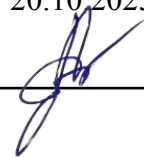


УТВЕРЖДЕНА

приказом ИП Еремина О.А.
от 20.10.2025 г № б/н


_____/О.А.Еремина/

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
-ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Реформа»**

Срок освоения: 51 час

Возраст учащихся: от 18 лет

Выдаваемый документ: сертификат о прохождении курса

Форма обучения: заочная форма обучения (исключительно с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий).

Разработчик: Еремина О.А.

Содержание

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель, задачи и планируемые результаты программы	5
2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	6
2.1. Учебный план	6
2.2. Рабочая программа	7
3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ	11
3.1. Календарный учебный график	11
3.2. Материально-технические условия реализации программы	12
3.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	12
3.4. Кадровое обеспечение программы	13
4. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ	13
5. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ, ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ИНЫЕ КОМПОНЕНТЫ	13

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивное программирование» (далее – Программа) разработана в соответствии со следующими нормативно–правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержден приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22.07.2022 г. № 629.

Актуальность программы. Программа относится к дополнительным общеразвивающим и ориентирована на удовлетворение индивидуальных потребностей взрослых обучающихся в личностном развитии, формировании культуры здорового образа жизни, осознанного движения и самоорганизации. Современный образ жизни — длительная работа за компьютером, высокая «экранная» нагрузка, низкая подвижность — ведёт к функциональным дисбалансам мышц лица и шеи, нарушению постуральных привычек, поверхностному дыханию и повышенному мышечному напряжению. На этом фоне растёт запрос на безопасные, немедицинские практики саморазвития, дающие понятный и проверяемый результат в быту и на работе.

Программа системно закрывает этот запрос: последовательно формирует навыки осознанного дыхания, постуральной грамотности и мягкой мышечной мобилизации, навыки работы с жевательным аппаратом и мимикой, а также общую двигательную подготовку через динамические и экспресс-комплексы. Структура занятий (короткие видео-уроки до 50 минут + самостоятельная практика) и встроенные инструменты самоконтроля (фотофиксация, промежуточное и итоговое тестирование) обеспечивают поступательное освоение материала и устойчивое внедрение полезных привычек в повседневную рутину.

Обучение развивает телесную осознанность, координацию, двигательную культуру, коммуникативную выразительность, стрессоустойчивость и навыки самоорганизации — компетенции, востребованные в условиях высокой цифровизации труда. Программа предназначена для широкого круга взрослых слушателей, в том числе тех, кто ведёт малоподвижный образ жизни, много работает за компьютером или публично взаимодействует (голосовые и клиентские профессии), и ищет доступные инструменты улучшения самочувствия и внешнего вида без медицинских вмешательств.

Правовой статус программы: это дополнительная общеразвивающая программа в смысле законодательства об образовании; она не относится к медицинской деятельности, не содержит диагностики, лечения или реабилитации, не формирует профессиональной квалификации и не заменяет медицинские консультации. Рекомендовано соблюдать щадящий режим выполнения упражнений и учитывать индивидуальные ограничения здоровья.

Таким образом, внедрение программы является своевременным и социально значимым: она предоставляет слушателям структурированные и безопасные методы самопрактики, повышает уровень физической и цифровой гигиены труда, поддерживает культуру здорового образа жизни и отвечает текущим ожиданиям взрослой аудитории к формату гибкого онлайн-обучения.

Отличительной особенностью программы является:

- использование информационных и коммуникационных технологий, в том числе современных систем технологической поддержки процесса обучения, обеспечивающих комфортные условия для обучающихся, педагога;
- применение электронных образовательных ресурсов (дистанционно, с применением исключительно дистанционных образовательных технологий).

Педагогическая целесообразность образовательной программы достигается применением современных принципов, методов, технологий образовательной деятельности.

Реализация программы осуществляется с применением дистанционных технологий и современных педагогических принципов обучения, позволяющих не только получить полезные знания и умения, но и способствующих развитию личности обучающегося как субъекта собственной стратегии жизни.

