие качества в человеке ты ценишь больше всего?

Чем ты любишь заниматься в свободное время?

В какие игры ты любишь играть?

Каких людей ты считаешь лучшими друзьями?

Что ты не любишь больше всего?

Любишь ли ты читать?

Счастливый ли ты человек? Почему?

Общительный ли ты человек?

Легко ли ты можешь расплакаться?

Умеешь ли ты сочувствовать людям?

Бывает ли у тебя беспокойно на душе? Из-за чего?

Чему бы ты хотел научиться?

Что для тебя горе?

Любишь ли ты смотреть на ночное небо?

Без чего бы ты ни смог обойтись в жизни?

Ты больше любишь дарить подарки или получать?

День 2

Лекция с элементами тренинга «Коммуникации»

Тема направлена на повышение уровня коммуникативной компетентности подростков, что способствует стимулированию социального развития и личностного роста.

Важнейшие качества эффективной коммуникации. Речевая компетентность: умение говорить точно, бегло, конкретно и кратко. Умение и желание слушать собеседников. Внимание и восприимчивость к невербальной информации (мимика, жесты, поза). Наблюдательность, умение замечать тонкие нюансы поведения. Эмпатия, чувствительность к эмоциональному состоянию собеседников. Гибкость, способность адекватно менять свое поведение в зависимости от ситуации. Удачный выбор времени, места, окружающей обстановки для общения.

Активное слушание. Умение слушать собеседника – это активный мыслительный процесс, восприятие информации от говорящих, при котором человек воздерживается от выражения своих эмоций, такое отношение к собеседнику, при котором говорящий чувствует к себе интерес, сопереживание, понимание. Умение слушать имеет две стороны: способность понимать услышанное и отбирать, накапливать информацию.

Аргументация и убеждения. Одним из важнейших навыков, необходимых человеку для успешного развития карьеры и достижения поставленных целей является навык убеждения. Этот навык иначе может называться "навыком воздействия", "оказанием влияния", "управлением впечатлением" и т.д. Данный навык проявляется в способности убедить, уговорить, повлиять, вдохновить собеседника (собеседников) и добиться от него (от них) поддержки решения, идеи, плана, предлагаемого говорящим. Важность навыка убеждения трудно переоценить.

Дневное дело «Поучаствуй в дебатах»

Цель мероприятия – научить подростка эффективно отстаивать свою точку зрения, слушать других и уметь вести дискуссию с оппонентом в спокойной, доброжелательной манере.

Ребята делятся на две команды, наставник предлагает тему для дебатов и дает время командам для подготовки аргументов в защиту своей точки зрения. Из каждой команды выбирается по одному человеку – наблюдателю, которые в конце дебатов подведут итоги.

Вечернее дело «TV-шоу»: конкурс рекламных роликов

Утром участники внутри отряда делятся на микро группы и получают тему, на которую им необходимо сделать рекламную кампанию и продемонстрировать ее на вечернем деле.

Цель мероприятия – развитие творческих способностей, взаимодействие внутри отряда, отработка навыка эффективного взаимодействия.

По итогам мероприятия в группе online-лагеря в социальной сети Вконтакте можно устроить голосование за лучшую рекламную кампанию среди всех отрядов.

Спевка

Общая спевка проходит на платформе zoom.us в online режиме, на этом ресурсе есть возможность включить микрофон одновременно у всех участников мероприятия. Детям заранее можно выслать тексты песен, чтобы участвовали все ребята.

Огонёк

Цель огонька в основной период – формирование у детей потребности в общении и рефлексии совместной деятельности, организация процесса самопознания, анализ прожитого дня.

День 3

Лекция с элементами тренинга «Проектная деятельность»

Проект — это уникальная деятельность, имеющая начало и конец во времени, направленная на достижение определенного результата/цели, создание определенного, уникального продукта или услуги, при заданных ограничениях по ресурсам и срокам, а также требованиям к качеству и допустимому уровню риска. Управление проектом — это применение

знаний, навыков, инструментов и методов к работам проекта для удовлетворения требований к проекту.

Руководитель проекта: функции, навыки, качества. SWOT-анализ. Основные требования к проекту: ограниченность, целостность, последовательность и связность, объективность и обоснованность, компетентность руководителя и команды, жизнеспособность. Основные разделы проекта. Риски проекта.

Проект – живой организм, поэтому при его выполнении возможно возникновение самых разных затруднений, порой случается, что некорректно сформулированная проблема не позволяет грамотно поставить цель или вместо задач, при планировании, указываются отдельные шаги, не удается спланировать продукт и т.п. В этом случае возможно и необходимо возвращение с одного этапа на другой, на котором была допущена ошибка.

Дневное дело «Кулинарный мастер-класс»

Цель мероприятия – отработать навыки проектной деятельности. Любое мероприятие в нашей жизни можно рассматривать, как проект. Мы предлагаем подросткам проявить свой талант в кулинарии и приготовить дома торт (любое другое блюдо).

Про это мероприятие надо предупредить заранее, чтобы у участников было время выбрать рецепт, приобрести необходимые продукты и приступить к реализации проекта.

При технической возможности это можно проводить в online-режиме на платформе zoom.us. Или прислать в чат отряда видео/фотоотчет.

В конце мероприятия необходимо обсудить приготовление торта с точки зрения реализации проекта и подвести итоги.

Вечернее дело «Я – руководитель проекта»: защита проектов

Цель мероприятия – отработать навыки проектной деятельности и эффективной коммуникации.

Ребята с утра делятся на микро группы внутри отряда, каждая группа самостоятельно выбирает, какой проект они хотят реализовать, готовятся к защите проектов, исходя из знаний и навыков, полученных в течение дня.

На вечернем деле происходит защита проектов и подведение итогов.

Спевка

Общая спевка проходит на платформе zoom.us в online режиме, на этом ресурсе есть возможность включить микрофон одновременно у всех участников мероприятия. Детям заранее можно выслать тексты песен, чтобы участвовали все ребята.

Огонёк

Цель огонька в основной период – формирование у детей потребности в общении и рефлексии совместной деятельности, организация процесса самопознания, анализ прожитого дня.

День 4

Лекция с элементами тренинга «Целеполагание и основы тайм-менеджмента»

Самый ценный ресурс, который у нас есть – это время. Для современного человека «искусство успевать» – одно из самых необходимых искусств. Разнообразной информации все больше, события происходят все быстрее. Нужно вовремя реагировать, укладываться во все более жесткие сроки. При этом как-то находить время для отдыха, увлечений, семьи, друзей... Основные принципы тайм-менеджмента, целеполагания. Методы постановки и достижения целей, smart-анализ, вера в свои силы.

Дневное дело «Как все успевать»: отработка навыков тайм-менеджмента

Индивидуальная работа участников под руководством наставника со своими целями. Правильная формулировка целей, рейтинг целей, написание плана по достижению одной цели, распределение времени и ресурсов для ее достижения.

Вечернее дело «Вся жизнь – театр»: чтение пьесы по ролям

Цель данного мероприятия – развить у подростка уверенность в своих возможностях, сформировать навык ответственности за совместное творческое дело и умение взаимодействовать в коллективе.

Спевка

Общая спевка проходит на платформе zoom.us в online режиме, на этом ресурсе есть возможность включить микрофон одновременно у всех участников мероприятия. Детям заранее можно выслать тексты песен, чтобы участвовали все ребята.

Огонёк

Цель огонька в основной период – формирование у детей потребности в общении и рефлексии совместной деятельности, организация процесса самопознания, анализ прожитого дня.

День 5

Лекция с элементами тренинга «Принятие решений и решение проблем»

Развитие ответственной, умеющей принимать самостоятельные решения личности является одной из целей образования. Важно научить подростков не только принимать решения по алгоритму, но и анализировать ситуации разной степени определенности.

Для начала поговорим об автоматических решениях. Каждый из нас ежедневно принимает несколько сотен решений. Иногда это занимает считанные секунды: по какой дороге пойти домой, синей или черной ручкой писать в тетрадке. Какие-то вещи требуют небольшой концентрации: что съесть на обед, что надеть в школу?

А некоторые занимают намного больше времени. Попросите подростка вспомнить свой день и выписать 20 решений, которые он принял на автомате (даже не задумываясь). Это упражнение снимает страх: оказывается, подросток постоянно что-то выбирает, и в этом нет ничего страшного!

Теперь пора перейти к осознанным решениям. Нужно вспомнить два недавних решения. Одно, которое кажется подростку удачным, и другое,

которое ему бы хотелось поменять. Задайте вопросы: «Какие ощущения ты испытывал в момент принятия каждого из них? Что ты чувствуешь в теле сейчас, когда вспоминаешь эти решения? Какие эмоции у тебя рождаются?»

Подросток должен четко понимать: он отвечает за свое поведение и свои чувства, поэтому выбирает, как поступать и что чувствовать. Чем старше человек становится, тем более сложными становятся эти решения. Чтобы научиться их принимать, нужно понять, что такое разумный выбор. Он предполагает, что подросток не импульсивно совершает поступок, а вначале представляет, что именно предполагает получить в результате, а затем оценивает, насколько эти ожидания реалистичны.

Дневное дело «Недетский вопрос»: деловая игра

Игра состоит из нескольких раундов. Каждый раунд - самостоятельная часть, в которой каждый участник получает роль и действует, исходя из нее. Все раунды отличаются друг от друга по сюжету: где-то нужно будет провести переговоры команде топ-менеджеров двух конкурирующих компаний, а где-то руководителю будет необходимо убедить своих сотрудников сделать рискованный для компании шаг. После каждого раунда все участники узнают, как в реальной жизни разрешилась та или иная ситуация.

В ходе деловой игры подростки научатся эффективной конкуренции и сотрудничеству, навыкам ведения переговоров, управлению конфликтными ситуациями, навыкам управления эмоциями в стрессовых ситуациях, эффективному взаимодействию в команде.

Вечернее дело «Startup»: решение кейсов

Современное образование требует разработки и внедрения все новых методов обучения, в последнее время все более часто в учебном процессе применяются проблемные методы обучения, которые гармонично дополняют традиционные методы и позволяют мотивировать учеников к учению в гораздо большей степени, чем традиционные уроки.

Одним из проблемных методов является метод кейсов или метод ситуаций, предполагающий рассмотрение и решение подростками реальных ситуаций из жизни и практической деятельности педагога.

Анализ проблемы состоит из следующих шагов:

1. Предварительное описание проблемной ситуации.
2. Вычленение конкретной задачи из проблемной ситуации.
3. Построение абстрактной модели конкретной задачи, формулировка противоречия.
4. Построение абстрактной модели решения задачи, представление ИКР (идеального конечного результата).
5. Выявление ресурсов и выход на конкретное решение.
6. Формулирование подзадач, которые необходимо решить для реализации предлагаемого решения.
7. Повторение цепочки рассуждений для решения выявленных подзадач с шага № 3.
8. Рефлексия.

Каждый ребенок из отряда в обед получает проблемную ситуацию, которую ему необходимо разобрать и на вечернем деле представить свое решение.

Спевка

Общая спевка проходит на платформе zoom.us в online режиме, на этом ресурсе есть возможность включить микрофон одновременно у всех участников мероприятия. Детям заранее можно выслать тексты песен, чтобы участвовали все ребята.

Огонёк

Цель огонька в основной период – формирование у детей потребности в общении и рефлексии совместной деятельности, организация процесса самопознания, анализ прожитого дня.

День 6

Лекция с элементами тренинга «Креативное мышление»

Креативность – это способность создавать новые подходы к решению задач, генерировать большое количество оригинальных идей и выражать их в практических разработках. Креативность – не абстрактная единица. Её можно развивать, прокачивая конкретные параметры.

Три базовых критерия, по которым можно провести самооценку и начать развивать креативность: беглость, гибкость и оригинальность. Упражнения для развития креативности. ТРИЗ. Метод шести шляп. Мозговой штурм. Латеральное мышление.

Дневное дело «Мой внутренний художник»: мастер-класс по рисованию

Ребята пишут картину, слушая и повторяя за преподавателем (учитель ИЗО, педагог дополнительного образования, художник).

Вечернее дело «Танцуй, как будто тебя никто не видит»: танцевальный флешмоб

Мастер-класс проводит хореограф, тренер по танцам. Ребята разучивают какой-либо танец, а затем на платформе zoom.us в online режиме исполняют танец всем отрядом.

Спевка

Общая спевка проходит на платформе zoom.us в online режиме, на этом ресурсе есть возможность включить микрофон одновременно у всех участников мероприятия. Детям заранее можно выслать тексты песен, чтобы участвовали все ребята.

Огонёк

Цель огонька в основной период – формирование у детей потребности в общении и рефлексии совместной деятельности, организация процесса самопознания, анализ прожитого дня.

День 7

Лекция с элементами тренинга «Саморефлексия»

Цели данной лекции: расширение знаний о себе и других людях, развитие рефлексивных навыков, уверенности в себе, развитие критического

мышления. Участники online-лагеря повысят свою психологическую культуру, позитивное самоотношение, приобретут способность к рефлексии и самопониманию.

Основы самонаблюдения. Я и мой возраст. Кто я такой? Я и мой внутренний мир. Самопознание. Самоосмысление. Самопринятие. Самоуважение.

Дневное дело «Что мы узнали о гибких навыках»: викторина

Подведение итогов всей деятельности участников online-лагеря в течение недели, викторина на усвоение полученных знаний.

Вечернее дело «Вечер поддержки»

Мероприятие проводится с целью формирования позитивного мышления, активной жизненной позиции, позитивного настроения и взгляда в будущее; повышения стрессоустойчивости личности.

Для того чтобы быть оптимистом, необходимо изменить вредные убеждения и почувствовать силу настоящего момента. Исследователи обнаружили, что позитивный настрой — ключ к стойкости и упорству. Он дает нам силы преодолевать препятствия и продолжать свой путь, отмечая варианты и возможности.

Изучение и применение техник позитивного мышления. Методы и способы самоподдержки и заботы об окружающих людях.

Спевка

Общая спевка проходит на платформе zoom.us в online режиме, на этом ресурсе есть возможность включить микрофон одновременно у всех участников мероприятия. Детям заранее можно выслать тексты песен, чтобы участвовали все ребята.

Огонёк

Цель заключительного огонька — подвести итог жизни отряда, какое влияние отряд оказал на каждого члена коллектива. Этот «огонек» является очень важным в формировании самопознания и самооценки подростка.

На этом «огоньке» разговор должен проходить о самих ребятах, о том, как они изменились, в чем стали лучше, пожелания на будущее. На нем должны быть сказаны все самые теплые, важные и нужные слова. Каждому важно знать, каков он в глазах товарищей.

