

**Описание практики
реализации инновационного проекта
«Школьная воркаут-площадка как часть социально-активного
пространства микрорайона» на базе
МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №9 им. А. С. Пушкина»
г. Пскова (Псковская область)**

Информация о разработчиках модели

МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №9 им. А. С. Пушкина» г. Пскова (сайт: o3.pskovedu.ru; E-mail – org3@pskovedu.ru; 8(8112)-73-71-67); директор школы **Зубарева Е.В.**, **О.Ю. Иванова** – заместитель директора по УВР, **Л.В. Образцова**, заместитель директора по воспитательной работе, **С.Н. Шарендо**, педагог-организатор, **Т.М. Попова**, педагог-психолог, **Н.Ю. Борисенко**, учитель русского языка и литературы.

Научный консультант инновационного проекта - Юнель С.А., кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии факультета естественных наук, медицинского и психологического образования Псков ГУ.

Аннотация. Тема, связанная с развитием социально-активного пространства для обучающихся МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №9 им. А. С. Пушкина», очень актуальна, школа расположена в микрорайоне со сложной социальной обстановкой, год от года увеличивается количество детей с нарушениями в поведении, детей с ОВЗ.

Ежегодный мониторинг поведения обучающихся, диагностики по методике «Определение детей группы риска», а также социометрия позволяют выделить следующие девиации:

- **неуправляемость**, когда учащийся ведет себя так, как ему хочется в данный момент; его не интересует мнение других людей;
- **резкое изменение настроения без каких-либо видимых причин**;
- **желание быть незаметным, нежелание делиться с окружающими своими мыслями и чувствами.**

Принимая во внимание, что для многих подростков спорт является основным способом самореализации, современное направление воркаут-спорт может стать перспективным направлением в профилактике делинквентного поведения. Занятия воркаутом предполагают наличие активной социальной составляющей. Смысл занятий и возникающих на базе воркаут-площадок сообществ не только в том, чтобы развиваться самому, но и в том, чтобы помогать развиваться другим людям. Один из основополагающих принципов воркаута - «каждый учит каждого», а общение, волонтерство и обмен опытом и знаниями – это важная составляющая направления. Положительный пример, успешность в сообществе, мотивируют начало серьезной работы над собой. Физическая сила, обретенная на воркаут-площадке, развитие волевой сферы подростка, социализация повышают уверенность в своих силах и находят применение в самых разных сферах.

Описание проблемной ситуации, целей и задач, на решение которых направлен разработанный проект. МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 9 им. А.С. Пушкина является одной из старейших в городе и расположена в районе города с непростой социальной обстановкой. Традиционно контингент обучающихся отличается большим количеством учащихся из неблагополучных семей, многие учащиеся имеют негативный опыт обучения в других учебных заведениях, около 30% обучающихся имеют диагноз «задержка психического развития». В то же время, на наш взгляд, существенный рост контингента за последние годы подтверждает эффективность работы школы и востребованность социумом реализуемого в школе подхода к образованию. Новые вызовы времени, в частности различные группы деструктивной направленности в сети «Интернет», заставляют обращать особое внимание на профилактику асоциального поведения обучающихся.

Сложившаяся в школе в течение многих лет система работы основывается на идее, что наиболее эффективной является не борьба с возникшими проблемами, а их профилактика, предупреждение самой возможности их возникновения. Следовательно, каждый ученик должен иметь **возможности для успешной самореализации** в различных областях школьной жизни, переживать ситуацию успеха, быть принятым и востребованным социумом. Стартовые возможности у всех учащихся разные, а значит, главное - чтобы ученик имел **возможность выбора** по всем аспектам школьной жизни. Идея «**школа не для всех – школа для каждого**» реализована через программу развития школы «**Выявление и развитие способностей детей в здоровьесформирующем пространстве адаптивной школы полного дня**»

Мониторинги и исследования, проводившиеся в рамках программы развития школы, подтвердили идею о том, что **наиболее эффективным является вовлечение учащихся с делинквентным (отклоняющимся) поведением в работу волонтерского отряда через организацию физкультурной работы и спортивных мероприятий.** Исследования специалистов подтверждают, что регулярные занятия спортом улучшают психологическое здоровье подростков, снижают уровень тревожности и агрессивности. Универсальная спортивная площадка на территории школы является центром притяжения для всех жителей микрорайона, так как, кроме возможностей занятий спортом, территория школы - одна из немногих в данном микрорайоне обширных зеленых зон.