Это такие принципы как:

- опора на имеющийся у обучающихся жизненный опыт;
- системность, последовательность и доступность излагаемого материала, изучение нового материала опирается на ранее приобретенные знания;
- развитие в обучающихся самостоятельности, умения планировать свою деятельность и бизнес-процессы.

Адресат программы: к освоению программы допускаются обучающиеся от 18 лет без предъявления требований к уровню образования.

Режим занятий: Учебная нагрузка устанавливается **6–7 академических часов в неделю** согласно календарному графику (раздел 3.1), включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) работы. **Академический час — 45 минут.** Занятия проводятся с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий; обучающийся осваивает материалы в удобное время при соблюдении рекомендуемого режима: **3–5 дней в неделю, не более 3 ак. часов в день**, с перерывами для восстановления. Внутри недели предусмотрены короткие видео-уроки (до 50 минут) и самостоятельная практика по каждому уроку. Промежуточный контроль — на 4-й неделе (1 ак. час), итоговая аттестация — на 8-й неделе (1 ак. час).

Направленность программы: **Физкультурно-оздоровительная** (дополнительная общеразвивающая). Программа не относится к медицинской деятельности, не включает диагностику, лечение или реабилитацию.

Язык обучения: русский.

Уровень программы: базовый.

Сроки обучения: общая трудоемкость программы составляет 51 ак. час, прием на обучение по программе осуществляется в течение всего года.

Форма обучения. Программа реализуется в заочной форме обучения (исключительно с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий).

Особенности организации образовательного процесса. Изучение материала осуществляется дистанционно с использованием личного кабинета на платформе по адресу <https://getcourse.ereminaolga.ru/teach/control/stream/view/id/934462241> . Аудиторная

работа включает изучение видео материала, размещенного в СДО. Самостоятельная работа обучающегося заключается в усвоении материалов аудиторных занятий и материалов темы, выполнении практических заданий соответствующего модуля из

рабочей тетради, выполнении задания на странице темы (урока). Консультации проводятся в онлайн-режиме, в том числе через чат сообщений в СДО за счет часов самостоятельной работы.

1.2. Цель, задачи и планируемые результаты программы

Цель: Создать условия для формирования у обучающихся устойчивой и безопасной самостоятельной практики: осознанного дыхания, постуральной грамотности, мягкой мобилизации мышц лица и шеи, навыков релаксации и общего двигательного тонуса для повышения качества повседневной жизни.

Задачи:

- Сформировать представления о правилах **безопасного немедицинского** выполнения упражнений (разминка, дозировка, самоконтроль, противопоказанные действия).
- Освоить базовые дыхательные техники и их настройку для работы мышц лица и шеи.
- Отработать комплексы по темам курса: осанка и грудной отдел; жевание/глотание; уздечка; шея и лицевые мышцы; тазовое дно и дыхание; центр лица и мимика; межбровка и глаза; ягодицы/стопы; живот и поясница; работа с асимметриями; релаксация; динамический стрейч; комплексные и экспресс-уроки.
- Сформировать индивидуальный режим занятий (3–5 дней в неделю, 20–45 минут), внедрить инструменты самоконтроля (дневник практики, фотофиксация «до/после»).
- Развить навыки саморегуляции и снижения мышечного напряжения при «экранной» нагрузке

Планируемые результаты: планируемыми результатами обучения являются:

- Знания:

- правила безопасной бытовой практики, структура урока и последовательность освоения;
- принципы осанки, дыхания, работы жевательного и мимического аппарата в немедицинском аспекте;
- назначение основных упражнений курса и критерии самоконтроля (ощущения, амплитуда, дыхание, отсутствие боли);

- Умения:

- демонстрировать правильную технику ключевых упражнений по темам курса;
- составлять индивидуальный недельный план (3–5 тренировочных дней) из уроков программы;
- выполнять экспресс-комплекс 10–15 минут и полный комплекс 20–30 минут;

