

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Ступишинская средняя общеобразовательная школа  
имени Героя РФ С.Н. Морозова»**

**СОГЛАСОВАНО**

Куратор реализации  
программы

\_\_\_\_\_ О.В. Прохорова

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор школы

\_\_\_\_\_ Е.М. Хейльман  
приказ № 73/13 от 30.08.2024

**Персонализированная программа наставничества  
«учитель - ученик»  
на 2024/2025 учебный год  
(9 месяцев)**

Наставник: Черновец О.С.  
Наставляемый: Миронов Е.

## Пояснительная записка

Человек – высшее творение природы. Но для того чтобы наслаждаться ее сокровищами, он должен отвечать по крайней мере одному требованию: быть здоровым и дружить со спортом.

В соответствии с «Целевой моделью наставничества» в МБОУ «Ступишинская СОШ» разработана Программа наставничества «УЧИТЕЛЬ – УЧЕНИК», осуществляющая образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам. Программа разработана в целях достижения результатов федеральных и региональных проектов «Современная школа», «Успех каждого ребенка» и национального проекта «Образование».

**Актуальность программы** заключается в том, что современные условия жизни общества с непрерывно растущими нервно-психическими нагрузками, социальными стрессами, отсутствие чётких нравственных ориентиров формируют ту обстановку, в контексте которой необходимо решать проблему здоровья. Во все времена и для всех народов был закон – здоровье и качество обучения тесно взаимосвязаны. Чем крепче здоровье, тем продуктивнее обучение.

Программа наставничества «Оздоровительная гимнастика» имеет физкультурно-спортивную направленность и общекультурный уровень освоения.

**Цель:** успешное закрепление пары наставничества «ученик» - «ученик». Обеспечение постепенного вовлечение наставляемого – во все сферы спортивной деятельности. Оздоровление наставляемого путем повышения физической подготовленности школьника к постоянно меняющимся условиям современной действительности.

### **Задачи программы:**

- ознакомить с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома;
- формировать правильную осанку;
- изучать комплексы физических упражнений с оздоровительной направленностью;
- формировать у наставляемого навыки здорового образа жизни.
- развивать и совершенствовать его физические качества, обеспечивающие высокую дееспособность;
- совершенствовать прикладные жизненно важные навыки и умения в ходьбе, прыжках, лазании, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями.
- формировать умение самостоятельно заниматься физическими упражнениями.
- способствовать снижению заболеваемости.

Программа для детей школьного возраста с элементами подвижных игр рассчитана для детей 14-15 лет.

Программа предусматривает изучение теоретического материала, проведение практических занятий ОФП, с элементами игрового стретчинга, ЛФК, участие детей в соревнованиях и праздниках.

### **Форма наставничества «учитель – ученик»**

Предполагает взаимодействие с педагогом (учителем физической культуры) МБОУ «Ступишинская СОШ».

### **Этапы реализации программы**

Программа наставничества долгосрочная и рассчитана на 1 год. Решение о продлении или досрочном прекращении реализации программы может быть принято с учетом потребности в данной программе.

1 этап – адаптационный (диагностический). Выявление затруднений наставляемого, разработка основных направлений работы с наставником, под руководством педагога.

2 этап – основной (проектировочный). Реализация программы наставничества, осуществление корректировки спортивных умений наставляемого, оказание помощи.

3 этап - контрольно-оценочный. Подведение итогов работы и анализ эффективности реализации этапов программы.

### **Принципы наставничества**

- добровольность;
- гуманность;
- соблюдение прав наставляемого;
- соблюдение прав наставника;
- конфиденциальность;
- ответственность;
- искреннее желание помочь в преодолении трудностей;
- взаимопонимание;
- способность видеть личность.

### **Формы организации наставничества:**

- групповые и индивидуальные формы занятий – теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций – и практическую части: ОФП и игры;
- занятия оздоровительной направленности;
- праздники;
- соревнования и эстафеты.

### **Методы и приёмы**

- информационно-познавательные (беседы, показ);
- творческие (развивающие игры);
- методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование).

Материально-техническое обеспечение учебного процесса:

- оснащение спортивного зала;
- учебно-методическая литература;
- наглядные пособия: плакаты, схемы, карточки, с описанием комплексов упражнений, альбомы, фотографии;
- спортивный инвентарь (мячи разного диаметра, веса, скакалки, гимнастические палки, гантели, кубики, кегли).

### **Ожидаемые результаты внедрения модели наставничества**

1. Измеримое улучшение показателей в спортивной сфере, укрепление здоровья наставляемого – Миронова Егора.