Online-лагерь «Безопасность дорожного движения»

Направленность: социально-педагогическая

Возраст участников программы: 10-12 лет

Срок реализации: 5 дней

Форма реализации: с использованием дистанционных технологий

Воронеж – 2020 г.

Пояснительная записка

Online-лагерь «Безопасность дорожного движения» ориентирован на решение проблемы по предупреждению и снижению детского дорожно-транспортного травматизма.

Увеличение числа автомобилей, интенсивности движения транспорта и пешеходов на улицах и дорогах создают объективные предпосылки для возникновения дорожно-транспортных происшествий с участниками дорожного движения, особенно с детьми и подростками. Часто это происходит потому, что учащиеся не владеют правилами безопасного поведения во дворах, на улицах современных городов и, нарушая их, не осознают возможных опасных последствий.

Сегодняшнее состояние детского дорожно-транспортного травматизма показывает, что дети не обладают крайне необходимыми для современных условий жизни навыками безопасного поведения в транспортной среде, не умеют верно, оценить и предвидеть развитие дорожных ситуаций, последствий нарушения правил дорожного движения.

Цель и задачи

Цель Online-лагеря – предупреждение и снижение детского дорожно-транспортного травматизма; формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих участников дорожного движения; пропаганда Правил дорожного движения; формирование навыков безопасного поведения детей на дорогах и улицах; воспитание негативного отношения к правонарушениям в сфере дорожного движения.

Задачи:

Образовательные

- повысить у обучающихся уровень знаний по правилам дорожного движения Российской Федерации;

- помочь обучающимся усвоить требования разделов Правил дорожного движения Российской Федерации для пешеходов и велосипедистов;

- оказать содействие обучающимся в выработке навыков по оказанию первой медицинской помощи.

Развивающие

- развивать у детей умение ориентироваться в дорожно-транспортной ситуации;

- способствовать развитию у обучающихся таких умений, как быстрота реакции, внимательность, наблюдательность, зрительное и слуховое восприятие, логическое мышление, самообладание, находчивость.

Воспитательные

- воспитывать у детей дисциплинированность и ответственность за свои действия на дороге;

- вырабатывать у обучающихся культуру поведения в транспорте и дорожную этику;

- сформировать у детей сознательное и ответственное отношение к собственному здоровью, к личной безопасности и безопасности окружающих.

Сроки и место проведения

Длительность online-лагеря – 5 дней.

Место проведение – online пространство.

Участники online-лагеря

В online-лагере принимают участие обучающиеся образовательных организаций Воронежской области в возрасте от 10 до 12 лет.

Концепция и программа online-лагеря

Участники online-лагеря делятся на online-отряды по 7-10 человек, за каждым отрядом закрепляется наставник. Для каждого отряда создается общий чат в WhatsApp.

В программу online-лагеря включены:

- лекции
- практические занятия
- тематические квесты, викторины и т.п.;
- игры, творческие мероприятия, конкурсы.

Распорядок дня может быть организован следующим образом:

10:00-11:00 – Тематические лекции и занятия (общие)

11:30-13:00 – Конкурсы и задания на тему БДД (отрядные)

14:00-15:00 – Тематические лекции и занятия (общие)

15:30-17:00(17:30) – Игры и творческие мероприятия на общие темы (отрядные и общие)

18:00-19:00 – Вечерний огонек (отрядный)

Учебно-тематический план

№	Мероприятие	Ресурсы и программное обеспечение	Кол-во часов
День 1			
1	Лекция. Изучение понятий общих положений, терминов.	https://zoom.us skype	1
2	Конкурс вождения в онлайн симуляторах для обучения	http://obgonki.ru	1,5
3	Лекция. Обязанности участников дорожного движения.	https://zoom.us skype	1
4	Игра «Три истории»		1,5
5	Вечерний огонек на знакомство		1
6			
День 2			
1	Лекция. Сигналы светофора и регулировщика	https://zoom.us skype	0,5
2	Лекция. Дорожные знаки		0,5
3	Создание агитационных материалов или социальных рекламных роликов по профилактике ДТП	https://zoom.us skype GIMP, Paint, ArtWeaver, Movavi Видеоредактор	1,5
4	Лекция. Дорожные знаки	https://zoom.us skype	1
5	Вечер поэзии		1,5
6	Вечерний огонек		1
6			
День 3			
1	Лекция. Правила безопасности в городском общественном транспорте	https://zoom.us skype	1

2	Викторина	https://zoom.us skype	1,5
3	Лекция. Безопасность при езде на велосипеде, роликах, скейтбордах и т.д.	https://zoom.us skype	1
4	Игра «Скажи иначе»		1,5
5	Вечерний огонек		1
			6
День 4			
1	Лекция. Ответственность за нарушения ПДД.	https://zoom.us skype	1
2	Подготовка сообщений о детском дорожно-транспортном травматизме, Презентация работ в формате конференции или дебатов.		1,5
3	Лекция. Влияние лекарственных и наркотических средств на безопасность дорожного движения.		1
4	Переозвучка отрывков известных фильмов или мультфильмов.	https://zoom.us skype, Movavi Видеоредактор	2
5	Вечерний огонек	https://zoom.us skype	1
			6,5
День 5			
1	Лекция. Деятельность ЮИД	https://zoom.us skype	1
2	Квест в «Яндекс.Картах» на поиск знаков дорожного движения.	https://zoom.us skype https://yandex.ru/maps	1,5
3	Лекция. Основы медицинских знаний	https://zoom.us skype	1
4	Игра «Брейн-ринг»		1,5
5	Вечерний огонек		1
			6
			Всего 30,5

Конкурс вождения в онлайн симуляторах для обучения

Участники по очереди проходят упражнения на сайте <http://obgonki.ru>.

В ходе конкурса участники смогут ознакомиться с основными принципами управления автомобилем и изучить специальные упражнения.

Игра «Три истории»

Участникам по очереди предлагается рассказать три истории, две из которых правдивые и одна выдуманная. Всем остальным необходимо угадать, какая же история выдумана.

Вечерний огонек на знакомство

Огонек знакомств - эффективная форма создания доверительных отношений в группе и знакомства в отряде. Самое главное здесь - создать такую атмосферу, когда хочется рассказать о себе и узнать немного о других. разговор о себе начинает второй вожатый, рассказывая о себе, он дает схему рассказа (имя, чем занимается, хобби, о людях и об идеальных отношениях с людьми и т.д.).

Создание агитационных материалов или социальных рекламных роликов по профилактике ДТП

Участникам предлагается объединиться в группы и создать агитационные материалы (видеоматериалы в Movavi Видеоредактор, или изображения в растровых графических редакторах GIMP, Paint, ArtWeaver).

Вечер поэзии

Участники читают различные стихотворения, в том числе возможно собственного сочинения.

Викторина

Викторина обобщает и закрепляет полученные знания

Игра «Скажи иначе»

Командная игра, в которой целью игроков является объяснение загаданного слова напарникам по команде, без использования жестов и произнесения загаданного слова и однокоренных с ним слов.

Переозвучка отрывков известных фильмов или мультфильмов.

Участники делятся на команды и делают свой вариант озвучки отрывков известных кинокартин, мультфильмов или сериалов при помощи программы Movavi Видеоредактор.

Квест в «Яндекс.Картах» на поиск знаков дорожного движения.

Данный квест проводится в онлайн сервисе «Яндекс.карты» в режиме панорама. Панорамы на «Яндекс.Картах» — специальный слой, который позволяет оглядеться по сторонам и увидеть нужный объект или улицу в реальном виде, а также передвигаться по карте. Здесь могут быть совершенно

разные задания, например, посчитать количество знаков на определенной улице или найти какой-то определенный знак.

План-сетка

	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
10:00-11:00	Лекция. Изучение понятий общих положений, терминов.	Лекция. Сигналы светофора и регулировщика. Дорожные знаки.	Правила безопасности в городском общественном транспорте	Ответственность за нарушения ПДД.	Деятельность ЮИД
11:30-13:00	Конкурс вождения в онлайн симуляторах для обучения	Создание агитационных материалов или социальных рекламных роликов по профилактике ДТП	Викторина	Подготовка сообщений о детском дорожно-транспортном травматизме и конференция на эту тему.	Квест в «Яндекс.Картах» на поиск знаков дорожного движения.
14:00-15:00	Обязанности участников дорожного движения.	Дорожные знаки.	Безопасность при езде на велосипеде, роликах, скейтбордах и т.д.	Влияние лекарственных и наркотических средств на безопасность дорожного движения.	Основы медицинских знаний
15:30-17:30	Игра «Три истории»	Вечер поэзии	Игра «Скажи иначе»	Переозвучка отрывков известных фильмов или мультфильмов.	Брейн-ринг
18:00-19:00	Вечерний огонек на знакомство	Вечерний огонек	Вечерний огонек	Вечерний огонек	Вечерний огонек

Литература для педагогов

1. Правила дорожного движения Российской Федерации (последняя редакция).
2. Федеральный закон «О безопасности дорожного движения» (последняя редакция).
3. Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).
4. Кодекс Российской Федерации об административных нарушениях (последняя редакция).

5. Рыбин А.Л. Обучение правилам дорожного движения: 5-9 классы: метод пособие / (А.Л. Рыбин, М.В. Маслов; под ред. А.Т. Смирнова). – М.: просвещение, 2008.

Ссылки на интернет ресурсы

<https://юидроссии.рф/>

<https://мвд.рф>

Online-лагерь «Юный воин»

Направленность: социально-педагогическая

Возраст участников программы: 12 – 16 лет

Срок реализации: 5 дней

Форма реализации: с использованием дистанционных технологий

Воронеж – 2020 г.

Пояснительная записка

Жизнь общества сегодня ставит серьезнейшие задачи в области воспитания и обучения нового поколения. Государству нужны здоровые, мужественные, смелые, инициативные, дисциплинированные, грамотные люди, которые были бы готовы учиться, работать на его благо и, в случае необходимости, встать на его защиту. Важнейшая составляющая процесса воспитания – формирование и развитие патриотических чувств. Без наличия этого компонента нельзя говорить о воспитании по-настоящему гармоничной личности. В свете этих задач повышается значимость военно-патриотического воспитания молодежи, так как именно оно должно внести весомый, а в некоторых случаях и решающий вклад в дело подготовки умелых и сильных защитников Родины.

Online-лагерь «Юный воин» ориентирован на продолжение работы, направленной на формирование у обучающихся устойчивого интереса и профессиональную ориентированность на службу в армии и других силовых структурах РФ, расширение знаний обучающихся в области военной службы, а также приобретению навыков, необходимых для прохождения военной службы и развитию физических способностей, воспитанию чувства коллективизма и патриотизма.

Цель – формирование необходимых качеств личности обучающихся, обеспечивающих адаптацию к условиям военной службы, воспитания верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины.

Задачи:

1. Изучить основные военные дисциплины.
2. Познакомить учащихся с историей и структурой Вооружённых Сил РФ.
3. Расширить знания обучающихся об основных военных исторических событиях России.

4. Воспитать у молодых людей гражданское сознание и верность Отечеству.
5. Привить потребность в здоровом образе жизни и активном отдыхе.
6. Воспитать дисциплинированность, силу воли, умение концентрироваться на выполнении поставленной цели.
7. Развивать интерес к военной службе и социально-значимой деятельности.
8. Развивать у воспитанников ответственность, выносливость, смелость.

Сроки и место проведения

1. Длительность online-лагеря – 5 дней.
2. Место проведение – online пространство (vkontakte, zoom, skype).

Участники online-лагеря

В online-лагере принимают участие обучающиеся образовательных организаций Воронежской области в возрасте от 12 до 16 лет.

Ожидаемые результаты

По окончании online-лагеря предусмотрено овладение обучающимися теоретических знаний строевой, огневой, тактической подготовки, военной топографии, знаниями об истории Великой Отечественной войны, об истории Вооружённых Сил и государственных символах России, способностью оказания первой медицинской помощи.

Формы подведения итогов реализации программы онлайн-лагеря:

1. Онлайн тестирование;
2. конкурс «Я защитник Отчества»;
3. Викторина.

Концепция и программа online-лагеря

Online-лагерь «Юный воин» проводится в дистанционном формате. Участники делятся на online-отряды по 10 человек, за каждым отрядом закрепляется наставник. В социальной сети «ВКонтакте» создаётся группа online-лагеря, у каждого online-отряда – общий чат.

Формы проведения занятий:

- Лекции
- Мастер-классы
- Викторины
- Творческие задания
- Конкурсы.