Цель проекта - профилактика делинквентного (отклоняющегося) поведения учащихся через организацию работы школьной воркаут-площадки как социально-активного пространства микрорайона.

Задачи:

1.Профилактика делинквентного (отклоняющегося) поведения подростков.

2.Совершенствование условий для успешной социализации, самореализации подростков с делинквентным (отклоняющимся) поведением и развития их мотивационно-волевой сферы.

3. Организация работы школьной воркаут-площадки как социально-активного пространства микрорайона для позитивного неформального взаимодействия обучающихся школы со сверстниками и взрослыми, формирования навыков здорового образа жизни и командной работы.

4. Расширение открытой авторской методической образовательной сети для отработки и тиражирования опыта профилактики делинквентного (отклоняющегося) поведения обучающихся.

Целевая аудитория – обучающиеся школы, родители, педагоги, заинтересованные жители микрорайона.

Методическое обеспечение. В учреждении сформированы нормативно-правовые и организационно-методические условия системно-инновационной деятельности. Инновационная деятельность в образовательной организации осуществляется в соответствии со следующими локальными нормативными актами:

- Программа развития школы «Выявление и развитие способностей детей в здоровьесформирующем пространстве адаптивной школы полного дня на 2014-2024 гг.»;
- Программа развития инклюзивного образования «Обучение и социализация детей с ограниченными возможностями здоровья в инклюзивном образовательном пространстве школы»;
- План работы городского ресурсного центра инклюзивного образования;
- Положение об инновационной деятельности;
- Положение о психолого-медико-педагогическом консилиуме;
- Положение о постановке на внутришкольный учёт;
- Положение о Совете профилактики школы;
- Положение о школьной Службе медиации;
- Договор о сотрудничестве между Управлением образования Администрации города Пскова, ФГБОУ ВПО «Псковский государственный университет» и МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №9 им. А.С. Пушкина»;
- Программа по профилактике правонарушений и безнадзорности среди несовершеннолетних;
- Положение о внеурочной деятельности;
- Положение о работе творческих объединений и спортивных секций;
- Положение о школьной Службе сопровождения;
- Методические рекомендации для педагогов по профилактике делинквентного (отклоняющегося) поведения;
- Диагностический инструментарий: анкеты, опросники, тесты и т.п.;
- Дневник профессионального самоопределения обучающегося.

В ходе реализации проекта на сайте Конкурсшкол.рф (<https://xn--j1aaahfdojs1d.xn--p1ai/methodical-network/id/get/368>) в разделе Эффективные школьные модели профилактики делинквентного (отклоняющегося) поведения обучающихся была создана методическая сеть «Школьная воркаут-площадка как часть социально-активного пространства микрорайона». В данной методической сети зарегистрированы 35

участников из 20 регионов. Необходимо отметить, что в рамках реализации проекта также заключено 56 договоров из 25 регионов. Участниками методической сети стали организации, победившие в конкурсном отборе, а также другие общественные организации, заинтересованные в реализации инновационных программ для отработки новых технологий и содержания обучения и воспитания.

Работа методической сети после завершения гранта осуществляется по следующим направлениям:

- Совместная деятельность в структуре методической сети (коллективная поддержка и оценка проявленной инициативы).
- Презентация инновационных подходов, программ и проектов.
- Внедрение в региональную систему общего образования продуктов инновационной деятельности

Также в ходе реализации инновационного проекта был создан сайт Школьная воркаут-площадка (school-workout.ru) для сопровождения всех этапов проектов, размещения методических материалов, проведения онлайн-консультаций для участников проекта.

Описание используемых методик, технологий, инструментов.