2. Улучшение психологического климата в образовательной организации среди обучающихся, связанное с выстраиванием долгосрочных и комфортных коммуникаций на основе партнерства.
3. Рост мотивации к занятиям спортом и саморазвитию Миронова Е.
4. Снижение показателей неуспеваемости Миронова Е.
5. Практическая реализация концепции построения индивидуальных образовательных траекторий.
6. Формирования активной гражданской позиции школьного сообщества.
7. Повышение уровня сформированности ценностных и жизненных позиций и ориентиров.
8. Снижение конфликтности и развитие коммуникативных навыков, для горизонтального и вертикального социального движения.
9. Увеличение доли учащихся, участвующих в программах развития талантливых обучающихся.

Результатом правильной организации работы наставника – учителя физической культуры, будет высокий уровень включенности наставляемого Миронова Е. во все социальные, культурные и спортивные процессы МБОУ «Ступишинская СОШ», что окажет несомненное положительное влияние на эмоциональный фон в коллективе, общий статус школы, лояльность учеников и будущих выпускников к школе. Наставляемый – Миронов Е., получит необходимый стимул к спортивному, оздоровительному, культурному, физическому совершенствованию, самореализации, а также развитию необходимых компетенций.

#### **Среди оцениваемых результатов:**

- повышение успеваемости по физической культуре и улучшение психоэмоционального фона внутри класса и школы; укрепление здоровья;
- рост интереса к занятиям спортом, осознание его практической значимости, связи с реальной жизнью, что влечет за собой снижение уровня стресса или апатии;
- количественный и качественный рост успешно реализованных образовательных, спортивных проектов;
- численный рост посещаемости спортивных секций;
- рост вовлеченности обучающихся в жизнь школы через участие в соревнованиях;
- рост подготовленности обучающихся к жизни, которая ждет их после окончания обучения.

#### **Термины и определения**

**Наставничество** – универсальная технология передачи опыта, знаний, формирования навыков, компетенций, метакомпетенций и ценностей через неформальное взаимообогащающее общение, основанное на доверии и партнерстве.

**Форма наставничества** - способ реализации целевой модели через организацию работы наставнической пары или группы, участники которой находятся в заданной обстоятельствами ролевой ситуации, определяемой основной деятельностью и позицией участников.

**Программа наставничества** - комплекс мероприятий и формирующих их действий, направленный на организацию взаимоотношений наставника и наставляемого в

конкретных формах для получения ожидаемых результатов

**Наставник** – участник Программы наставничества, имеющий успешный опыт в достижении жизненного, личностного и профессионального результата, готовый и компетентный поделиться опытом и навыками, необходимыми для стимуляции и поддержки процессов самореализации и самосовершенствования наставляемого. Программа наставничества является универсальной моделью построения отношений внутри МБОУ «Ступишинская СОШ» как технология интенсивного развития личности, передачи опыта и знаний, формирования навыков и ценностей.

Особая роль наставника в процессе формирования личности состоит в том, что в основе Программы наставничества лежат принципы доверия, диалога и конструктивного партнерства и взаимообогащения, а также непосредственная передача личностного и практического опыта от человека к человеку.

Взаимодействие осуществляется через неформальное общение и эмоциональную связь участников. Все эти факторы способствуют ускорению процесса передачи социального опыта, быстрому развитию новых компетенций, органичному становлению полноценной личности.

**Наставляемый** – участник Программы наставничества, который через взаимодействие с наставником и при его помощи и поддержке решает конкретные жизненные, личные и профессиональные задачи, приобретает новый опыт и развивает новые навыки и компетенции. В конкретных формах наставляемый может быть определен термином «обучающийся».

Программа наставничества позволяет получать опыт, знания, формировать навыки, компетенции и ценности быстрее, чем другие способы передачи (учебные пособия, урочная система, самостоятельная и проектная работа, формализованное общение), что очень важно в современном мире. Высокая скорость обусловлена тремя факторами:

- 1) непосредственная передача живого опыта от человека к человеку;
- 2) доверительные отношения;
- 3) взаимообогащающие отношения, выгодные всем участникам наставничества.

**Модель взаимодействия:** «успешный ученик» - «слабый ученик»

Сведения	Наставляемый	Наставник
ФИО	Миронов Евгений	Черновец Ольга Сергеевна
Учебное заведение	МБОУ «Ступишинская СОШ им. Героя РФ С.Н. Морозова»	МБОУ «Ступишинская СОШ им. Героя РФ С.Н. Морозова»
Классы	8 класс	учитель
Предмет наставничества	Физическая культура	Физическая культура

#### **Этапы комплекса мероприятий по реализации взаимодействия наставник - наставляемый.**

- Проведение первой, организационной, встречи наставника и наставляемого.
- Проведение второй, пробной рабочей, встречи наставника и наставляемого.
- Проведение встречи-планирования рабочего процесса в рамках программы наставничества с наставником и наставляемым.
- Регулярные встречи наставника и наставляемого.