План-сетка и распорядок дня

День 1 –повседневная деятельность и подготовка военнослужащих (их жизнь, быт, несение службы в ВС и др. аспекты военной службы)			
Время	Длит-ть	Мероприятие	Ресурсы
8:30-8:45	15 мин	Зарядка	Общий прямой эфир с тренером в zoom.us
10:00-12:00	2 часа	Лекция: Устав внутренней службы ВС РФ, Дисциплинарный устав ВС РФ, Устав гарнизонной и караульной службы, Строевой устав ВС РФ	Общий прямой эфир в zoom.us
14:00-15:30	1 ч 30 мин	Дневное дело: «Кто он – солдат» Конкурс на знание основных качеств защитника Отечества	Отрядное мероприятие в zoom.us
17:30-18:30	1 час	Вечернее дело: Знания государственных символов России, дней воинской славы, воинский долг военнослужащих ВС РФ	Отрядное мероприятие в zoom.us
18:30-18:45	15 мин	вечер военных песен	Общий прямой эфир в zoom.us
19:00-20:00	1 час	Огонек: Истории из жизни предков – участников ВОВ	Отрядное мероприятие в zoom.us
День 2 – Солдат и оружие.			
Время	Длит-ть	Мероприятие	Ресурсы
8:30-8:45	15 мин	Зарядка	Общий прямой эфир с тренером в zoom.us
10:00-12:00	2 часа	Лекция: Строевые приемы и движения без оружия, требования безопасности при обращении с оружием и	Общий прямой эфир в zoom.us

		боеприпасами, назначение, боевые свойства и общее устройство пневматической винтовки ТТХ, основные части и устройство автомата Калашникова	
14:00-15:30	1 ч 30 мин	ДД: Обсуждение взаимоотношений между военнослужащими	Отрядное мероприятие в zoom.us
17:30-18:30	1 час	ВД: Знание текста военной присяги, прав, обязанностей и ответственности военнослужащих, основных понятий и определений патриотизма Российского гражданина и воина	Отрядное мероприятие в zoom.us
18:30-18:45	15 мин	Вечер литературных произведений	Общий прямой эфир в zoom.us
19:00-20:00	1 час	Тематический огонек: Предложи свой вариант форменной одежды солдата	Отрядное мероприятие в zoom.us

День 3 – Оружие массового поражения

Время	Длит-ть	Мероприятие	Ресурсы
8:30-8:45	15 мин	Зарядка	Общий прямой эфир с тренером в zoom.us
9:00-9:30	30 мин	Завтрак	Фото от каждого участника в чат Вконтакте
10:00-12:00	2 часа	Лекция: Боевые свойства и поражающие факторы ядерного, химического, биологического оружия, аварийных химических отравляющих веществ и оружия, основанного на новых физических принципах	Общий прямой эфир в zoom.us
14:00-15:30	1 ч 30 мин	ДД: Кулинарный мастер-класс «Завтрак солдата»	Отрядное мероприятие в zoom.us, затем фотоотчет готового торта в чаты Вконтакте
17:30-18:30	1 час	ВД: Великая Отечественная Война (военная техника; медали и ордена; герои и их подвиги; ВОВ в литературе, живописи, музыке и кинематографии)	Отрядное мероприятие в zoom.us
18:30-18:45	15 мин	Спевка	Общий прямой эфир в zoom.us
19:00-20:00	1 час	Тематический огонек на тему	Отрядное мероприятие в

		«Дружба»	zoom.us
День 4 – Навыки оказания первой медицинской помощи			
Время	Длит-ть	Мероприятие	Ресурсы
8:30-8:45	15 мин	Зарядка	Общий прямой эфир с тренером в zoom.us
10:00-12:00	2 часа	Лекция: Индивидуальные и коллективные медицинские средства защиты и оказание первой помощи. Особенности оказания первой помощи при воздействии оружия массового поражения	Общий прямой эфир в zoom.us
14:00-15:30	1 ч 30 мин	ДД: готовим подделки на тему ВОВ	Отрядное мероприятие в zoom.us, затем фотоотчет готового торта в чаты Вконтакте
17:30-18:30	1 час	ВД: викторина на знание военной истории и создания ВС РФ	Отрядное мероприятие в zoom.us
18:30-18:45	15 мин	Вечер солдатских пословиц	Общий прямой эфир в zoom.us
19:00-20:00	1 час	Знания на правила ношения военной формы	Отрядное мероприятие в zoom.us
День 5 – Ориентирование на местности			
Время	Длит-ть	Мероприятие	Ресурсы
8:30-8:45	15 мин	Зарядка	Общий прямой эфир с тренером в zoom.us
9:00-9:30	30 мин	Завтрак	Фото от каждого участника в чат Вконтакте
10:00-12:00	2 часа	Лекция: Топография и ориентирование на местности	Общий прямой эфир в zoom.us
14:00-15:30	1 ч 30 мин	ДД: Основные виды общевойскового боя (его сущность, характеристики, порядок действий солдата на поле боя	Отрядное мероприятие в zoom.us, затем фотоотчет готового торта в чаты Вконтакте
17:30-18:30	1 час	ВД: мастер-класс выполнение воинского приветствия без оружия и с оружием на месте и в движении	Отрядное мероприятие в zoom.us
18:30-18:45	15 мин	Подведение итогов	Общий прямой эфир в zoom.us
19:00-20:00	1 час	викторина на знания и умение оказания первой медицинской помощи	Отрядное мероприятие в zoom.us

Содержание

День 1

Лекция: Устав внутренней службы ВС РФ, Дисциплинарный устав ВС РФ, Устав гарнизонной и караульной службы, Строевой устав ВС РФ.

Общевоинские уставы – это нормативно-правовые акты, которые регламентируют жизнь и быт военнослужащих, их взаимоотношения между собой и повседневную деятельность, представляют собой структурированный и разбитый на разделы и подразделы справочник. Воинский устав РФ состоит из четырех частей: - устав гарнизонной и караульной службы, дисциплинарный устав, устав внутренней службы, строевой устав. Каждая из этих составляющих регулирует отдельную сферу деятельности военнослужащих.

Дневное дело: «Кто он – солдат».

Конкурс на знание основных качеств защитника Отечества. Конкурс проводится с целью воспитать чувство патриотизма, гражданственности, физической и нравственной культуры. Ребята по очереди называют одно качество защитника Отечества и описывают его.

Вечернее дело: Знания государственных символов России, дней воинской славы,

воинский долг военнослужащих ВС РФ.

Цель мероприятия – определить основные качества и обязанности военнослужащего как защитника Отечества.

Вечер военных песен

Общее мероприятие проходит на платформе zoom.us в online режиме, на этом ресурсе есть возможность включить микрофон одновременно у всех участников мероприятия. Детям заранее можно выслать тексты песен, чтобы участвовали все ребята.

Огонёк: Истории из жизни предков – участников ВОВ.

Цель огонька – воспитывать чувство любви к своей Родине, народу, истории, гордости и уважения к тем военнослужащим, кто беззаветно служил Родине и защищал ее в годы Великой Отечественной войны.

День 2

Лекция: Строевые приемы и движения без оружия, требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, назначение, боевые свойства и общее устройство пневматической винтовки ТТХ, основные части и устройство автомата Калашникова.

Тема направлена на изучение строевой подготовки, устройства пневматической винтовки ТТХ, АК, привитие навыков безопасного обращения с оружием, формирование убежденности в превосходстве российского автомата над аналогичными видами стрелкового оружия иностранных армий.

Тема включает в себя не только изучение теории, но и онлайн-практика. Детям можно выслать ссылки на интернет-ресурсы, для того чтобы они просмотрели ролики по строевым приемам, а также по устройству пневматической винтовки и автомату Калашникова. Ссылка:

[https://yandex.ru/images/search?text=%D0%A1%D1%82%D1%80%D0%BE%D0%B5%D0%B2%D1%8B%D0%B5,](https://yandex.ru/images/search?text=%D0%A1%D1%82%D1%80%D0%BE%D0%B5%D0%B2%D1%8B%D0%B5)

[https://yandex.ru/video/search?text=%D0%A1%D1%82%D1%80%D0%BE%D0%B5%D0%B2%D1%8B%D0%B5&where=all.](https://yandex.ru/video/search?text=%D0%A1%D1%82%D1%80%D0%BE%D0%B5%D0%B2%D1%8B%D0%B5&where=all)

Дневное дело: Обсуждение взаимоотношений между военнослужащими.

Цель мероприятия – изучение моральных и физических воздействий отдельных военнослужащих, групп (по принципу старшинства, землячества, национальной основе и др.) на других военнослужащих, чаще всего более поздних призывов, в целях достижения за их счет определенных привилегий, послаблений, морального реванша, присвоения материальных средств, унижения и оскорбления сослуживцев, привить необходимые качества взаимодействия воинского коллектива для успешного прохождения военной службы, изучить порядок размещения военнослужащих в воинской части.

Вечернее дело: Знание текста военной присяги, прав, обязанностей и ответственности военнослужащих, основных понятий и определений патриотизма Российского гражданина и воина.

Цель мероприятия - формирование у ребят общего понимания об основных качествах, которыми должен обладать военнослужащий ВС РФ – защитник Отечества.

Военнослужащий – это прежде всего гражданин РФ. Он обладает всеми правами и свободами человека и гражданина, предусмотренными Конституцией РФ.

Для выполнения своих обязанностей по защите Отечества военнослужащий должен быть верным Военной присяге, беззаветно служить своему народу, мужественно, умело, не щадя своей крови и самой жизни, защищать РФ, выполнять воинский долг, стойко переносить трудности военной службы.

Чтобы в полной мере отвечать своему предназначению, военнослужащий в первую очередь должен быть патриотом своего государства – РФ.

Чувство патриотизма – основа духовных качеств российских воинов. Патриотизм олицетворяет любовь к своей Родине, неразрывность с ее историей, культурой, достижениями, проблемами.

Утром всем ребятам раздается данная тема. Изучают ее они самостоятельно. Вечером на платформе zoom.us тестирование, результаты направляют в виде отчетов в чат отряда видео/фотоотчет.

Литературный вечер

Общее мероприятие проходит на платформе zoom.us в online режиме, на этом ресурсе есть возможность включить микрофон одновременно у всех участников мероприятия. Детям заранее можно выслать тексты или подборку литературных произведений по теме, чтобы участвовали все ребята.

Огонёк: Предложи свой вариант форменной одежды солдата.

Наша страна отметила Великий праздник 75 - летие Победы над фашистской Германией. 75 лет победы нашего народа в очень тяжёлой и

кровавой войне. Мы - подрастающее поколение должны гордиться этим подвигом и всегда помнить о нем.

Проходит на платформе zoom.us в online режиме. Ребята рассуждают о том, в какой военной форме они хотели бы видеть себя на службе в ВС. А знают ли они о том, когда и как она была создана, как она помогала бойцам на фронте и в какой стране изобрели лучшую военную форму, а также можно сравнить военную форму русских и немецких солдат и др.

День 3

Лекция: Боевые свойства и поражающие факторы ядерного, химического, биологического оружия, аварийных химических отравляющих веществ и оружия, основанного на новых физических принципах.

Оснащение ВС ядерным оружием и другими видами оружия массового поражения, современными обычными средствами поражения обусловило подлинную революцию в военном деле. За последние годы происходят крупные позитивные изменения в международной обстановке. Они делают более реальными надежды, что война может быть предотвращена, а мир сохранен. Крепнет уверенность, что этот мир будет не на постоянном противоборстве, не на ядерной угрозе, как это было в течение более чем сорока лет, а на взаимопонимании, снижении военной напряженности, сокращения ВС и вооружений путем переговоров. Острейшая проблема, стоящая сейчас перед человечеством - это проблема войны и мира. Руководствуясь реальным положением дел на мировой арене, задачей детей, как будущих офицеров, является изучение поражающих факторов и овладение всем комплексом мероприятий по защите от оружия массового поражения.

При изучении данного вопроса возможна демонстрация слайдов, использование литературы (Ядерное оружие. М., Воениздат. ДСП., Отравляющие вещества. М., Воениздат. 1993г., Сборник нормативов по боевой подготовке сухопутных войск. Кн. 1. М., Воениздат. 1991г. ДСП., Защита от оружия массового поражения. Библиотека офицера. М.

Воениздат., Боевой Устав по подготовке и ведению общевойскового боя, Часть 3. 2005.)

Ссылка на ресурсы: <https://uchebniy-center.ru/>,
<https://yandex.ru/images/search?text>, <https://infopedia.su/16x61bd.html>,
<https://plankonspekt.ru/vs/rkhhb-zashchita/yadernoe-khimicheskoe-i-biologicheskoe-oruzhie-chast-3.html> и др.

Дневное дело: кулинарный мастер-класс «Завтрак солдата»

Многие ребята постоянно стараются помочь родителям в приготовлении блюд. Мы предлагаем подросткам проявить свой талант в кулинарии, почувствовать командный дух и побыть настоящими шеф-поварами, придумать свой «Завтрак солдата».

Данное мероприятие надо продумать заранее, чтобы у участников было время продумать рецепт, приобрести необходимые продукты и приготовить блюдо. При технической возможности это можно проводить в online-режиме на платформе zoom.us. Или прислать в чат отряда видео/фотоотчет.

По итогам мероприятия в группе online-лагеря в социальной сети Вконтакте можно устроить голосование за лучший «Завтрак солдата» как командный, так и индивидуальный.

Вечернее дело: Великая Отечественная Война (военная техника; медали и ордена; герои и их подвиги; ВОВ в литературе, живописи, музыке и кинематографии).

Цель мероприятия – создание условий для формирования у детей чувства исторической сопричастности к своему народу, восстановление утраченных связей между поколениями.

Ребята с утра делятся на микрогруппы внутри отряда, каждая группа самостоятельно выбирает тему вечернего выступления.

Спевка

Общее мероприятие проходит на платформе zoom.us в online режиме, на этом ресурсе есть возможность включить микрофон одновременно у всех

участников мероприятия. Детям заранее можно выслать тексты песен и стихов, чтобы участвовали все ребята.

Огонёк: Тематический огонек на тему «Дружба».

Проходит на платформе zoom.us в online режиме. Ребята рассуждают о том, какого человека можно назвать другом, какими качествами должен обладать друг, обсуждают проблемные ситуации.

День 4

Лекция: Индивидуальные и коллективные медицинские средства защиты, оказание первой помощи. Особенности оказания первой помощи при воздействии оружия массового поражения.

В наши дни наблюдается сложная и даже опасная для здоровья экологическая ситуация, поэтому становится просто необходимо защищать свое здоровье. Для этого существует целый комплекс мероприятий, предназначенных для эффективного использования средств медицинской защиты. Они необходимы для профилактики и уменьшения негативного влияния на организм граждан опасных веществ и для оказания первой медицинской помощи пострадавшим.

Цель мероприятия - ознакомление ребят с элементарными приёмами оказания первой медицинской помощи.

Проходит на платформе zoom.us в online режиме. Можно использовать демонстрационные слайды, а также средства для оказания первой медицинской помощи.

Дневное дело: готовим подделки на тему ВОВ.

Цель мероприятия – формирование знаний о Великой Отечественной войне через разные виды деятельности.

Каждый участник готовит самостоятельно подделку из подручных средств, имеющихся дома.

При технической возможности это можно проводить в online-режиме на платформе zoom.us. Или прислать в чат отряда видео/фотоотчет. По итогам

мероприятия в группе online-лагеря в социальной сети Вконтакте можно устроить голосование за лучшую подделку.

Вечернее дело: викторина на знание военной истории и создания ВС РФ

Цель данного мероприятия – развитие познавательной активности, повышение интереса к истории страны и к предмету «История», умение взаимодействовать в коллективе.

Ссылка на источник:

https://infourok.ru/intellektualnaya_viktorina_vooruzhennyye_sily_rf_otvety-303864.htm.

Вечер солдатских пословиц

Общее мероприятие проходит на платформе zoom.us в online режиме, на этом ресурсе есть возможность включить микрофон одновременно у всех участников мероприятия. Детям заранее можно выслать задания, пословицы, чтобы участвовали все ребята.

Огонёк: Знания на правила ношения военной формы

Цель огонька – формирование представления о военной форме и званиях военнослужащих, воспитание патриотизма, сознательной дисциплины, понимания необходимости прохождения военной службы.

День 5

Лекция: Топография и ориентирование на местности

Цель мероприятия – изучить основные способы ориентирования на местности, а так же узнать особенности ориентирования в зависимости от условия местности.

