

АДМИНИСТРАЦИЯ БАГАНСКОГО РАЙОНА НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БАГАНСКИЙ
ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА

Рассмотрена на заседании
педагогического Совета
Протокол № 6
От 31.08.2025 г.

Утверждаю:

Директор МБОУ ДО Баганского
Дома детского творчества

Л.В. Остертаг

Приказ № 143-од от 31.08.2025 г.

АДАПТИРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ТЕХНИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Компьютер и Нейросети»

Уровень: стартовый

Возраст обучающегося: 16 лет

Срок реализации программы: 1 год
(Целевая группа: обучающиеся с РАС)

Автор составитель:

Гамагина Светлана Михайловна,
педагог дополнительного образования

с.Баган, 2025 год

РАЗДЕЛ I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Компьютер и Нейросети» имеет техническую направленность и формирует у детей-инвалидов с РАС (расстройством аутистического спектра) и легкими интеллектуальными нарушениями основы технологической грамотности: компьютерной и информационной.

Программа спроектирована с учетом образовательных потребностей, обучающихся с ОВЗ.

При разработке программы учитывалось «Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 N ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с "Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей")».

Актуальность. Программа разработана в соответствии с потребностями детей -инвалидов с РАС и запросами их родителей.

По данным ВОЗ, каждый год в мире становится на 13% больше детей с аутизмом. Результаты Всероссийского мониторинга состояния образования обучающихся с РАС ежегодно проводимого Минпросом РФ совместно с Федеральным ресурсным центром по организации комплексного сопровождения детей с расстройствами аутистического спектра (ФРЦ МГППУ) - общая численность людей с РАС, охваченных системой образования в 2022 году – 45888 человек.

С целью эффективной реализации федерального проекта «Все лучшее детям» - инициативы Национального проекта «Молодежь и дети», направленных на обеспечение доступного и качественного образования, медицинского обслуживания и культурного развития для всех детей страны, в МБОУ ДО Баганском Доме детского творчества реализуются адаптированные дополнительные общеразвивающие программы для детей – инвалидов по техническому творчеству.

Умение пользоваться компьютером и нейросетями, способами их практического применения в повседневной и творческой деятельности, предоставит обучающимся с РАС возможность познакомиться с передовыми цифровыми технологиями. Обучение детей этим технологиям способствует формированию базового понимания искусственного интеллекта, что является важной частью общего развития обучающихся в контексте всё более цифровизированного мира. Поэтому такая программа поможет гибко адаптироваться к изменяющемуся технологическому ландшафту и будет способствовать развитию интеллектуального потенциала молодежи России.

Знания, приобретаемые на занятиях, актуальны каждый день. Обучающиеся получают не только начальные навыки работы с компьютером, но и навыки

преобразования информации в текстовые или визуальные формы; знакомятся с использованием Интернета и нейросетей для решения жизненных задач. Большинство разделов данной программы предполагает формирование технологических навыков, часть из них носит ознакомительный, информационный характер.

Основные идеи, на которых базируется программа

В современной педагогике особое внимание уделяется комплексу поведенческих навыков, которые формируются у ребенка в процессе его социализации. В педагогической литературе этот комплекс навыков объединен общим названием «Lifeskills» («жизненно важные навыки»). На занятиях компьютерной грамотности у обучающихся формируются следующие жизненно важные навыки (см. приложение №5):

- управления эмоциями, адекватного поведения в стрессовых ситуациях;
- работы с информацией;
- позитивного и конструктивного отношения к собственной личности;
- общения;
- продуктивного взаимодействия.

Принцип гибкости и адаптивности позволяет развивать индивидуальный подход в зависимости от условий цифрового образовательного процесса. Цифровой образовательный процесс позволяет автоматически подстроить программу под каждого обучающегося, принимая во внимание такие аспекты, как порядок, способ и темп предоставления учебного материала. Также данный принцип учитывает уровень и характер педагогической поддержки.

Отличительной особенностью программы «Компьютер и Нейросети» является цифровизация образовательного процесса, что представляет собой обоюдную трансформацию образовательного процесса, формирующегося под современные условия, и современных технических средств, которые внедряются в образовательный процесс.

Целью преобразования образовательного процесса является применение возможностей цифровых технологий с максимальной эффективностью, их адаптация и максимально удобное встраивание в процесс обучения для максимально комфортного решения поставленных педагогических задач.

Другая важная особенность состоит в том, что программа направлена в своей основе на коррекционно-развивающую и социально-адаптационную деятельность, и состоит в упрощенной форме подаче материала, доступной для восприятия, под постоянным индивидуальным сопровождением процесса обучения ребенка-инвалида с РАС. Владение информационными технологиями благотворно влияет на формирование личности ребёнка с РАС, что значительно повышает самооценку ребёнка.

Цифровая грамотность — это набор компетенций, необходимых для полноценного участия в жизни общества. Он включает в себя знания, навыки и модели поведения, связанные с эффективным использованием цифровых устройств, таких как смартфоны, планшеты, ноутбуки и настольные ПК, в целях общения и самовыражения.

Целевая аудитория

Обучающиеся 15-16 лет с РАС и легкими интеллектуальными нарушениями. Программа разработана с учётом особенностей обучающихся данного возраста, нозологических отклонений в развитии, требующих индивидуальной коррекции.