Чтобы изучить отношение подростков к здоровому образу жизни, интерес к двигательной активности, факторы, влияющие на развитие личности, ежегодно дважды в год проводится **мониторинг обучающихся 1-11 классов**. Цель мониторинга: не только получить достоверную информацию, но и на основании анализа полученных данных более эффективно проводить работу по формированию у школьников потребности в здоровом образе жизни и их главной биологической потребности - двигаться и развиваться.

В ходе мониторинга используются следующие методы исследования:

- анализ медицинских карт;
- педагогические наблюдения;
- анкета «Определение детей группы риска»;
- методика Лускановой Н.Г. «Оценка уровня спортивной мотивации младших школьников» для обучающихся 1-4 классов;
- анкеты «Здоровый образ жизни» для обучающихся 5-11 классов;
- методика социометрического изучения межличностных отношений в коллективе (Дж. Морено).

В ходе реализации проекта была создана и успешно апробирована **программа дополнительного образования по воркаут-спорту «9 ориентир»**. Данная рабочая программа имеет физкультурно-оздоровительную направленность для лиц различных возрастов с учётом особенностей физического развития подростков. Она составлена на основе практических рекомендаций и методик ведущих спортсменов и мастеров направления «Street Workout» с элементами Хендстэнд (полностью руки) Джимбарр (Gimbarr), «Дворовая гимнастика», паркур. Целью данной программы является привитие интереса к физической культуре, укрепление здоровья занимающихся посредством занятий физкультурой с элементами Стрит Воркаута. Ее задачи: изучение силовой гимнастики с собственным

весом на параллельных брусьях, турнике; упражнений на развитие силы, выносливости, координации; изучение базовой техники Стрит Воркаута: воспитание у занимающихся уважения друг к другу, чувства ответственности за свои действия, чувства коллективизма; овладение этикой «уличного фитнеса».

В рамках гранта было проведено исследование о связи отношения подростков к занятиям волонтерством, воркаут-спортом и к делинквентному поведению. Предлагаемая нами методика построена на новом методологическом подходе исследования отношения субъекта к объекту. Данная методология основывается на формировании положительного отношения к волонтерской деятельности как альтернативы делинквентному поведению через вовлечение обучающихся в занятия воркаут-спортом.

Были созданы 9 этапов взаимодействия волонтерского отряда и воркаут-движения. Иными словами, на базе школьного волонтерского отряда «Шаг навстречу» был создан **волонтерский отряд «9 ориентир»**, а все вместе – школьная команда по воркаут-спорту. Вот эти ориентиры:

1-й ориентир - «Отбор волонтеров спортивного направления, имеющих в поведении отклонения от нормы (с делинквентным поведением)», создание команды;

2-й ориентир - «Ориентирование и обучение волонтеров»;

3-й ориентир - «Погружение волонтеров в программу «100 - дневный воркаут» – бесплатная онлайн-программа для новичков в воркаут-спорте <https://workout.su/articles/750-100-dnevnyj-vorkaut-2017-vesna>;

4-й ориентир - «Презентация промежуточных результатов» (где волонтеры принимают участие в школьных соревнованиях и городском чемпионате по воркаут-спорту);

5-й ориентир - «Проведение мастер-классов для учащихся из начальной школы – команды «Воркаутенок»;

6-й ориентир – учащиеся получают задание найти социальных партнеров и организовать проведение какой-либо социальной акции, организовать мероприятие на школьной воркаут-площадке;

7-й ориентир – создание творческого отчета о проведенных мероприятиях, подготовка презентации, размещение ее на сайте проекта и в социальных сетях;

8-й ориентир – «Результативность, – поощрение и мотивация волонтеров-новичков»;

9-й ориентир – «От волонтерства к социальному служению» (Посвящение в ряды школьного волонтерского отряда «Шаг навстречу»).

Каждый учащийся с делинквентным поведением проходит все этапы от волонтерства до социального служения и становится наставником для следующей группы волонтеров-новичков.

Таким образом, волонтерская деятельность стала одним из методов профилактики девиантного и делинквентного поведения старших подростков в школе.