При выполнении многих боевых задач действия командиров неизбежно связаны с ориентированием на местности. Умение ориентироваться необходимо, например, на марше, в бою, в разведке для выдерживания направления движения, целеуказания, нанесения на карту (схему местности) ориентиров, целей и других объектов, управления подразделением и огнем. Закрепленные опытом знания и навыки в ориентировании помогают более

[%B8%20%D0%B2%20%D0%B4%D0%B2%D0%B8%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B8%20%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE&path=wizard.](#)

Итоговый сбор

Общее мероприятие проходит на платформе zoom.us в online режиме, на этом ресурсе есть возможность включить микрофон одновременно у всех участников мероприятия. Подводятся итоги всех дней. Детям дается возможность высказаться чему они научились, дать пожелания своим друзьям.

Огонёк: Викторина на знания и умение оказания первой медицинской помощи.

Цель - проверить и закрепить у ребят знания основных медицинских терминов и правил оказания первой медицинской помощи.

Можно проводить в виде тестирования, можно провести в виде вопроса-ответа.

- Пример: 1. Любое повреждение целостности кожных покровов? (*Рана*)
2. Самые опасные болезни, вызываемые раневыми инфекциями. (*Столбняк, гангрена*)
3. Излияние (выхождение) крови из кровеносного сосуда. (*Кровотечение*)
4. Назовите виды кровотечений. (*Капиллярное, венозное, артериальное*)
5. Какой самый опасный вид кровотечения? (*Артериальное*)
6. Общее заражение крови при занесении инфекции. (*Сепсис*)
7. При каком кровотечении накладывают жгут? (*Артериальном*)
8. При кровотечении каких участков тела накладывают жгут? (*Конечности*)
9. Назовите виды ран. (*Резанные, рубленые, колотые, укушенные, огнестрельные, рваные*)
10. Какую повязку накладывают на рану? (*Стерильную*)
11. Средства, убивающие болезнетворные микробы. (*Дезинфицирующие средства*)
12. Чем обрабатывают (дезинфицируют) рану? (*Йод, перекись водорода, зелёнка, марганцовка*)

13. Повреждение тканей тела из-за высокой температуры. (*ожог*)
14. Виды ожогов. (*Термический, химический, лучевой*)
15. Назовите степени ожогов. (*Первая, вторая, третья, четвёртая*)
16. Чем нейтрализуют ожог кислотой? (*Пищевой содой*)
17. Чем нейтрализуют ожог щелочью? (*Слабым раствором столового уксуса*)
18. Средства защиты органов дыхания (*противогаз, респиратор, ватно-марлевая повязка*)
19. Возбудитель бешенства (*Вирус*)
20. Дезинфицирующий раствор для промывания раны (*Фурацилин*)
21. При каком виде травмирования кожа теряет чувствительность. (*Обморожении*)
22. Омертвление тканей в результате нарушения в них кровообращения. (*Гангрена*)
23. Скопление жидкой или свернувшейся крови в тканях с образованием полости в месте травм. (*Гематома*)
24. Травма, при которой инородное тело попадает под кожу, под ноготь. (*Заноза*)
25. Мредство, применяемое для рассасывания травматических гематом (нарывов). (*Мазь Вишневского*)
26. Травма, возникающая от потёртостей в виде волдыря. (*Мозоль*)
27. Отрыв конечностей в результате несчастных случаев. (*Ампутация*)
28. Название раны, оставшейся при отрыве конечности. (*Культия*)
29. Внезапное или быстрое нарушение дыхания, вплоть до остановки. (*Асфиксия*)
30. Острое гнойное воспаление края века. (*Ячмень*)
31. Закрытое повреждение конечности. (*Перелом*)
32. Основной материал, которым пользуются при перевязке. (*Марлевые бинты*)
33. Чего нельзя делать при повреждении живота. (*Давать пить*)

34. Повреждение тканей и органов без нарушения целостности кожи и костей. *(Ушиб)*

35. Повреждение органов тела в результате ранения или ушиба. *(Травмирование)*

36. Внезапная потеря сознания вследствие душевного потрясения. *(Обморок)*

**«Воспитательная работа в условиях дистанционного обучения –
это сложно? Это просто!»
(экспресс-анализ воспитательной деятельности в дистанционном
формате БУДО БЦВР БГО)**

Авторы: коллектив МБУДО БЦВР БГО
Мартыненко Виктория Николаевна, заместитель директора по
воспитательной работе;
Лободенко Дарья Юрьевна, педагог-организатор;
Вострикова Наталья Владимировна, педагог дополнительного
образования
Ларина Татьяна Григорьевна, педагог психолог

Министерство просвещения 17 марта 2020 г. № 104 «Об организации образовательной деятельности в организациях, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования, образовательные программы среднего профессионального образования, соответствующего дополнительного профессионального образования и дополнительные общеобразовательные программы, в условиях распространения новой коронавирусной инфекции на территории Российской Федерации», в котором указаны основные требования к организации учебного и воспитательного процессов в детских садах, школах, учреждениях дополнительного и профессионального образования в условиях временного изменения форматов обучения в целях сохранения здоровья детей.

При этом в приказе подчеркивается, что принципиально важно в таком формате полностью выполнять запланированную учебную и воспитательную программу, соблюдая намеченный план обучения, а также продолжать реализацию программы по развитию талантов у детей и работу по профессиональной ориентации, стимулированию интереса к самообразованию.

Думаем, что каждый из нас столкнулся с проблемой, как перевести свою работу в дистанционный режим.

Одна из целей нашей работы – это адаптация воспитанников к условиям современной жизни. И именно это сейчас наиболее актуальная

проблема для детей. Ребятам сложно перейти на новый формат. Ведь в обычном ритме все самое интересное и полезное происходит вне дома.

Что сделали мы?

- разработали новые мероприятия, учитывая направления работы своего Учреждения и основываясь на формах работы в дистанционном режиме;
- локализовали информацию, для этого мы сосредоточили свою работу в беседах в социальной сети «ВКонтакте» и WhatsApp;
- создали блок по дистанционному обучению, где в свободном доступе можно познакомиться с планом воспитательной работы, с еженедельными отчетами методистов и педагогов по работе в дистанционном режиме, а так же найти все ссылки на страницы в социальных сетях.

За основу работы мы взяли 4 направления воспитательной работы:

- гражданско-патриотическое направление;
- социально-педагогическое направление;
- художественное направление;
- психологическое сопровождение.

Гражданско-патриотическое направление

Педагоги дополнительного образования Центра внешкольной работы, реализующие программы туристско-краеведческой направленности, проводят большую работу по гражданско-патриотическому воспитанию в рамках реализации дистанционного образования. Мы выбрали три направления деятельности:



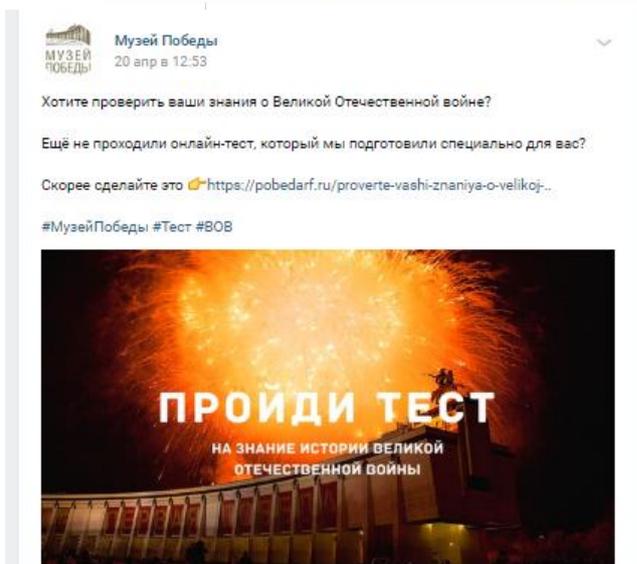
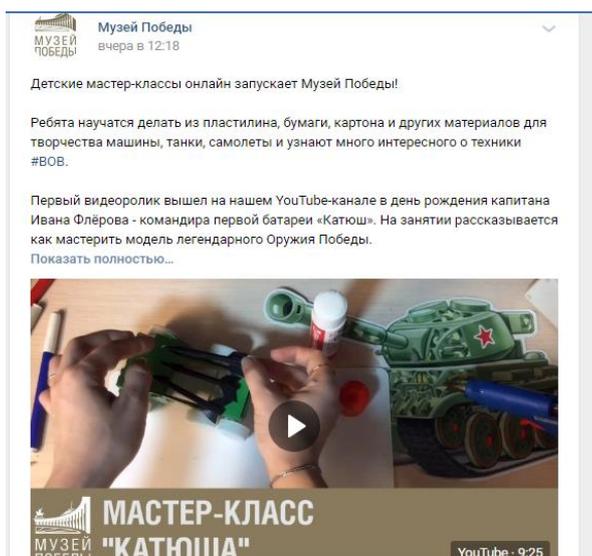
Областные и окружные мероприятия

В Борисоглебском городском округе сложились свои традиции, позволяющие создать благоприятные условия для гражданско-патриотического воспитания обучающихся. В течение учебного года Борисоглебский центр внешкольной работы проводит краеведческие конкурсы и конференции, которые в данный момент в связи с переходом на дистанционное обучение, проходят в заочном формате.

Один из таких конкурсов - заочный краеведческий конкурс «Город Бориса и Глеба». В этом году он был посвящен 75-летию Победы в Великой Отечественной войне. В конкурсе традиционно участвуют дошкольники и младшие школьники. Участники готовят презентации о судьбе и подвиге героев родного края, принимавших участие в военных событиях, а так же виртуальные экскурсии по памятным местам Борисоглебского городского округа, посвященным событиям Великой Отечественной войны.

Кроме того, в своей работе мы активно пользуемся материалами группы «Музей Победы» в социальной сети «ВКонтакте». Там всегда представлено большое количество актуальной информации: материалы об основных этапах войны, героях, ветеранах. Есть видеозаписи экскурсий из школьных и государственных музеев различных регионов России. Можно в онлайн-формате принять участие в уроках мужества, акциях, посмотреть мастер-классы. В группе представлены и интересные задания на проверку

имеющихся знаний, например, там можно пройти тест на знание истории войны 1941-1945 гг.



Педагоги-организаторы Борисоглебского центра внешкольной работы так же запустили и анонсировали в группах в социальных сетях мероприятия в преддверии празднования Дня победы, среди которых каждый ребёнок мог выбрать интересное и подходящее именно ему. Все эти мероприятия можно увидеть в группе в социальной сети «ВКонтакте» нашего Центра. Например, это фотопроjekt «Взгляд Победы» (ребятам предлагалось создать коллажа из архивной фотографии ветерана войны и фотографии его потомков в настоящее время), флешмоб «Фото Победителя» (необходимо выложить в социальную сеть фотографию участника Войны), акция «Дети помнят, дети

гордятся» (для участия необходимо было снять на видео чтение стихотворения или прозы о Великой Отечественной войне).

Мы запускаем онлайн фотопроjekt «Взгляд Победы», приуроченный к 75-летию Победы в Великой Отечественной войне!

Идея фотопроекта заключается в создании коллажа из архивной фотографии ветерана войны и его потомков в настоящее время.

Необходимо быть того же пола, что и человек на архивном снимке времен Великой отечественной войны.

Показать полностью...



Борисоглебский центр внешкольной работы
27 апр в 16:41

Стартует патриотическая акция «Дети помнят, дети гордятся» 👍
Для участие в Акции необходимо снять на видео чтение стихотворения или прозы, посвященного Великой Отечественной войне и отправить на электронный адрес borgvr@govrn.ru в срок до 05.05.2020 г. 📧 Участники акции могут стать обучающиеся 1-11 классов Борисоглебского городского округа. 👤 👤 Все работы будут размещены в сети интернет. 🎧 Также аудио составляющая видео, будет использована для трансляции в сквере им. Г.А. Корнаковского. 🗣️ Весь город услышит твой голос 👍
Все участники Акции получают сертификаты. 📄



РАБОТЫ
ПРИНИМАЮТСЯ ДО
05.05.2020

АКЦИЯ «ДЕТИ ПОМНЯТ,
ДЕТИ ГОРДЯТСЯ»

Внутренние конкурсы, акции и игры

На примере работы краеведческого объединения «Искатели» можно рассказать о воспитательной работе, которая проводится между группами одного сообщества.

Вся работа была объединена одной большой темой. Каждый день в нашей стране и во всём мире ознаменован каким-то праздником, историческим событием или открытием. Практически каждый день, помимо занятий, педагог предлагает детям для прочтения новый информационный материал в рубрике «Какой сегодня день?», в котором рассказываются интересные факты о дате. В конце каждого материала присутствует тематическое задание. Ребята могут выполнять все задания каждого дня или только те, которые их заинтересовали, но свои результаты они всегда могут увидеть в рейтинге, где показано, кто и сколько получил баллов за выполнения заданий. По результатам, после завершения дистанционной работы, все получают дипломы участников и определяются победители, а так же организуются выставки и презентации работ.



Материалы для развития кругозора

Одной из форм дистанционного воспитания патриотизма у обучающихся являются виртуальные экскурсии и онлайн-экскурсии. Мы пользуемся ресурсами государственных и школьных музеев Воронежской области, а также других регионов России.

Можно устраивать мультимедийные обзорные фото и видео презентации о необычных музеях Воронежской области, России или всего мира. Так же на сайтах почти всех крупных музеев России есть

разработанные виртуальные экскурсии. Например, на сайте проекта «КУЛЬТУРА.РФ» собрана подборка онлайн-экскурсий по Государственному Эрмитажу, а сайте самого музея активна функция «Виртуальный визит», с помощью которой вы сможете «пройтись» практически по всем залам Главного музейного комплекса, прочитать о каждом краткую справку, посмотреть экспонаты и общую обстановку.

КУЛЬТУРНЫЕ ГИДЫ

Топ-5 необычных виртуальных экскурсий

Московский Кремль и суровая арктическая природа, «Город мертвых» и Воронцовский дворец — портал «Культура.РФ» собрал топ-5 интересных виртуальных экскурсий. Вспоминаем необычные достопримечательности и интересные факты, связанные с ними.