- применять дыхательные техники для снижения мышечного напряжения и восстановления;
- вести дневник практики и фотофиксацию, корректировать нагрузку с учётом самочувствия.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план*

№п	Наименование разделов (модулей), тем	Общая трудоемкость, ак. час.	Всего аудиторных*, ак. час.	По учебному плану занятия, ак. час.		Самостоятельная** работа, ак. час.	Формы контроля/аттестации
				Лекции (теория)	Практика		
1	Вводная информация	1	-	-	-	1	
1.1	Как мы будем заниматься на курсе	0,25	-	-	-	0,25	
1.2	Фото «до» как, какие и зачем делать	0,25	-	-	-	0,25	
1.3	Работа с кураторами	0,25	-	-	-	0,25	
1.4.	Реквизит для курса и правила ухода за ним; Рекомендации стоматолога по занятиям функциональным фейсбилдингом	0,25	-	-	-	0,25	
2	Уроки				-		
2.1	1 урок. Дыхание 1	2	1	1	-	1	Задание
2.2	2 урок. Дыхание и настройка работы органов дыхания на лице	2	1	1	-	1	Задание
2.3.	3 урок. Дыхание 2	2	1	1	-	1	Задание
2.4	4 урок. Удлиняем уздечку	2	1	1	-	1	Задание
2.5	5 урок. Раскрытие грудного отдела	2	1	1	-	1	Задание
2.6	6 урок. Удлиняем шею + обезболивающее.	2	1	1	-	1	Задание
2.7	7 урок. Осанка, походка и грудной отдел	2	1	1	-	1	Задание
2.8	8 урок. Открывание рта, глотание, жевание	2	1	1	-	1	Задание
2.9	9 урок. Тазовое дно и дыхание 1	2	1	1	-	1	Задание
2.10	10 урок. Учимся улыбаться + 3 вида скул	2	1	1	-	1	Задание
3.1	1 урок. Тазовое дно и дыхание 2	2	1	1	-	1	Задание
3.2	2 урок. Центр лица, мимика	2	1	1	-	1	Задание
	Промежуточное тестирование	1	1	-	-	-	Тест
3.3	3 урок. Ягодицы стоя	2	1	1	-	1	Задание
3.4	4 урок. Межбровка, глаза	2	1	1	-	1	Задание
3.5	5 урок. Ягодицы и стопы	2	1	1	-	1	Задание
3.6	6 урок. Подтяжка лица и глаз	2	1	1	-	1	Задание
3.7	7 урок. Живот и поясница	2	1	1	-	1	Задание
4.1	1 урок. Асимметрия	2	1	1	-	1	Задание
4.2	2 урок. Расслабление поясницы и живот	2	1	1	-	1	Задание
4.3	3 урок. Все лицо и шея за 30 минут	2	1	1	-	1	Задание
4.4	4 урок. Динамический стрейч (тренировка на все тело)	2	1	1	-	1	Задание
4.5	5 урок. Комплексный урок на все лицо	2	1	1	-	1	Задание
4.6	6 урок. Экспрессы на тело	2	1	1	-	1	Задание
4.7	7 урок. Экспрессы на лицо	2	1	1	-	1	Задание
4.10	10 урок. Итоговая аттестация	1	-	-	-	1	ИА Тест
	Итого	51	26	25	-	25	

*Учебный план размещается в личном кабинете обучающегося в системе дистанционного обучения (СДО).

** Аудиторная работа включает изучение видео материала, размещенного в СДО. Самостоятельная работа обучающегося заключается в усвоении материалов аудиторных занятий и материалов темы, выполнении практических заданий соответствующего модуля из рабочей тетради, выполнении задания на странице темы (урока). Консультации проводятся в онлайн-режиме, в том числе через чат сообщений в СДО за счет часов самостоятельной работы.