- заключительной встречи наставника и наставляемого.
- Реализация программы наставничества осуществляется в течение календарного года.
  - Количество встреч наставник и наставляемый определяют самостоятельно при проведении встречи - планировании.

### **Мониторинг и оценка результатов реализации программы наставничества.**

Сравнение изучаемых личностных характеристик участников программы наставничества проходит на «входе» и «выходе» реализуемой программы. Мониторинг проводится куратором и наставником два раза за период наставничества: промежуточный и итоговый.

В ходе проведения мониторинга не выставляются отметки.

#### **Обязанности наставника**

- Разработать совместно с наставляемым план наставничества.
- Помогать наставляемому осознать свои сильные и слабые стороны и определить векторы развития.
- Формировать наставнические отношения в условиях доверия, взаимообогащения и открытого диалога.
- Ориентироваться на близкие, достижимые для наставляемого цели, но обсуждает с ним долгосрочную перспективу и будущее.
- Предлагать свою помощь в достижении целей и желаний наставляемого, и указывает на риски и противоречия.
- Не навязывать наставляемому собственное мнение и позицию, но стимулирует развитие у наставляемого своего индивидуального видения.
- Оказывать наставляемому личностную и психологическую поддержку, мотивирует, подталкивает и ободряет его.
- Личным примером развивать положительные качества наставляемого, корректировать его поведение в школе, привлекать к участию в общественной жизни и соревнованиям, содействовать развитию общекультурного и профессионального кругозора
- Подводить итоги наставнической программы, с формированием отчета о проделанной работе с предложениями и выводами.

#### **Обязанности наставляемого**

- Разработать совместно с наставляемым план наставничества.
- Выполнять этапы реализации программы наставничества.

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН РАЗВИТИЯ**  
**Форма наставничества: «Ученик - ученик»**

Срок осуществления плана: с «01» 09.2024 г. по «31» 05.2025 г.

<b>№</b>	<b>Проект, задание</b>	<b>Срок</b>	<b>Планируемый результат</b>	<b>Фактический результат</b>	<b>Оценка наставника</b>
<b>Раздел 1. Анализ профессиональных трудностей и способы их преодоления</b>					
1.1.	Развитие потребности и мотивации в занятиях оздоровительной гимнастикой и физической культурой	Сентябрь - Май.	Возникновение устойчивого желания заниматься оздоровительной гимнастикой. Установление истинного физического состояния ученика.		
1.2.	Проведение диагностики физического состояния ученика.	Сентябрь - Май.			
1.3	Проведение совместных тренировок	Сентябрь - Май.	Получение необходимой информации.		
<b>Раздел 2. Направления развития ученика</b>					
2.1.	Инструктаж по ТБ. Меры предупреждения травматизма при проведении занятий	Сентябрь	Знание инструктажа. Недопущение травматизма. Соблюдение правил на занятиях.		
2.2.	Основы техники и методики обучения в гимнастике.	Сентябрь	Овладение навыками		
2.3.	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения.	Сентябрь	Овладение навыками		

2.4.	Упражнения для развития ловкости, быстроты, силы, координации.	Октябрь	Овладение навыками		
2.5.	Подвижные игры	Октябрь-ноябрь	Правильно выполнять комплексы упражнений		
2.6.	Дыхательная гимнастика	Октябрь	Правильно выполнять комплексы упражнений		
2.7.	Формирование навыка правильной осанки	Ноябрь	Комплексы упражнений на чередование напряжения и расслабления мышц отдельных участков тела. Формирование правильной осанки		
2.8.	Спортивный праздник «Спортивный лабиринт»	Декабрь	Проведение спортивного праздника.		
2.9.	Упражнения в равновесии	Декабрь	Научиться чувствовать себя уверенно при выполнении упражнений.		
2.10.	Развитие физических качеств: сила. Развитие физических качеств: ловкость	Январь	Научиться чувствовать себя уверенно при выполнении упражнений.		
2.11	Подготовка к участию в онлайн олимпиадах, конкурсах спортивно-оздоровительной направленности	Январь-март	Участие в онлайн олимпиадах, конкурсах спортивно-оздоровительной направленности. Результативность участия.		



2.12.	Развитие физических качеств: быстрота. Развитие физических качеств: выносливость	Февраль	Повышение качеств быстрота, выносливость		
2.13	Мяч ловцу	Март	Овладение различными техниками упражнений с мячом		
2.14	Мяч ловцу	Март	Овладение различными техниками упражнений с мячом		
2.15	Проведение спортивно-музыкальных перемен для обучающихся 1-4 классов.		Умение провести спортивно-музыкальные перемен для обучающихся 1-4 классов, подбор упражнений, умение работать в группе.		