Экскурсия по Кремлям



Онлайн-экскурсии по Эрмитажу

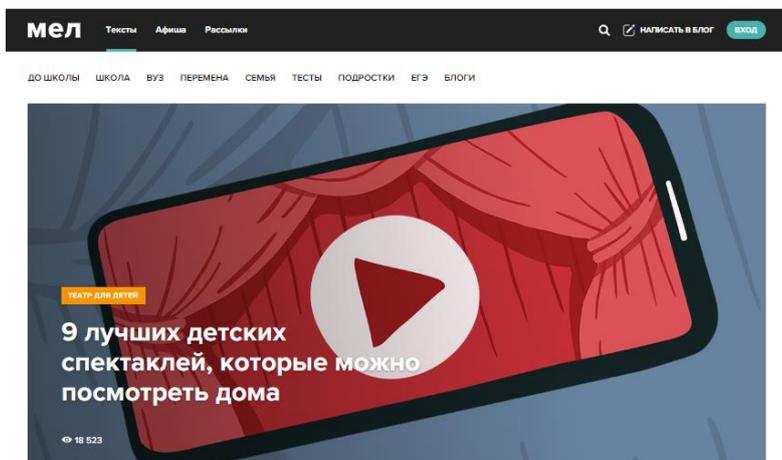
Мы составили для вас подборку онлайн-экскурсий по Государственному Эрмитажу. Лектор Елена Королькова рассказывает о *ювелирных коллекциях*, в которые входят изделия разных эпох — от скифских золотых украшений до работ *Карла Фаберже*. Дмитрий Озерков представляет выставку мексиканского художника Роберто Матта. Также зрите.лей ждет онлайн-прогулка по Виссачему саду и крыше реставрационного центра, рассказ о художниках эпохи *Рембрандта и Вермеера* и лекция о том, как собрание музея *эвакуировали во время войны в Свердловск* — современный Екатеринбург.



Если говорить о развитии и работе школьных музеев, можно обратиться, например, к проекту «Интернет галерея музеев системы образования г. Москвы». На сайте представлен каталог музеев, краткая информация об организации работы в каждом, размещены фотографии экспозиций и экспонатов. Можно просмотреть эту информацию с детьми, которые входят в актив школьных музеев, наметить возможный план развития своих школьных музеев.

Ещё стоит отметить, что в настоящее время многие театры предлагают трансляцию и записи спектаклей, в том числе и детских. Можно посетить любой спектакль из имеющейся подборки прямо из дома. Здесь задача

педагога привлечь внимание родителей и детей, дать качественный контент. Каждый, исходя из своих потребностей, сделает выбор.



Социально-педагогическое направление

Перед педагогами - организаторами Центра внешкольной работы встал вопрос: как же детям из объединений Центра внешкольной работы и детям Борисоглебского городского округа организовать досуг в сети интернет?

Решая эти вопросы, мы остановились это странице в социальной сети Вконтакте Центра внешкольной работы. Было решено, сделать данную страницу местом досуга, развлечений и образовательного контента для всех детей.

Перед педагогами появилась новая задача, как сделать данный контент интересным для детей. Методам мозгового штурма, просмотрам огромное количество информации в социальных сетях и на просторах интернета, нами было решено организовать онлайн-квест «Дома с пользой – дома с ЦВР».



Мы хотим поделиться с вами, как строилась работа изнутри.

Весь наш квест состоял из двух направлений: образовательное и досуговое.

В образовательном направлении, нами были предложены различные формы работы, такие как: рубрика «Интересные факты», кроссворды, онлайн-викторины, видео-занятия, мастер-классы, тесты, занятия в прямом эфире.



Сейчас для наглядности, подробнее о нескольких формах работы в нашем квесте.

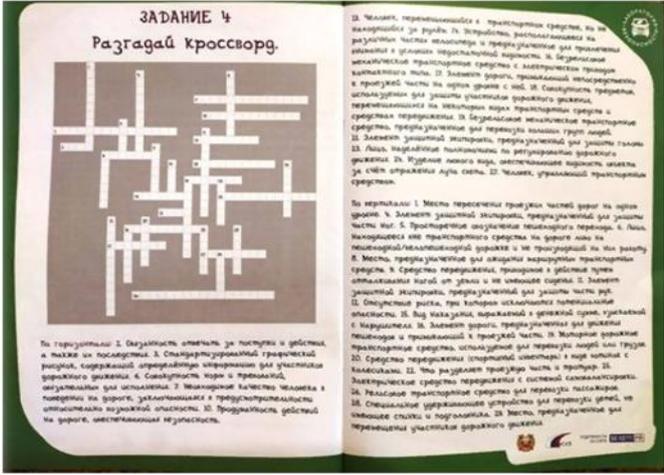
Кроссворды. Зональный центр по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма «Лаборатория безопасности» предложил ребятам отгадать кроссворд на дорожную тематику, тот кто быстрее решил кроссворд получил специальный приз от Зонального Центра «Лаборатория безопасности».

Борисоглебский центр внешкольной работы
13 апр в 16:17

Привет, ДРУЗЬЯ!)) Онлайн-квест "Дома с пользой-дома с ЦВР" набирает обороты! Сегодня Вас ждет новое задание от Зонального центра "Лаборатория безопасности"! 😊

Отгадайте кроссворд на дорожную тематику, получайте баллы в копилку и у вас есть шанс забрать специальный приз от ЗЦ "Лаборатория безопасности". Посмотрим, кто ещё не забыл ПДД сидя дома 😊

Ответы присылайте в сообщения группы! 😊



19 1 373

Документ - Microsoft Word

Наши мероприятия 2 ред.

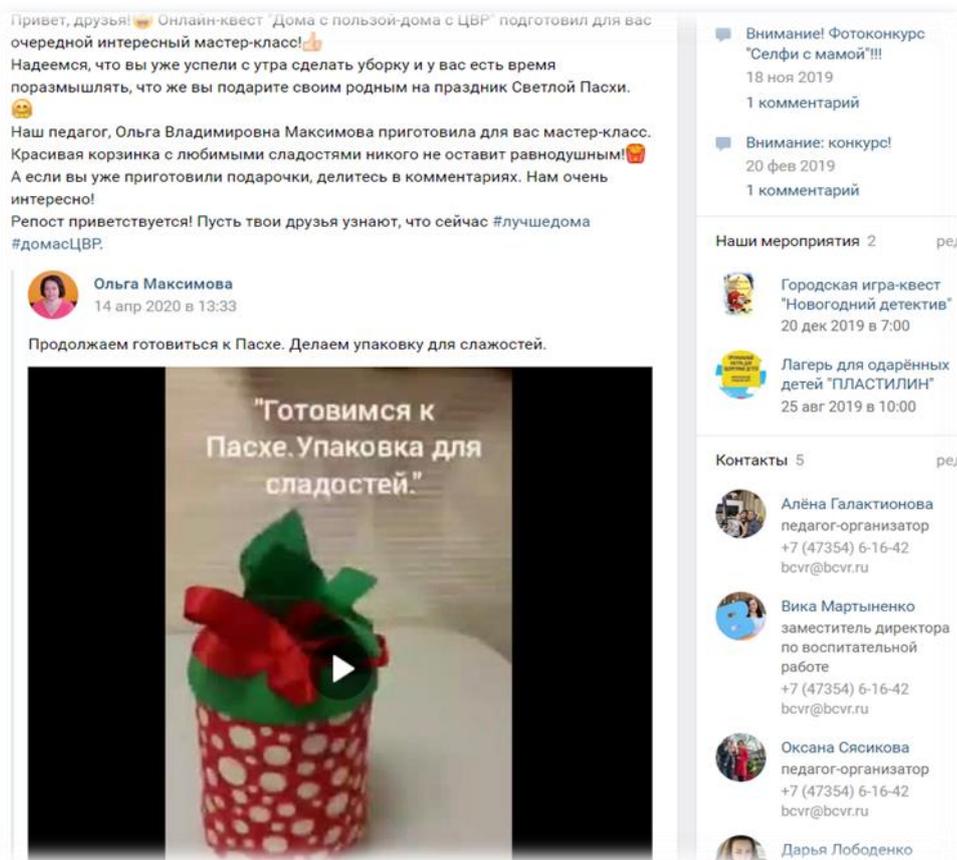
- Городская игра-квест "Новогодний детектив" 20 дек 2019 в 7:00
- Лагерь для одарённых детей "ПЛАСТИЛИН" 25 авг 2019 в 10:00

Контакты 5 ред.

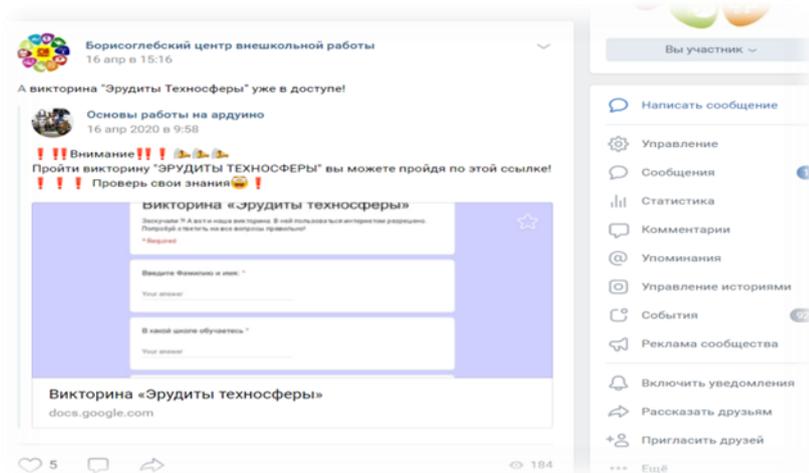
- Алёна Галактионова педагог-организатор +7 (47354) 6-16-42 bcvg@bcvg.ru
- Вика Мартыненко заместитель директора по воспитательной работе +7 (47354) 6-16-42 bcvg@bcvg.ru
- Оксана Сяскова педагог-организатор +7 (47354) 6-16-42 bcvg@bcvg.ru
- Дарья Лободенко педагог-организатор
- Максим Хлыстов педагог-организатор +7 (47354) 6-16-42 bcvg@bcvg.ru

Добавить документ

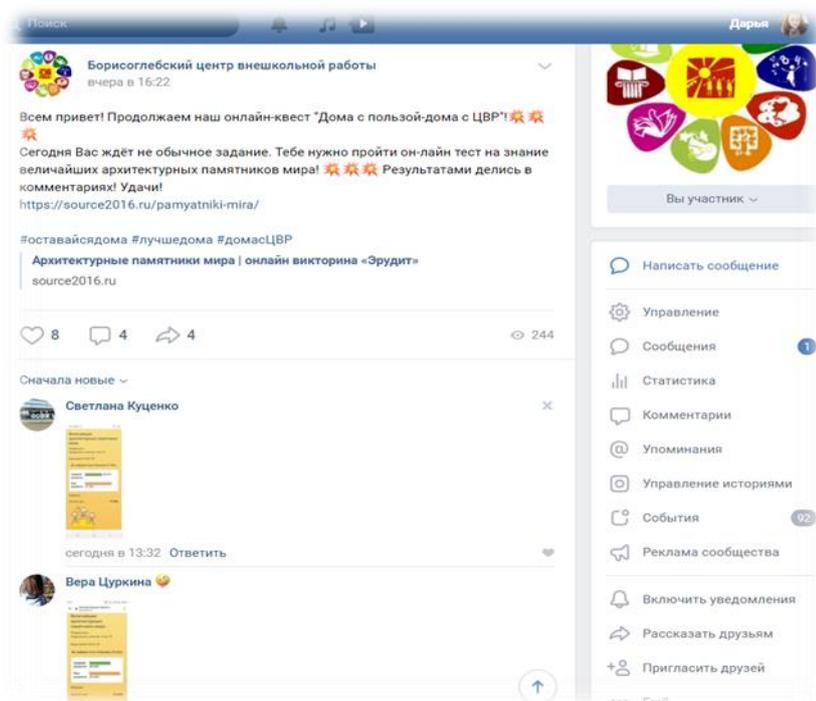
Мастер-классы. В квест включено более 5 мастер-классов, но для примера рассмотрим один, это мастер-класс «Упаковка для сладостей», он проходил накануне Пасхи. Было выпущено видео с тем как сделать корзинку для сладостей, и в комментарии дети могли отправить различные творческие подделки, которые они сделали во время самоизоляции.



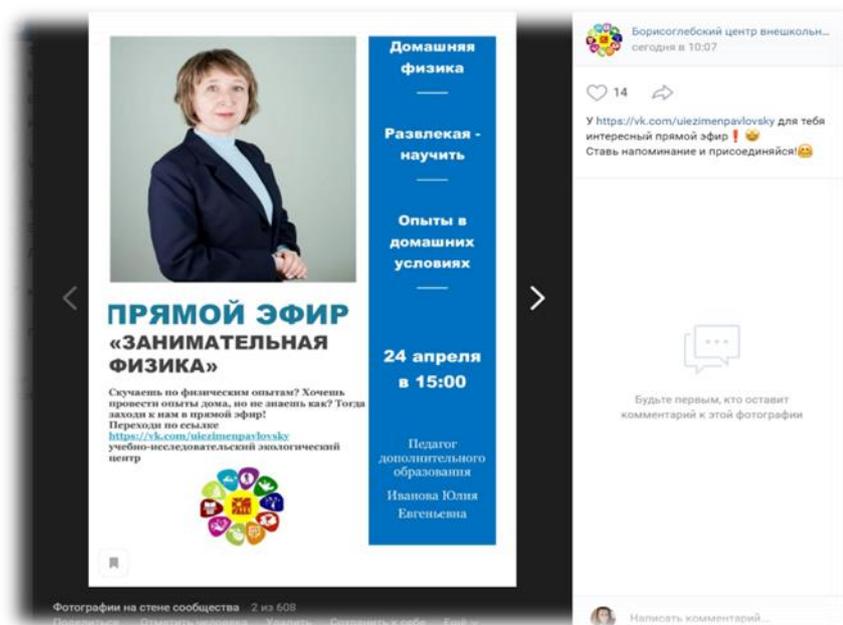
Викторины. Одной из викторин, которые мы организовали, была «Эрудиты техносферы». Участники квеста, могли перейти по ссылке в викторину и проверить свои знания в области технического творчества. Викторина была создана на Google платформе.



Онлайн-тесты. Мы предложили детям пройти онлайн тест на знание величайших архитектурных памятников мира, а затем результатами поделиться в комментариях.



Занятия в прямом эфире. Проведен прямой эфир педагога дополнительного образования Ивановой Юлии Евгеньевны на тему «Занимательная физика». Она показывала, какие эксперименты можно сделать в домашних условиях. Данный формат понравился детям.



В досуговом направлении, нами были предложены следующие формы работы: видеобзоры, акции, конкурсы чтецов, фотоконкурсы, челленджи, вызовы, задания на внимание и логику, физкультминутки, опросы, игры.

- 🍷 [видеообзоры](#);
- 🍷 акции;
- 🍷 конкурсы чтецов;
- 🍷 фотоконкурсы;
- 🍷 [челленджи](#);
- 🍷 вызовы;
- 🍷 задания на внимание и логику;
- 🍷 физкультминутки;
- 🍷 опросы;
- 🍷 игры.