*** ПА – промежуточная аттестация. Промежуточная аттестация осуществляется в форме зачета результатов текущего контроля разделов (модулей) 1-2 за счет часов самостоятельной работы. АИ – аттестация по итогам освоения программы. Аттестация по итогам освоения программы осуществляется в форме зачета результатов текущего контроля за счет часов самостоятельной работы.

2.2. Рабочая программа

1 урок. Дыхание 1

Теория: Дыхание 1.

Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

2 урок. Дыхание и настройка работы органов дыхания на лице

Теория: Дыхание и настройка работы органов дыхания на лице.

Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

3 урок. Дыхание 2

Теория: Дыхание 2.

Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

4 урок. Удлиняем

уздечку Теория: Удлиняем

уздечку. Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

5 урок. Раскрытие грудного

отдела Теория: Раскрытие грудного

отдела. Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

6 урок. Удлиняем шею +

обезболивающее Теория: Удлиняем шею +

обезболивающее. Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

7 урок. Осанка, походка и грудной

отдел Теория: Осанка, походка и грудной

отдел. Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

8 урок. Открывание рта, глотание, жевание

Теория: Открывание рта, глотание, жевание.

Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

9 урок. Тазовое дно и

дыхание 1 Теория: Тазовое дно и

дыхание 1. Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

10 урок. Учимся улыбаться + 3 вида скул

Теория: Учимся улыбаться + 3 вида скул.

Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

11 урок. Тазовое дно и

дыхание 2 Теория: Тазовое дно и

дыхание 2. Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

12 урок. Центр лица,

мимика Теория: Центр лица,

мимика. Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

Промежуточное тестирование (11 вопросов)

Теория:

-Практика: -

Материалы: тест из 11 вопросов.

Самостоятельная работа: выполнение теста.

13 урок. Ягодицы

стоя Теория: Ягодицы

стоя. Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

14 урок. Межбровка,

глаза Теория: Межбровка,

глаза. Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

15 урок. Ягодицы и стопы Теория: Ягодицы и стопы. Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

16 урок. Подтяжка лица и глаз Теория: Подтяжка лица и глаз. Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

17 урок. Живот и поясница Теория: Живот и поясница. Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

18 урок. Асимметрия Теория: Асимметрия. Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

19 урок. Расслабление поясницы и живот

Теория: Расслабление поясницы и живот.

Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

20 урок. Все лицо и шея за 30 минут Теория: Все лицо и шея за 30 минут. Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

21 урок. Динамический стрейч (тренировка на все тело)

Теория: Динамический стрейч (тренировка на все тело).

Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

22 урок. Комплексный урок на все лицо

Теория: Комплексный урок на все лицо.

Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

23 урок. Экспрессы на

тело Теория: Экспрессы на

тело. Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

24 урок. Экспрессы на

лицо Теория: Экспрессы на

лицо. Практика: -

Материалы: видеоматериал по теме занятия (урока).

Самостоятельная работа: самостоятельная работа по усвоению материала аудиторного занятия; выполнение упражнения (задания) на странице темы (урока).

Итоговое тестирование (39 вопросов)

Теория:

-Практика: -

Материалы: тест из 39 вопросов.

Самостоятельная работа: выполнение теста.

3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

3.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график определяет продолжительность обучения, последовательность обучения, текущего контроля и аттестации.

Наименование раздела (модуля) согласно учебному плану	Недели обучения								Итого, ак, час
	1	2	3	4	5	6	7	8	
Уроки 1-24	у	у	у	у п	у	у	у	у и	-
Аудиторные занятия, ак.час.	6		7		6		7		26
Самостоятельная работа, ак.час	7		6		6		6		25
Всего часов, ак.час.	13		13		12		13		51

у – аудиторные часы и самостоятельная работа (в т.ч. консультации)

п – промежуточная аттестация

и – аттестация по итогам освоения программы

3.2. Материально-технические условия реализации программы

Программа реализуется исключительно с применением электронного обучения и дистанционных технологий на платформе по адресу: <https://getcourse.ereminaolga.ru/teach/control/stream/view/id/934462241>

Для успешного обучения с использованием электронного обучения и дистанционных технологий рекомендуется соблюдать определенные требования к программному обеспечению персонального компьютера:

- подключение к сети Интернет со скоростью минимально 3 Мбит/с, доступ к сети по протоколам HTTP.
- на компьютере также должен быть установлен комплект соответствующего программного обеспечения (ОС не ниже Windows 7).