В рамках реализации инновационного проекта было проведено **исследование**, результаты которого были представлены для всех участников методической сети. По гипотезе исследования предполагалось, что участие подростков в реализации программы «9 ориентир» окажет положительное влияние на развитие жизненно важных качеств, то есть, даст воспитательный эффект. Целью исследования явилась проверка обозначенной гипотезы.

Задачи исследования:

- 1) определить характер изменения выраженности ценных психологических свойств у подростков за период занятий по данной программе (по ее первым двум ступеням);
- 2) выявить особенности изменения исследуемых свойств личности по результатам сравнительного анализа с такими же показателями контрольной группы.

В качестве испытуемых выступили две группы подростков (13-15 лет) мужского пола: экспериментальная группа в количестве 28-и человек и контрольная – 32 человека. В группы вошли не только учащиеся нашей школы, но и учащиеся из других школ - участников нашей методической сети.

Перечень основных мероприятий.

№	Мероприятие	Дата
1	Разработка технического задания для подготовки проектно-сметной документации по установке воркаут-площадки	август 2019
2	Заключение договора о подготовке проектно-сметной документации по установке воркаут-площадки	август 2019
3	Подготовка проектно-сметной документации по установке воркаут-площадки	август 2019
4	Согласование проектно-сметной документации по установке воркаут-площадки с органами местного самоуправления и заинтересованными организациями	август 2019
5	Мониторинг цен на закупку и установку оборудования воркаут-площадки	август 2019
6	Заключение договора на закупку и установку оборудования воркаут-площадки	август 2019
7	Создание рабочей группы по разработке и внедрению инновационных продуктов проекта	август 2019
8	Разработка и внедрение программы по воркаут-спорту «9 ориентир» для различных возрастов с учётом особенностей физического развития подростков	август-декабрь 2019
9	Мониторинг по критериям оценки эффективности проекта	август 2019 и далее весь период
10	Формирование рабочей группы по созданию, наполнению и поддержке сайта проекта	август 2019
11	Создание, наполнение и поддержка сайта проекта август 2019	август 2019 и далее весь период
12	Установка оборудования воркаут-площадки	сентябрь 2019
13	Торжественное открытие воркаут-площадки	сентябрь 2019

14	Подготовка методической разработки «Горжественное открытие школьной воркаут-площадки»	сентябрь 2019
15	Подготовка и издание методических рекомендаций для педагогов по профилактике делинквентного (отклоняющегося) поведения «Воркаут - ступень к новой жизни»	сентябрь-декабрь 2019
16	Подготовка и издание методических рекомендаций «От Воркаута к социальному служению» и методической разработки «Уличная гимнастика как средство организации социально-активного пространства»	сентябрь-декабрь 2019
17	Размещение информации в школьной газете «ЧиЖ», на информационном стенде и в социальных сетях	сентябрь 2019 и далее весь период
18	Работа волонтеров по формированию школьной Воркаут-команды «9 ориентир»	сентябрь 2019 и далее весь период
19	Работа Совета отцов по формированию Воркаут-команд микрорайона	сентябрь 2019
20	Организация и проведение социальной акции «Крутой поворот»	сентябрь 2019
21	Тематические классные часы «Воркаут - парк здоровья» (волонтерский отряд «Шаг навстречу»)	сентябрь 2019
22	Методическая разработка тематического классного часа «Воркаут - парк здоровья»	сентябрь 2019
23	Разработка положения о проведении конкурса на создание авторского логотипа школьного воркаут-движения «9ориентир»	сентябрь 2019
24	Конкурс на создание авторского логотипа школьного воркаут-движения «9ориентир»	сентябрь 2019
25	Тренинги «Как избежать травм? Сигналы организма»	сентябрь 2019
26	Знакомство с материалами, расположенными на сайте https://www.workout.su/ и с программой «100дневный воркаут»	октябрь 2019
27	Организация и проведение флешмоба «Выше радуги»	октябрь, 2019
28	Работа волонтеров по созданию разновозрастной команды «Воркаутенок»	октябрь 2019
29	Мастер-классы по воркаут-спорту для учащихся, организованные волонтерским отрядом «Шаг навстречу»	октябрь 2019
30	Формирование творческой группы по созданию видеоролика «Воркаут спорт для обучающихся с делинквентным (отклоняющимся) поведением»	октябрь 2019
31	Проведение совместных мастер-классов и тренингов команд «9ориентир» и «Воркаутенок»	октябрь-ноябрь 2019
32	Проведение Воркаут-чемпионата «9ориентир»	ноябрь 2019
33	Участие в городских соревнованиях по воркаут-спорту	ноябрь-декабрь 2019
34	Создание видеоролика «Воркаут-спорт для обучающихся с делинквентным (отклоняющимся) поведением»	ноябрь-декабрь 2019
35	Воркаут-баттл с социальными партнерами- студентами ПсковГУ, десантниками 76 ДШД	ноябрь-декабрь 2019
36	Мониторинг по критериям оценки эффективности проекта	декабрь 2019
37	Подготовка аналитических материалов по результатам мониторинга эффективности проекта	декабрь 2019
38	Фестиваль «Мы - за Воркаут!»	декабрь 2019