11

Например, **видеообзоры**. Мы сняли видеоролик, где рассказали детям о том чем можно занять себя во время самоизоляции.

Никогда спасти мир не было так просто — надо всего лишь сидеть дома и найти полезные занятия на несколько недель.
 На случай, если вы уже пересмотрели все интересные сериалы, сделали большую уборку и устали от разговоров с домашними, мы подготовили несколько идей, чем заняться на карантине дома.

Artadviser <https://vk.cc/arALcD>
 Обучение в университетах онлайн <https://vk.cc/ES6cF>
 Агрегатор онлайн-образования <https://vk.cc/a10bUk>
 Кинопоиск <https://vk.cc/5Ec2DQ>
 Okko <https://vk.cc/6C0sc0>
 Ivi <https://vk.cc/5EsKsM>
 Nike Training Club <https://vk.cc/arALp>

#лучшедома
#домасЦДР

525 просмотров

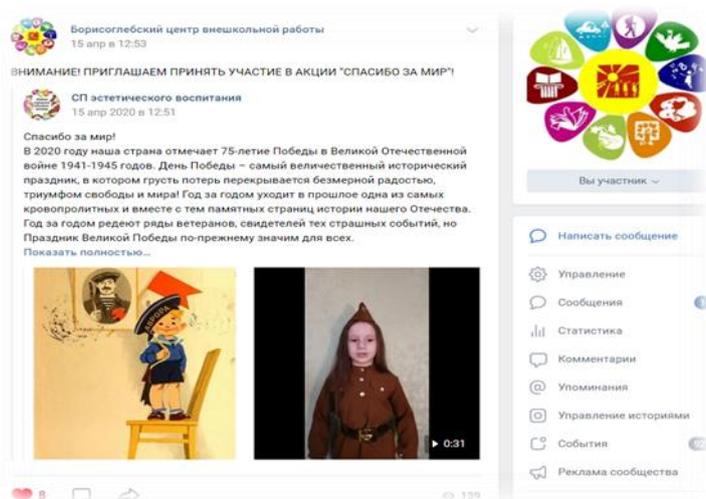
18 8 414

Городская игра-квест "Новогодний детектив" 20 дек 2019 в 7:00
 Лагерь для одарённых детей "ПЛАСТИЛИН" 25 авг 2019 в 10:00

Контакты 5 ред.

- Алёна Галактионова педагог-организатор +7 (47354) 6-16-42 bcvr@bcvr.ru
- Вика Мартыненко заместитель директора по воспитательной работе +7 (47354) 6-16-42 bcvr@bcvr.ru
- Оксана Сяскова педагог-организатор +7 (47354) 6-16-42 bcvr@bcvr.ru
- Дарья Лободенко педагог-организатор
- Максим Хлыстов педагог-организатор +7 (47354) 6-16-42 bcvr@bcvr.ru

Акции. Одной из акций была «Спасибо за мир». Для участия необходимо было присылать видео стихов о Победе, фото с рисунками и поделками, посвященными теме Великой Отечественной войне. Хочется отметить, что возрастная категория данной акции - это дошкольники. Они активно включились в работу и на данный момент мы получили уже более 100 видеозаписей ребят.

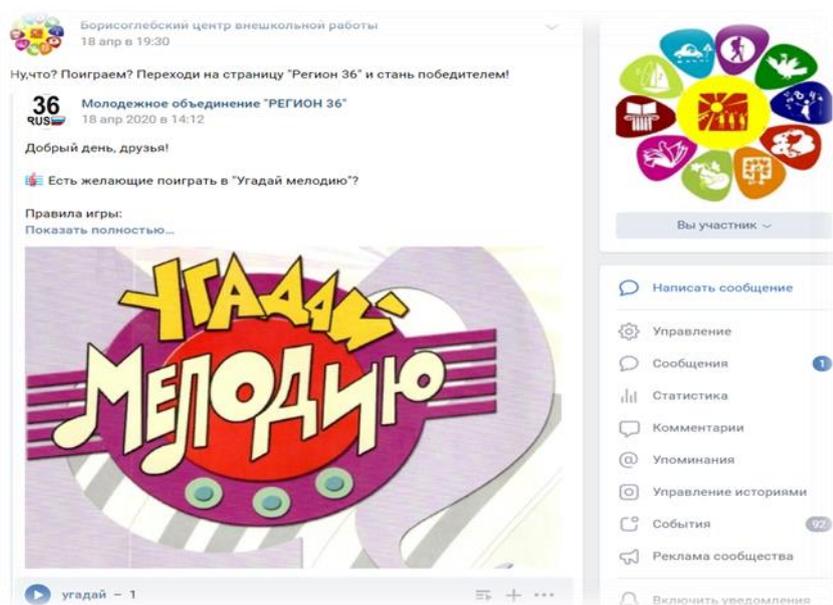


Фотоконкурсы. Было организовано более 5 фотоконкурсов, один из них фотоконкурс «Наша дружная семья», ребята могли прислать фото на которой запечатлена семья на празднике, на отдыхе, или, может быть, в домашней обстановке. Участник чье фото по итогам онлайн-голосования одержало победу, получил от организаторов грамоту и памятный приз в виде настольной игры.



Челленджи. Одной из ярких форм оказались челленджи. Мы запустили челлендж поющиесердцем, было видео, где наш педагог спел песню, которая у него в душе на протяжении всей самоизоляции и предложили детям сделать тоже самое.

Игры. Мы предложили аналог игры «Угадай мелодию». Выставили различные треки, и дети должны были по первым нотам, угадать, что за музыкальная композиция. В комментариях под постом, они оставляли свои варианты.



Квест «Дома с пользой – дома с ЦВР» длился на протяжении месяца. Было опубликовано 45 постов, общий охват детей принявших участие в квесте более 500 ребят, все они в ближайшее время получают сертификаты участников. Хочу отметить, что в рамках квеста мы выкладывали информацию, которая рассчитана на разные возрастные категории и направления деятельности детей, учитывая эти факторы, ребята могли выбрать, что им по душе. Так же мы не ограничивали время выполнения, что давало полную свободу для творчества.

В целом онлайн-квест «Дома с пользой - дома с ЦВР» стал для ребят площадкой для саморазвития, кто-то демонстрировал свои уже имеющиеся навыки и умения, кто-то пробовал себя в новом, не привычном амплуа.

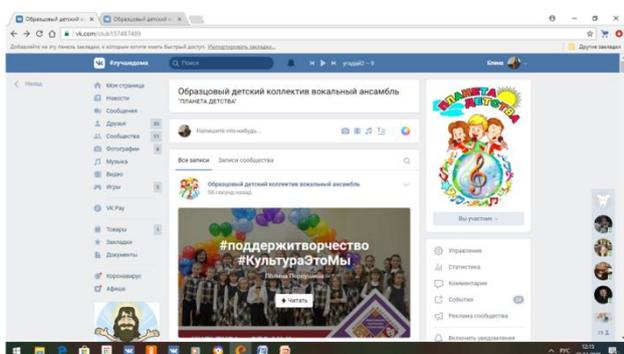
Наша работа в социальной сети Вконтакте в сообществе ЦВР будет продолжаться по завершению самоизоляции. По результатам квеста мы увидели, что данный формат заинтересовал детей нашего округа, они смогли реализовать свои возможности, не выходя из дома. Приобрели новые навыки и полезные знания.

Художественное направление

Воспитательная работа в образцовом детском коллективе вокальном ансамбле «Планета детства» всегда велась системно и была важнейшей составляющей успешной жизнедеятельности коллектива. Использование ИКТ в воспитательной работе занимает одно из важных мест. Помимо обращения к интернет источникам для подготовки различных воспитательных мероприятий, создания презентаций, подбор материала и т.д., в последние годы руководителем коллектива широко используются социальные сети, как современное средство общения, возможность внедрения дистанционных форм обучения и воспитания.

Используя социальные сети, мы всегда можем быть на связи, держать детей и родителей в курсе того, что происходит в коллективе, отражать результаты конкурсов и информировать о том, в каких мероприятиях принял участие коллектив, размещать фото и видео материалы.

Группа «В контакте»
<https://vk.com/club157487489>



Для локализации информации, сосредоточения ее в одном аккаунте, руководителем коллектива создана группа «ВКонтакте» «Образцовый детский коллектив вокальный ансамбль «Планета детства».

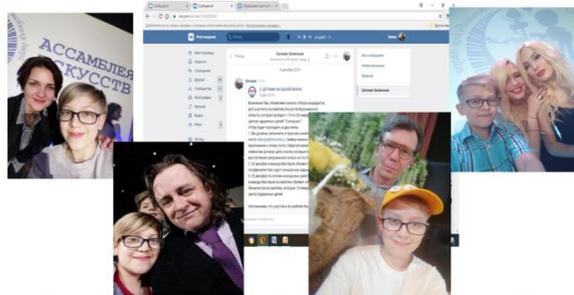
Содержание акаунта

- ❖ Отражение результатов конкурсов;
- ❖ Информация о мероприятиях (статьи, заметки);
- ❖ Размещение фото и видео материалов, создание архива;
- ❖ Информация о конкурсах (размещение положений, приглашений организаторов);
- ❖ Обмен интересной информацией по профилю и др.

Так, солист вокального ансамбля «Планета детства» Никита Зелинский, получив информацию в соцсетях о проведении вокальной Ассамблеи искусств «С детьми на одной волне» (руководитель Виталий Осошник), решил принять участие в этом новом, интересном

проекте. Прежде чем получить приглашение на Ассамблею, Никите нужно было пройти дистанционный конкурсный отбор, что он с успехом и сделал. Никита прошел обучение на трех сменах! Это незабываемые встречи с известными музыкантами современности, мастер-классы от ведущих вокалистов, известных педагогов. Все это позволило Никите, как одаренному ребенку, выйти на новый профессиональный уровень, усовершенствоваться, развиваться. Благодаря интернет активности в соцсетях, коллектив стал известным далеко за пределами БГО, он имеет возможность поддерживать

Возможность профессионального роста
одаренных детей



Зелинский Никита на Ассамблее искусств Воронежской области «С детьми на одной волне»

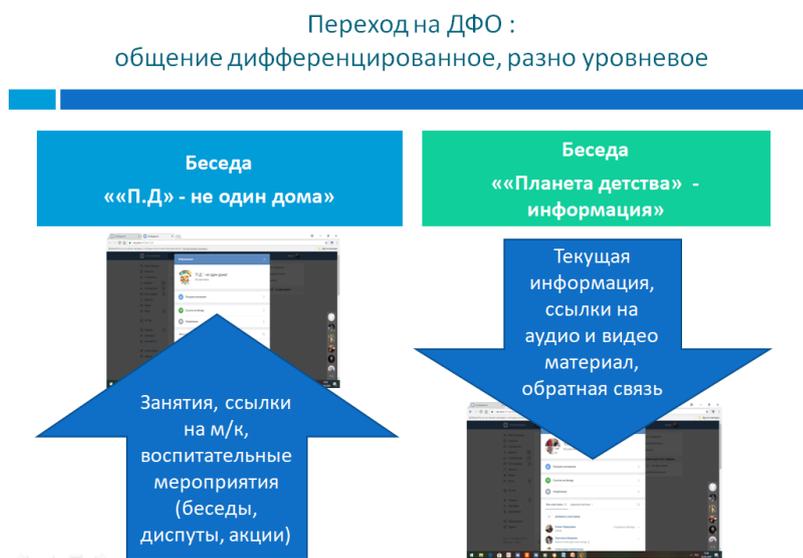
отношения с современными композиторами, другими творческими коллективами, посещать мастер-классы известных вокалистов.



С созданием группы, дистанционное общение участников ансамбля на всех уровнях: дети – педагог – родители приобрело коллективный и организованный характер, что важно для такого большого детского творческого коллектива как наш и является

необходимым условием для его активной жизнедеятельности.

При переходе на дистанционную форму обучения воспитательная работа не только не утратила своей актуальности, но стала в большей степени преобладать в учебно-воспитательном процессе. В этих условиях использование ИКТ и соцсетей стало единственной возможностью активного общения с обучающимися. Поэтому, мы решили дифференцировать наше общение и помимо группы «ВКонтакте» открыть беседы для детей и родителей. В беседе ««Планета детства» не



одина «Планета детства» осуществляется общение только педагога с обучающимися - здесь возможна подача информации разного объема – от разовых сообщений, до учебных занятий, а так же воспитательных мероприятий различного характера (акции, беседы, диспуты и др.). Поскольку активными помощниками в осуществлении воспитательной работы в коллективе являются родители, для взаимодействия с ними, координации их действий в условиях дистанционного обучения мной была создана беседа ВКонтакте для родителей «Планета детства – информация». В ней руководитель коллектива имеет возможность предоставлять родителям необходимую информацию, делиться интересными ссылками на видео и аудиоматериалы для семейного просмотра и прослушивания, обсуждать текущие вопросы, а так же получать обратную связь. Таким образом, в условиях перехода на дистанционную форму обучения, наше общение стало разно уровневым и дифференцированным (дети – педагог, родители – педагог).

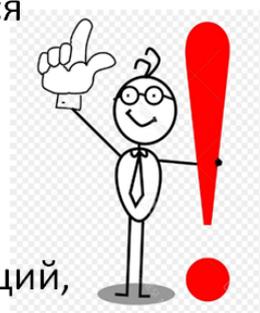
При организации учебного – воспитательного процесса в дистанционном режиме, очень важно было обратить внимание на то, что дети не имеют опыта делового общения в соцсетях, необходимо было

организовать этот процесс, обратить внимание на культуру поведения в беседе. Так, нами разработаны:

Правила делового общения в социальных сетях:



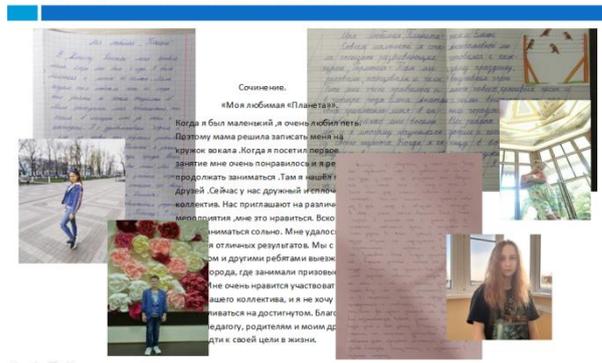
- начинать общение только по сигналу педагога, для приветствия и прощания (если это не аудио запись) введен определенный значок (+);
- не комментировать каждое сообщение педагога, дослушивать (досматривать) материал до конца, вопросы задавать только по сигналу педагога, дожидаться ответа на один вопрос и только после этого задать следующий;
- не заводить разговоры, не касающиеся темы занятия, мероприятия, не устраивать «перепалку»;
- исключить употребление в беседе смайлов, картинок и прочих способов невербального выражения своих эмоций, а так же интернет жаргонизмов («чмоки», «пасибки» и др.)
- на видео связь выходить опрятно одетым, причесанным, следить за тем, чтобы в зону видео камеры не попадали посторонние предметы, родственники, животные;



запомни:

- по окончании беседы с педагогом воспитательного мероприятия продолжить общение можно в переписке;
- исключить возможность озвучивать и комментировать свои действия во время общения с педагогом.