Также необходимо наличие динамиков (наушников).

Для просмотра электронных образовательных ресурсов необходимо входить в личный кабинет на портале через:

- Компьютер, необходима версия браузера: Internet Explorer 9 или выше; Mozilla Firefox 45 или выше; Google Chrome 48 или выше; Microsoft Edge.
- Телефон, версия: iOS 9. x или выше (для iPad и iPhone); Android 4.4 или выше.

3.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Образовательная программа обеспечена учебно-методическими материалами посредством:

- учебно-методических разработок в электронной форме, размещенных в личных кабинетах обучающихся на платформе по адресу <https://itgarden.getcourse.ru/my> в том числе видео-занятия, учебные материалы;

- платформы системы дистанционного обучения (СДО) по адресу <https://getcourse.ereminaolga.ru/teach/control/stream/view/id/934462241>

электронные библиотеки:

- Научная электронная библиотека eLIBRARY <https://elibrary.ru> ;
- Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» <https://cyberleninka.ru/> .

Для использования Интернет-ресурсов информационно-библиотечного комплекса необходима предварительная регистрация обучающегося. Рекомендованная образовательной программой литература доступна к изучению в свободном доступе после регистрации на сайте электронной библиотеки. Ссылки для доступа в электронные библиотеки размещаются в личном кабинете обучающегося в СДО в разделе «Электронная библиотека».

Список литературы, доступной в электронных библиотеках :

Дыхание:

Теоретические аспекты применения дыхательных гимнастик для оздоровления: за и против

Собянин Ф. И.

<https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskie-aspekty-primeneniya-dyhatelnyh-gimnastik-dlya-ozdorovleniya-za-i-protiv>

Осанка и грудной отдел:

Современные представления об осанке (обзор литературы)

Толстова Т. И., Пудова Т. И.

<https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-predstavleniya-ob-osanke-obzor-literatury>

Обзор современных методов коррекции кифолордотической осанки

Бабыдов Е. А., Мусабекова Ж. Б.

<https://cyberleninka.ru/article/n/obzor-sovremennyh-metodov-korreksii-kifolordoticheskoy-osanki>

ВНЧС, жевание, глотание:

Роль и значение внедрения программы профилактики заболеваний височно-нижнечелюстного сустава у людей пожилого и старческого возраста

Сеферян К. Г., Шакаръяни Л. В.

<https://cyberleninka.ru/article/n/rol-i-znachenie-vnedreniya-programmy-profilaktiki-zabolevaniy-visочно-nizhnechelyustnogo-sustava-u-lyudey-pozhilogo-i-starческого-возраста>

Стретчинг и мобилизация:

Роль растягивания мышц в физической культуре

Мирзаев Д. А.

<https://cyberleninka.ru/article/n/rol-rastyagivaniya-myshts-v-fizicheskoy-kulture>

Некоторые вопросы оценки функционального состояния мышц

Драгич О. А., Горбачёва Н. В.

<https://cyberleninka.ru/article/n/nekotorye-voprosy-otsenki-funktsionalnogo-sostoyaniya-myshts>

Мимика и выражения:

Современные представления об эволюции эмоциональных выражений и роли анатомических лицевых структур

Ростовцева В. В.

<https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-predstavleniya-ob-evolyutsii-emotsionalnyh-vyrazheniy-i-rol-i-anatomicheskikh-litsevyh-struktur-v-etom-protsesse>

3.4. Кадровое обеспечение программы

К кадровой реализации программы привлекаются педагоги дополнительного образования, требования к которым установлены Федеральным законом от 29.12.2012 N

273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" и Приказом Минтруда России от 22.09.2021 N 652н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых".

4. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Оценка качества освоения образовательной программы проводится в отношении соответствия результатов освоения программы заявленным целям и планируемым результатам.

Оценка качества освоения образовательной программы обучающимися включает текущий контроль, промежуточную аттестацию, аттестацию по итогам освоения программы.

Процедура оценки уровня и качества освоения обучающимися образовательной программы, а также соответствие их планируемым результатам проводится в форме заданий (тесты, практические задания).

5. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ, ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ИНЫЕ КОМПОНЕНТЫ

Программой предусмотрены такие виды аттестации, как текущий контроль, промежуточная аттестация, аттестация по итогам освоения программы.

Текущий контроль – это оперативная оценка уровня знаний, умений, навыков обучающихся относительно заявленных в программе результатов освоения программы по итогам изученных разделов, проводится в течение всего образовательного процесса. Текущий контроль знаний проводится в форме заданий (тесты, практические задания).

Промежуточная аттестация – это оценка уровня и качества освоения обучающимися содержания образовательной программы по итогам освоения разделов (уроков) 1-24. Промежуточная аттестация осуществляется в форме зачета результатов текущего контроля.

Аттестация по итогам освоения программы – это оценка уровня и качества достижения результатов, заявленных в программе, в конце всего образовательного периода. Аттестация по итогам освоения программы проводится в форме зачета результатов текущего контроля.

Текущий контроль знаний, промежуточная аттестация и аттестация по итогам освоения программы проводятся в соответствии с оценочными материалами, содержащими контрольно-измерительные материалы и критерии оценивания освоения программы.

Критерии оценки результатов освоения программы в процессе текущего контроля, промежуточной аттестации и аттестации по итогам освоения программы представлены в таблице:

Текущий контроль (тесты и/или практические задания)	Высокий уровень – на все три вопросы теста темы (урока) даны правильные ответы с первой попытки и на вопросы задания (при наличии), требующие письменного ответа, даны полностью правильные развернутые ответы с пояснениями (при необходимости). Средний уровень – на два из трех вопросов теста темы (урока) даны правильные ответы с первой попытки и/или на вопросы задания (при наличии), требующие письменного ответа, даны развернутые ответы с пояснениями (при необходимости) незначительными ошибками. Низкий уровень – менее чем на два из трех вопросов теста темы (урока) даны правильные ответы с первой попытки и/или на вопросы задания
--	--

	(при наличии), требующие письменного ответа, даны ответы, содержащие грубые ошибки или нет ответа.
Промежуточная аттестация (предусмотрена учебным планом по итогам освоения разделов (уроков) 1-24)	Высокий уровень – все задания текущего контроля пройденных тем выполнены на высоком уровне. Средний уровень – задания текущего контроля пройденных тем выполнены на высоком или среднем уровне и допускается не более одного задания, выполненного на низком уровне. Низкий уровень – более одного задания текущего контроля пройденных тем выполнено на низком уровне.
Аттестация по итогам освоения программы (предусмотрена учебным планом по итогам освоения всех разделов (модулей) программы)	Высокий уровень – все задания текущего контроля выполнены на высоком уровне. Средний уровень – задания текущего контроля всех модулей выполнены на высоком или среднем уровне и допускается не более трех заданий, выполненных на низком уровне. Низкий уровень – более трех заданий текущего контроля всех модулей выполнено на низком уровне.

Задания (тесты, практические задания) для контроля (аттестации) размещены в системе дистанционного образования по адресу: <https://getcourse.ereminaolga.ru/teach/control/stream/view/id/934462241>, на страницах соответствующего раздела (урока) программы, они доступны авторизованному пользователю платформы, зачисленному в качестве обучающегося.

Обучающийся после освоения материалов соответствующего раздела выполняет задания в любое удобное ему время.

Обучающимся, выполнившим 80% -100% заданий программы выдается сертификат об освоении программы. Обучающимся, выполнившим менее 80% заданий, выдается справка об обучении.