Ресурсы, которые необходимы для реализации инновационного проекта.

- Современная воркаут-площадка на территории школы;
- Мультимедийное оборудование для проведения онлайн-мероприятий (вебинары, мастер-классы, онлайн-консультации) для педагогов города, региона, страны;
- Оборудование (камера, микрофон) для съёмок, создания видеороликов, ведения онлайн-тренировок;
- Реализация программы повышения квалификации педагогического коллектива по вопросам профилактики делинквентного поведения и методике преподавания по межпредметным технологиям;
- Создание и поддержка авторской методической сети.

Определение сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников реализации инновационного проекта. Приказом по школе были определены ответственные за реализацию инновационного проекта. Созданы рабочие группы, реализующие важные направления деятельности в рамках проекта:

- **рабочая группа по обеспечению материально-технической базы реализации проекта;**
- **рабочая группа по разработке и внедрению инновационных продуктов проекта;**
- **рабочая группа по созданию, наполнению и поддержке сайта проекта.**

Рабочие группы организовывали проведение мероприятий, направленных на реализацию проекта, а также подготовку продуктов инновационной деятельности, согласно детально разработанному плану-графику.

Ожидаемые результаты:

- снижение количества обучающихся с делинквентным (отклоняющимся) поведением в школе;
- успешная социализация обучающихся;
- формирование навыков социального служения через участие в организации школьной воркаут-площадки;
- увеличение количества обучающихся, ведущих здоровый образ жизни, придерживающихся мнения о роли здорового образа жизни как необходимого условия развития человека;
- поднятие престижа здоровой, активной жизненной позиции у детей, подростков и молодежи микрорайона.

Организация внутреннего контроля за функционированием и реализацией инновационного проекта. Контроль за реализацией инновационного проекта осуществляет Методический совет школы. Рабочая группа проекта ежегодно представляет результаты реализации инновационного проекта Методическому совету и родительской общественности. Результаты размещаются на сайте проекта и на сайте конкурсшколрф. В образовательном учреждении сформирована база данных по результатам инновационной деятельности, разработан инструментарий для проведения сравнительного анализа показателей эффективности и

результативности инновационной деятельности и факторов, влияющих на её динамику. Осуществляется формирование предложений для коррекции инновационной деятельности в зависимости от динамики количественных и качественных показателей её результативности и эффективности.

Критерии оценки достижения планируемых результатов.