Сочинения на тему «Моя любимая «Планета»»



Помимо погружения в историю ансамбля «Планета детства», обучающимся было предложено написать сочинение – эссе «Моя любимая планета». Так у ребят появилась возможность выразить

свое отношение к занятиям в коллективе. А анализ этих творческих работ позволил провести диагностику психологического климата в коллективе и мотивации к обучению у воспитанников.

Обучающиеся вокального ансамбля «Планета детства» принимают самое активное участие во всех воспитательных мероприятиях, проводимых МБУДО БЦВР БГО в дистанционном режиме. Часто их имена называют среди победителей конкурсов, викторин, квестов.

«Планета детства» в течение учебного года ведет очень активную концертную деятельность, участвует во многих мероприятиях, которые проходят в БГО. В таком активном режиме не всегда находится время для качественной и полноценной работы по расширению музыкального кругозора ребят, повышению их общекультурного уровня. При переходе на дистанционную форму обучения, появилась возможность более

«Планета детства» - фестивали, конкурсы, концерты...

углубленно и регулярно вести эту работу, прививать детям хороший вкус, предлагая им для просмотра и прослушивания качественный музыкальный материал, помогать ориентироваться на просторах интернета – музыкальных сайтах, вести работу по пропаганде безопасности в сети Интернет.



До старта акции осталось дней

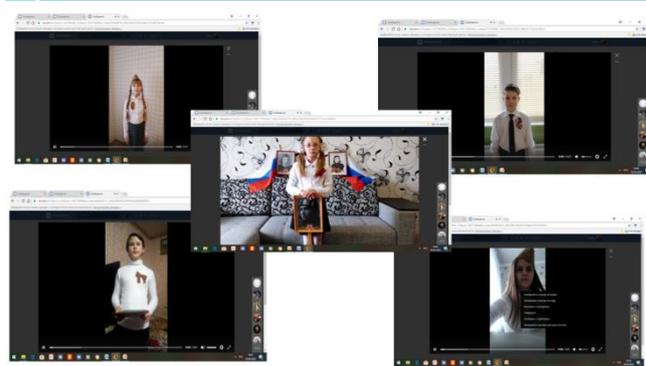


Одним из важнейших воспитательных мероприятий этого периода является подготовка к празднованию 75-летия Победы. Воспитанники ансамбля готовят акцию «Победная весна». Ребятам было дано задание самостоятельно выучить песню, записать видео своего исполнения. Нужно сказать, что опыт работы на камеру при съемке видео-клипа у ребят уже был – мы снимали клип к «Новому году». Но это была коллективная работа в студии, непосредственное, живое общение друг с

другом. Здесь же совсем другое дело. И тут не достаточно было просто грамотно разобрать и выучить текст, поработать над интонацией. С этим все ребята справились по мере своих сил - музыкальных данных и вокальной подготовленности. Большую трудность они испытали в осуществлении видео-записи. Это не просто снять сэлфи или Stories в Instagram. Здесь, во-первых, ты один на один с камерой, ты должен быть в образе на протяжении всей песни, продумать фон или даже соорудить декорации, проявить артистический талант, творчество и, наконец, просто преодолеть волнение. Это была совершенно новая форма работы, и ребята с ней справились. Акция «Победная весна» стартовала на нашей странице ВК 27 апреля и активно прошла в дни празднования 75-летия Победы.

В заключение хочется сказать, что для такого стабильного, активного, творческого коллектива, как «Планета детства» – со своей историей, традициями и отлаженной системой взаимодействия, переход на дистанционную форму обучения не только не стал препятствием для успешного осуществления воспитательной работы, но сделал ее более разнообразной, интересной и эффективной.

Подготовка акции «Победная весна»



Психолого-педагогическое сопровождение семьи в условиях дистанционного обучения

Психолого-педагогическое сопровождение семьи в условиях дистанционного обучения можно условно разделить на работу с обучающимися и работу с родителями.

В рамках работы с обучающимися проводятся: коррекционные и развивающие задания и упражнения на развитие познавательных процессов; диагностика – оценка развития познавательных процессов и эмоционального

состояния (рекомендации по прохождению онлайн-тестов); беседы и консультирование в мессенджерах, социальных сетях, по телефону (с детьми более старшего возраста) (Рис.1).

Рис.1



Работа психолога с обучающимися

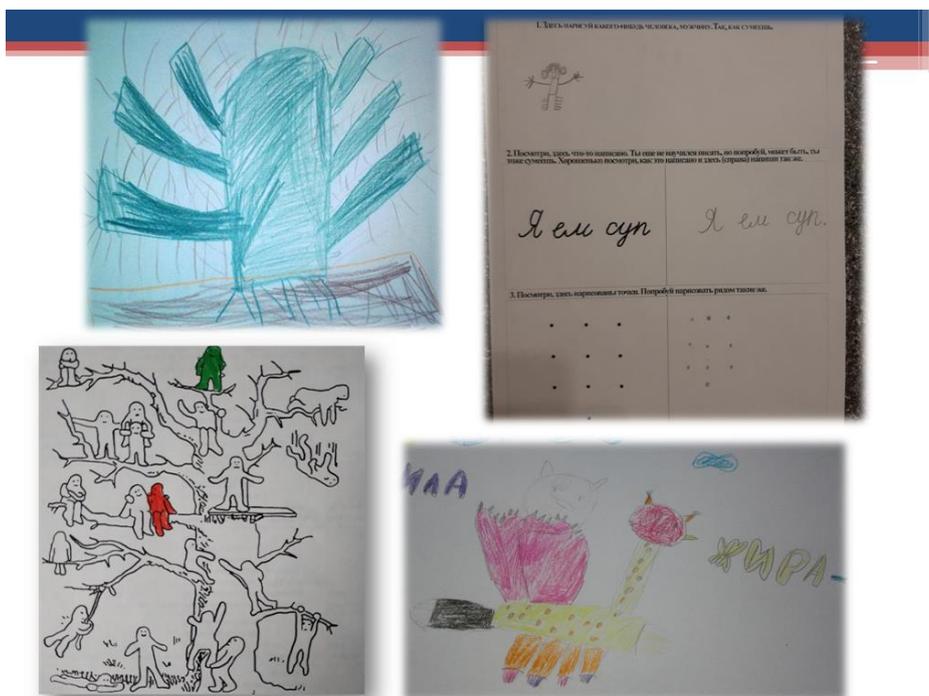
- Коррекционные и развивающие задания и упражнения на развитие познавательных процессов
- Диагностика (оценка развития познавательных процессов, эмоционального состояния)
- Беседы и консультирование в мессенджерах, социальных сетях, по телефону

Работа с родителями в условиях дистанционного обучения представлена преимущественно психологическим консультированием и психологическим просвещением.

Психологическое консультирование включает в себя консультирование по вопросам диагностики (особенности проведения той или иной методики интерпретация тестов); выдача рекомендаций и развивающих заданий для детей; консультирование в рамках работы ТПМПК.

Рисуночные тесты, которые довольно просты в проведении («Тест школьной зрелости Керна-Йерасека», «Кактус», «Несуществующее животное», «Человечки»). При получении необходимых инструкции и консультирования, родители самостоятельно могут провести данные тесты, а психолог интерпретирует результаты (Рис.2).

Рис.2



Психологическое просвещение предполагает конкретные рекомендации и советы по взаимодействию с родителями с детьми в период дистанционного обучения. Данная информация представлена на сайте МГППУ, сайте Федерации Психологов Образования России. Так же сайт ГБУ ВО ЦППиРД, где есть раздел для родителей (в том числе родителей детей дошкольного возраста). И, безусловно, очень хорошая информация содержится на сайте всероссийского телефона доверия. Ссылки предоставляются (Рис.3).

Рис.3

Психологическое просвещение

- <http://childhelpline.ru/2020/03/rekomendacii-roditelyam-detej-vremenno-naxodyashhixsya-na-distancionnom-obuchenii-sovety-psixologa/>
- <https://www.rospsy.ru/node/394>
- <https://stoppav.ru/>
- <https://telefon-doveria.ru/>

В условиях экстренного кризисного консультирования следует обратиться на всероссийский телефон доверия, консультирование проводится там анонимно, бесплатно и круглосуточно. Образовательным организациям следует разместить или обновить на своих официальных сайтах информацию о телефоне доверия (Рис.4).

Рис.4



Надеемся, что наш опыт пригодится вам для дальнейшей реализации воспитательной работы в своих образовательных организациях.

Муниципальное казенное учреждение дополнительного образования
Новохоперского муниципального района
Воронежской области
«Центр дополнительного образования детей»

Программа онлайн челленджа
«Тайна волшебного мира»
(комплексная, краткосрочная)

Разработчик: Паршина Ольга Николаевна
Директор МКУДО «ЦДОД»

Новохоперск, 2020

Онлайн челендж «Тайна волшебного мира»

Продолжительность – 14 дней (18-30 мая 2020 года)

Возраст участников – от 7 лет, возможно участие детей с родителями.

Цель программы - Создание благоприятных образовательных условий в формате онлайн, для развития творческой, социально активной личности, способной успешно адаптироваться к меняющимся социальным условиям; осуществление нестандартного подхода к организации летнего отдыха.

Основная идея, концепт;

Онлайн челендж «Тайна волшебного мира» стартует 18 мая 2020 года, каждый участник может выбрать для себя понравившуюся форму работы и направление деятельности. Благодаря такому подходу ребенок сам выбирает период и время занятости. Образовательная деятельность разделена на 6 направлений:

- Я и Природа,
- Я и Творчество,
- Я и Отечество,
- Я - Человек,
- Я и Спорт,
- Я и Семья.

Выбирая направления по интересам, ребенок может приобщиться к одному направлению или к нескольким одновременно. По легенде челленджа, нас окружают волшебные вещи их просто нужно найти, увидеть и рассказать об этом другим, поделиться своим опытом, уникальными знаниями или впечатлениями. Соревновательный характер челленджа подтолкнет ребенка к поиску новых фактов, об известных вещах. В процессе подготовки информации ребенку нужно будет сделать фото или видео, подготовить описание, оформить необычно и ярко свой пост, чтобы привлечь внимание других участников. В рамках челленджа предусмотрены ряд мастер классов, где дети смогут познакомиться с основами рерайтинга и

копирайтинга, научатся работать в фото и видео редакторах. Основная задача челленджа привлечь внимание детей к окружающей действительности, научить их видеть прекрасное и удивительное в мелочах, в реальном мире. Не смотря на онлайн формат челленджа основная задача - вовлечь детей в реальную жизнь, оторвать их внимание от жизни в цифровом пространстве. Предоставить возможность каждому ребенку раскрыться в максимальном количестве направлений. Научить их правильно излагать свои мысли, структурировать построение текста. Дать возможность каждому участнику другими глазами взглянуть на мир и приобщить к этому видению своих сверстников, родителей, наставников и педагогов, поделиться новым опытом и знаниями с окружающими.

Содержательное наполнение

Легенда

Во многих преданиях присутствует упоминание о волшебном мире, который существует на Земле. Этот мир надежно спрятан от глаз обыкновенного человека. Но иногда, где-то, появляются удивительные артефакты.

Оглянитесь, и вы увидите сотни таких артефактов, которые находятся рядом с вами, в вашем доме, в вашем дворе.

Мы предлагаем вам нарисовать, сфотографировать или сделать видео артефактов, добавить описание их уникальности и разложить их по сундукам. Каждый сундук имеет свое название:

- 1 **Сундук «Я и Природа».** В этот сундук с артефактами вы можете разместить свои рисунки, фото, видео цветов, растений, насекомых, животных, которые есть в вашем доме или дворе, с описанием того невероятного и удивительного, что вы о них знаете.
- 2 **Сундук «Я и Семья».** В этот сундук с артефактами вы можете разместить пост о своей семье. Семейные фото, видео, традиции вашей семьи, рисунки, семейный отдых, игры, приготовление блюд, родословную с описанием

ваших удивительных впечатлений, ваших уникальных семейных знаний и традиций.

- 3 **Сундук «Я и Творчество».** В этот сундук с артефактами вы можете разместить пост о своем творчестве. Рисунки, фото, видео танцев, исполнения песен, декоративное творчество, изготовление игрушек. Обязательно напишите, почему вы этим занимаетесь, что необычного и интересного в вашем творчестве.
- 4 **Сундук «Я и Спорт».** В этот сундук можете разместить рисунки, фото, видео в процессе занятия спортом. В описании укажите, что для вас спорт, какую роль он играет в вашей жизни.
- 5 **Сундук «Я и Отечество».** В этот сундук с артефактами вы можете разместить пост о Родине. Рисунки, фото, видео о том, как вы занимаетесь в военно-патриотических объединениях, участвуете в патриотических акциях. Что для вас значит слово «Родина»?
- 6 **Сундук «Я - Человек».** В этот сундук с артефактами вы можете разместить пост о своей социально-значимой деятельности, об участии в социальных проектах, волонтерской и добровольческой деятельности. Почему вы стали этим заниматься? Какой опыт приобрели?

В завершении марафона каждый Сундук превращается в видеоролик, рассказывающий про удивительные артефакты, которые окружают нас.

По итогам самые активные участники челленджа, разместившие большее количество постов, в разных направлениях, награждаются памятными подарками.

Этапы реализации программы

1. Создание рабочей группы.

2. Подготовка и оформление интернет площадки для челленджа.

Онлайн челлендж «Тайны волшебного мира» организован в социальной сети ВКонтакте, где создана специальная группа с подгруппами по направлениям.

Разделение на подгруппы дает возможность мониторинга интересов детей. Так же в группе создана вкладка «Отзывы и предложения», в анонсе мероприятия говорится о том, что дети могут вносить свои предложения о том, что бы им хотелось узнать, что им нравится или не нравится, помимо того что они становятся участниками образовательно-воспитательного процесса, они еще становятся и его творцами.

Анонс челленджа размещается в социальных сетях, на сайте учреждения и на платформе Дневник.ру во всех общеобразовательных организация района в разделе объявлений.

3. Назначение модераторов по каждому направлению и администраторов.

Модераторы ведут работу сугубо в своем направлении, консультируют детей по возникающим вопросам.

Администраторы готовят общую информацию, для всех участников челленджа – разрабатывают мастер классы по рерайтингу и копирайтингу, по работе в фото и видео редакторе. А так же готовят информацию по разделам «Этот день в истории» и «Сегодня праздник!»

4. Подготовка стартовых постов от модераторов направлений под лозунгом «Давайте познакомимся!», «А что знаешь ты?», «А что умеешь ты?».

5. Старт челленджа

На главной странице группы выкладывается пост с информацией о начале челленджа, о правилах и условиях проведения, с указанием ссылок на каждую подгруппу, на раздел «Отзывы и предложения»

6. Образовательно-воспитательный процесс

7. Подведение итогов.

Самые активные участники, выложившие большее количество постов за время челленджа, и авторы постов, набравшие большее количество лайков и репостов награждаются сувенирами с эмблемой челленджа.

8. Рефлексия.

В заключительные дни челленджа детям предлагается выложить пост о том, что для них значит участие в челлендже, что нового они узнали, какие впечатления получили.

По завершению челленджа детям предлагается объединиться в команды по интересам и продолжить работу по программе онлайн квест-игры «В поисках камня познаний».

Онлайн квест игра «В поисках камня познаний»

- Основная идея, концепт;

Онлайн квест-игра «В поисках камня познаний». Главный герой ищет камни познаний, команды должны ему в этом помочь. Перед ними три дороги (образовательные блоки по 7 дней), по которым они будут двигаться к цели, преодолевая препятствия.

Каждый день командам выдается задание с шифром. Шифр нужно разгадать и определить ту дорогу, которую нужно пройти сегодня.

- Содержательное наполнение

Каждой команде необходимо пройти по 3 дорогам: творчество, экология и спорт и получить необходимые знания.

1 Дорога. Творчество и фантазия. (Организаторы МКУДО «ЦДОД»). Это развитие эстетического вкуса, фантазии, воображения.

Теория: Виртуальные экскурсии по музеям, городам, рассказы о художниках, поиск спрятанных слов и артефактов, дедуктивные задания.

Практика: Мастер-классы по рисованию, декорированию, хореографии, лепке, декоративному творчеству, флешмобы, тренинги, викторины.

2 Дорога. Спорт (Организаторы МКУ ДО «ДЮСШ»). Это упор на физкультуру и спорт, здоровый образ жизни.

Теория: Какие виды спорта существуют. Значение зарядки. Обливание, растирание, плавание.

Практика: Зарядка, йога, Как правильно отжиматься, приседать, и т.д. Элементы спортивных игр. Спортивные викторины.

3 Дорога. Экология (Организаторы МКУДО «СЮН»). Экологическое воспитание.

Теория: Экологическое состояние планеты, заповедники России, виртуальные экскурсии в горы, на реку, на море.

Практика: Викторины, флешмобы.

Каждое утро начинается с увлекательной зарядки со сказочными персонажами, или героями мультфильмов, фильмов, книг.

Дневной блок включает в себя тренинги, мастер классы, аудио задания, детективы и дедуктивные задания, онлайн турниры и викторины.

Вечерний блок - «Свечка»- подведение итогов, планы на следующий день.

На протяжении 7 дней работы по блокам ребята будут набирать баллы, которые на закрытии программы смогут обменять на подарки.

- организаторы, организации-исполнители и партнеры

МКУДО «Центр дополнительного образования детей», МКУДО «Станция юных натуралистов», МКУДО «Детско-юношеская спортивная школа», общеобразовательные организации района

- категория участников (возраст): от 7 лет

- формы проведения: Онлайн квест-игра

- информационное сопровождение: районная газета «Вести», социальные сети, сайты образовательных организаций.

**Муниципальное казенное учреждение дополнительного образования
Семиlukский районный Дворец творчества**

Краткосрочная воспитательная программа

«Виртуальный марафон «У СемиЛук»

на период с 18 мая по 30 июня 2020 года

Разработчики программы:

Свиридова Наталия Ивановна, директор МКУ ДО

Семиlukского районного Дворца творчества;

Крюцева Марина Алексеевна, заместитель директора
по научно- методической работе МКУ ДО Семиlukского
районного Дворца творчества;

Чуйкова Надежда Николаевна, заместитель директора
по учебно-воспитательной работе

Нормативно-правовая и документальная основа.

1. Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273 – ФЗ.
2. Приказ Министерства образования и науки РФ «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 09.11.2018 г. № 196.
3. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательной организации дополнительного образования детей (Сан Пин 2.4.4.3172-14).
4. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 24 апреля 2015 г. № 729-р, письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242.

5. Приказ департамента образования, науки и молодежной политики ВО от 14.10.2015 г. №1194 «Об утверждении модельных дополнительных общеразвивающих программ».

6. Положение о реализации образовательных программ или их частей с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий (приказ МКУ ДО СРДТ от 07.04.2020 года № 61).

1. Пояснительная записка

Муниципальное казенное учреждение дополнительного образования Семилукский районный Дворец творчества было создано в 1955 году как внешкольное учреждение.

За 60 лет Дворец творчества прошел типичный путь развития от внешкольного учреждения к учреждению дополнительного образования детей. Сегодня Дворец творчества не только и не столько место получения знаний, сколько микросоциум, в котором осуществляется процесс формирования ценностей, норм и правил человеческого общежития, навыков ориентации в большом информационном пространстве.

В 2016-2020 годах успешно реализуется программа воспитания «Гражданственность через творчество и культуру».

Настоящая краткосрочная воспитательная программа является продолжением воспитательной системы Дворца творчества в условиях распространения коронавирусной инфекции, отмены массовых мероприятий и невозможностью проведения воспитательных мероприятий в очной форме.

Дворец творчества – многопрофильное учреждение дополнительного образования, которое отличается гибкостью, разнообразием программ, методов обучения и воспитания.

Дворец творчества является неотъемлемой частью образовательной системы Семилукского муниципального района, существенно обогащает содержание основного образования, усиливая социально-педагогическую функцию и обеспечивая условия для творческого развития обучающихся. В

настоящее время Дворец творчества предоставляет детям и взрослым образовательные услуги в их свободное время на основе добровольного выбора ими образовательной области, вида деятельности, направления и профиля программы, сроков ее освоения.

2. Цели и задачи программы

Цель программы – создание психологически комфортного культурно-образовательного пространства ребенка в рамках сетевого взаимодействия в условиях дистанционной формы работы, помощь в осуществлении непрерывного самообразования и личностного самосовершенствования, используя потенциал свободного времени.

Задачи:

- организация активной, творческой жизнедеятельности детей и подростков;
- целостное развитие: не только физическое, но и духовное, интеллектуальное;
- предоставление обучающимся права выбора по любым направлениям деятельности;
- развитие ключевых компетенций, необходимых в жизнедеятельности;
- развитие внутренней мотивации детей и подростков.

3. Целевая аудитория

В реализации данной программы принимают участие обучающиеся в возрасте 7-15 лет (1-8 классы) образовательных учреждений Семилукского муниципального района.

4. Сроки и форма реализации программы

Краткосрочная воспитательная программа реализуется с 18 по 30 июня 2020 года в виртуальной форме.

5. Организаторы программы

Организаторами являются отдел по образованию и опеке администрации Семилукского муниципального района, МКУ ДО Семилукский районный

Дворец творчества (Муниципальный опорный центр дополнительного образования детей).

6. План мероприятий.

№ пп	Наименование мероприятия	Форма проведения	Дата проведения	Целевая аудитория	Количество участников
1	Велопробег к памятным местам, расположенным в поселении	Марафон Участники совершают велопробег (в одиночку или малыми группами с соблюдением дистанции и масочного режима) до памятника, расположенного на территории поселения. Делают видеоролик не более 30 секунд и высылают его на эл. почту ddt_semilyki@mail.ru Ссылка на регистрацию http://ddtsemiluki.ru/feedback/form.html	18-19 мая 2020	Учащиеся 7-15 лет образовательных учреждений Семилукского муниципального района	100
2	Конкурс рисунков «Рисуем Аз, Буки, Веди...», посвященный Дню славянской письменности	Конкурс Участники рисуют любую букву славянской Азбуки. Делают фотографию рисунка и высылают его на эл. почту ddt_semilyki@mail.ru Ссылка на регистрацию http://ddtsemiluki.ru/feedback/form.html	20-24 мая 2020 года	Учащиеся 7-15 лет образовательных учреждений Семилукского муниципального района	100
3	Литературный Марафон, посвященный Международному Дню защиты детей	Марафон. Участники разучивают стихотворение о лете, о детях. Делают видеоролик не более 30-40 секунд и высылают его на эл. почту ddt_semilyki@mail.ru Ссылка на регистрацию http://ddtsemiluki.ru/feedback/form.html	26-27 мая 2020 года	Учащиеся 7-15 лет образовательных учреждений Семилукского муниципального района	80
4.	ЛЕГОхатакон	Хатакон Участники собирают любую модель из конструктора ЛЕГО. Делают фотографию работы и высылают его на эл. почту ddt_semilyki@mail.ru Ссылка на регистрацию http://ddtsemiluki.ru/feedback/form.html	28-29 мая 2020 года	Учащиеся 7-15 лет образовательных учреждений Семилукского	100

		dback/form.html		муниципал ьного района	
5	Виртуальная программа, посвященная Международному Дню защиты детей «Мы – единое целое»	Участники-представители разных национальностей, проживающих на территории Семилукского муниципального района, представляют национальные песни, танцы, игры и высылают видеоролик не более 30 сек. на эл. почту ddt_semilyki@mail.ru Ссылка на регистрацию http://ddtsemiluki.ru/feedback/form.html	01 июня 2020 года	Учащиеся 7-15 лет образовательных учреждений Семилукского муниципального района	120
6.	Серия виртуальных мероприятий, посвященных дню рождения А. С. Пушкина «Пока в России Пушкин длится...»	1-4 класс – конкурс рисунков по сказкам А. С. Пушкина 4-7 класс- конкурс кроссвордов по произведениям А. С. Пушкина 8 класс – читаем повесть А. С. Пушкина «Капитанская дочка» Высылают фото рисунка и видеоролик не более 30 сек. на эл. почту ddt_semilyki@mail.ru Ссылка на регистрацию http://ddtsemiluki.ru/feedback/form.html	06 июня 2020 года	Учащиеся 7-15 лет образовательных учреждений Семилукского муниципального района	130
7.	Виртуальная программа «В кругу друзей», посвященная Международному Дню друзей.	-рассказ о своем друге - «Мой подарок другу» Высылают фото рисунка и видеоролик не более 30 сек. на эл. почту ddt_semilyki@mail.ru Ссылка на регистрацию http://ddtsemiluki.ru/feedback/form.html	08 июня 2020 года	Учащиеся 7-15 лет образовательных учреждений Семилукского муниципального района	80
8	День независимости России.	1-4 класс – «Мы рисуем Россию» 5-8 класс – Видеоролик «Читаем стихи и поем песни о России» Высылают фото рисунка и видеоролик не более 30 сек. на эл. почту ddt_semilyki@mail.ru Ссылка на регистрацию http://ddtsemiluki.ru/feedback/form.html	12 июня	Учащиеся 7-15 лет образовательных учреждений Семилукского муниципального района	110
9	День памяти	1.10.00- онлайн просмотр	22	Учащиеся	150

	и скорби	кинофильма «Орленок» 2.11.30-онлайн-викторина по просмотренному фильму 3.Виртуальная Акция «Венок памяти» (изготовить венок, сделать фото и по возможности спустить в близлежащую реку или отнести на памятник) 4.Буктрейлер (видео презентация) «Книги о войне» Высылают фото и видеоролик не более 30 сек. на эл. почту ddt_semilyki@mail.ru Ссылка на регистрацию http://ddtsemiluki.ru/feedback/form.html	июня	7-15 лет образовательных учреждений Семилукского муниципального района	
--	----------	---	------	--	--

7. Планируемые результаты реализации краткосрочной программы воспитания обучающихся

Каждое из мероприятий краткосрочной воспитательной программы обучающихся должно обеспечивать получение ими соответствующих ценностей, формирование знаний, начальных представлений, опыта эмоционально-ценностного постижения действительности и общественного действия.

Критерии оценки результативности воспитательного процесса в рамках предлагаемой воспитательной программы:

1. Критерий здоровья:

- Умение вести здоровый образ жизни.

2. Критерий психологического комфорта:

- чувство защищенности, уверенности,
- оптимистичности;
- познавательная активность, инициатива;
- открытость к другим лицам вне коллектива.

3. Критерий развития:

- уровень мотивации, характер жизненных ценностей, открытость, коммуникативность, трудолюбие;

- адекватность, действенность самооценки, степень реализации внутреннего потенциала;
- гражданские качества (ответственность, патриотизм, интернационализм, уважительное отношение к закону);
- нравственные качества (устойчивость, умение сотрудничать, забота о людях);
- сформированность представления о жизненных целях;
- формирование представлений о возможном выборе профессий;
- выявление индивидуального своеобразия личности.

4. Критерий воспитания:

- ориентация на позитивную оценку своего поведения со стороны сверстников и взрослых;
- стимулирование личностно - поведенческого совершенствования;
- развитие самоорганизации, самодисциплины.

5. Критерии социальной устойчивости:

- показатель социальной адаптации после окончания обучения;
- наличие презентабельных результатов деятельности (выставки, видео ролики).

По окончании виртуального марафона будет смонтирован видеоролик по каждому из реализуемых мероприятий и видеоролик с материалами в целом по «Виртуальному марафону «У Семи Лук».

8. Кадровое обеспечение программы:

Педагогический коллектив МОЦ: директор, заместитель директора по НМР, заместитель директора по УВР, педагоги дополнительного образования, педагог- организатор, методист; педагогические коллективы ОУ Семилукского муниципального района.

9. Материально-технические и электронные ресурсы.

Материально-техническое обеспечение образовательных учреждений Семилукского муниципального района.

В МКУ ДО Семилукском районном Дворце творчества учебно - воспитательный процесс осуществляется в трехэтажном приспособленном здании. Общая площадь – 769,8 кв.м. В методическом фонде насчитывается 150 экземпляров методической литературы. Проведен Интернет. Имеются 13 компьютеров и ноутбуков, 4 принтера.

Созданы официальные группы в социальных сетях, группы в приложениях мессенджерах. Имеется сайт МКУ ДО СРДТ.