Мониторинг эффективности проекта был проведен по следующим критериям:

- снижение количества обучающихся с делинквентным (отклоняющимся) поведением на 30%;
- эффективность работы школьной воркаут-площадки: увеличение количества проведенных мероприятий и их участников, в том числе с делинквентным (отклоняющимся) поведением в 2 раза;
- увеличение количества обучающихся, ведущих здоровый образ жизни, придерживающихся мнения о роли здорового образа жизни как необходимого условия развития человека на 20%;
- увеличение числа обучающихся школы, подростков и молодежи микрорайона, информированных об организованных формах спортивной и досуговой деятельности, на 50%;
- внедрение инновационных форм организованной спортивной и досуговой деятельности для подростков с учетом их интересов (не менее 2);
- позитивная динамика по критериям ежегодного школьного мониторинга (социометрия классных коллективов, анализ заболеваний учащихся школы, их физического развития и питания, оценка агрессивности и враждебности подростков, активность и результативность участия в интеллектуальных, спортивных и социально-значимых мероприятиях);
- тиражирование опыта реализации проекта средствами масс-медиа (не менее 10 информационных сообщений);
- мероприятия по внедрению и распространению инновационных практик и продуктов по профилактике делинквентного (отклоняющегося) поведения обучающихся среди профессионального сообщества.

Факторы, влияющие на достижение результатов. К ним можно отнести следующие:

- консультационная, научно-методическая и организационная поддержка преподавателей ФГБОУ ВПО «Псковский государственный университет», ГБОУ ДПО «ПОИПКРО»;
- стабильное сотрудничество с жителями микрорайона;
- достаточный уровень компетентности педагогов в вопросах профилактики делинквентного поведения;
- разработанность программно-методического обеспечения инновационной деятельности.

Сведения о практической апробации и реализации проекта.

Реализация проекта успешно осуществляется с 2019 года и до настоящего времени.

2019 год - Открытый Всероссийский общественно-профессиональный форум «Современные подходы, технологии, модели и практики по формированию у

детей и обучающейся молодежи устойчивых навыков и компетенций здорового образа жизни».

2020 год - Всероссийский вебинар для школ-грантополучателей 2018-2019 г.г. Выступление Е.В. Зубаревой, директора школы, об опыте реализации проекта.

2020 год - конкурс «Лучшее видео об инновации». Конкурс проводился на сайте <http://конкурсшкол.рф>,

2020 год - Всероссийский съезд участников методических сетей организаций, реализующих инновационные проекты и программы для обновления существующих и создания новых технологий и содержания обучения и воспитания.

2020 год - Всероссийский конкурс «Развитие проекта после гранта».

Продолжается работа по развитию и поддержке авторской методической сети, созданной в рамках проекта.

№	Мероприятия	Сроки и периодичность
1	Расширение открытой авторской методической сети через приглашение к участию новых партнеров и информирование об инновационной деятельности.	весь период
2	Проведение фестиваля «Workout Fest».	апрель-май, ежегодно
3	Проведение конкурса исследовательских и творческих работ учащихся «Мы выбираем здоровый образ жизни».	октябрь-ноябрь, ежегодно
4	Мастер-класс для учителей физической культуры «Воркаут-спорт доступен каждому».	март, ежегодно
5	Мониторинг по критериям эффективности проекта «Школьная воркаут-площадка как часть социально-активного пространства микрорайона».	весь период
6	Организация методической и консультационной поддержки участников авторской методической сети по вопросам профилактики делинквентного (отклоняющегося) поведения (в том числе в онлайн-режиме и с использованием цифровых технологий).	весь период
7	Организация повышения профессиональной компетентности участников авторской методической сети по вопросам профилактики делинквентного (отклоняющегося) поведения у обучающихся через вовлечение учащихся в мероприятия по формированию у них потребности в ЗОЖ.	весь период
8	Информирование общественности и педагогического сообщества о ходе реализации проекта об инновационной деятельности по профилактике делинквентного (отклоняющегося) поведения через сайт проекта, сайт школы и СМИ.	весь период

Список используемых источников

1. Мартенс Р. Социальная психология и спорт. М.: Физкультура и спорт, 1979.
2. Николаев А. Н. Новый подход к изучению отношения к здоровому образу жизни // XV Мухинские чтения. Материалы международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы психологического здоровья: теория и практика». 14–16 апреля 2016 г. С. 114–120.
3. Маркова А.К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте. - М.: Просвещение, 2002.
4. Морено Я. Л. Социометрия: Экспериментальный метод и наука об обществе / Якоб Леви Морено; [пер. с англ. А. Боковикова]. - М.: Академ. Проект, 2004.