У подростков с расстройством аутистического спектра с лёгкой степенью умственной отсталости затруднения в обучении обусловлены недоразвитием высших психических функций: мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально-волевой сферы, а также низкой мотивацией и контролем своей деятельности, сложностью в распознавании и интерпретации сенсорных раздражителей, знаков и символов и др.

Имеются выраженные проблемы организации внимания, сосредоточения на речевой инструкции, её полного понимания, дети с трудом сосредотачивают внимание на чем-то одном. Проявляются недостаточные познавательные способности, отмечаются нарушения мелкой моторики, зрительного восприятия и пространственной ориентировки, повышенная утомляемость интеллектуальной и эмоциональной сфер - сложно концентрировать внимание и запоминать, медлительность, трудности понимания речи, чтения и письма, снижение активности из-за страха перед неодобрением, что сказывается на познавательном развитии.

Новый материал усваивается медленно, только после многочисленных повторений. Подросток испытывает трудности восприятия пространства и времени, что мешает ориентироваться в окружающем мире. Эмоционально-волевая сфера нарушена, эмоции неустойчивы, эмоциональные реакции могут быть неадекватны источнику, и подросток не может оценить возможные последствия тех или иных событий и своих поступков, что характерно для обучающихся с интеллектуальными нарушениями.

Обучающиеся с РАС в отношениях с людьми проявляют задержку эмоционального развития, социальную незрелость, наивность. Отмечается слабость или чрезмерная выраженность эмоций обиды, удивления, гнева, избирательная сформированность внешней произвольной регуляции на свет, звук, прикосновения, уклонение от глазного контакта с педагогом и близкими людьми, отсутствие оживления при контакте, нежелание вступать в коммуникацию, речевые стереотипии и пр. Испытывают трудности общения - ранимость, тормозимость в контактах и проблемы организации диалога и произвольного взаимодействия. Нуждаются в одобрении поведения, поддержке в выработанной форме. Обучающиеся стремятся строить свои отношения с миром только опосредованно, через взрослого человека. С его помощью они контролирует контакты со средой, и стараются обрести устойчивость в нестабильной ситуации.

Недоразвитие речи, несформированность процесса письма и стойкое выраженное нарушение познавательной деятельности, низкий уровень обучаемости **не являются** препятствием для занятий на компьютере, умении использовать нейросети для создания творческих цифровых проектов.

Обучающиеся с РАС способны к развитию, хотя развитие осуществляется замедленно, но оно вносит качественные изменения в психическую деятельность детей-инвалидов, в их личностную сферу, социальное развитие.

Объём программы 72 часа. Количество часов в неделю: 2.

Срок освоения -1 год, 36 недель (с 01.09.2025 г. по 31.05.2026 г.).

Форма обучения: очная, индивидуальная,

Язык обучения – русский

Уровень программы- стартовый.

Особенности

Занятия проводятся индивидуально –2 раза в неделю по 1 часу - 30 минут. Занятия имеют практико-ориентированную направленность. Для занятий по адаптированной программе необходима справка ПМПК или инвалидности, заявление родителей.

Цель программы: социализация детей с РАС и с легкими интеллектуальными нарушениями на основе развития элементарных навыков работы на компьютере и умения пользоваться нейросетями.

Задачи программы:

Личностные:

- сформировать доброжелательное отношение к окружающим, позитивное отношение к себе, веру в себя, свои возможности;
- развивать трудолюбие, аккуратность, усидчивость, целеустремленность, терпение;
- развивать интерес к современным информационным технологиям.

Метапредметные:

- способствовать развитию информационной грамотности;
- способствовать расширению словарного запаса;
- развивать коммуникативные навыки.

Предметные:

- способствовать формированию навыков работы на компьютере;
- познакомить с приемами работы в текстовом редакторе, графическом редакторе, приемами создания презентаций;
- познакомить с нейросетями: Алиса, GigaChat, Шедеврум.
- формировать первичные навыки работы с информацией: открывать и сохранять файл на жестком диске, перемещать и копировать файл, осуществлять поиск информации в интернете.

Коррекционно-развивающие, оздоровительные:

- познакомить обучающегося с ТБ, необходимой при работе с ПК;
- обучить приемам выполнения гимнастики, рекомендуемой при работе за компьютером;
- развивать возможности сосредотачиваться на задании и целенаправленно его выполнять;
- развивать подвижность, увеличивать объем зрительных, слуховых, моторных восприятий;

- развивать владение устной речью и умению вести диалог;
- Обучить ребенка обращаться за помощью;
- стимулировать мотивацию к творчеству; создавать условия для переживания и осознания интеллектуального удовольствия, сопровождающего процесс создания нового.

Учебный план

| № п/п | Разделы и темы занятий | Количество часов | | | Формы контроля/ аттестации |
|----------|---|----------------------------------|------------|--------------|-------------------------------|
| | | общее кол- во часо в | теори я | практи ка | |
| 1 | Введение. Знакомство ТБ работы на компьютере. | 1 | 1 | 0 | Наблюдение, беседа |
| 2 | Графический редактор: Paint | 8 | 2 | 6 | Наблюдение |
| 3 | Текстовый процессор Microsoft Word | 8 | 2 | 6 | Наблюдение |
| 4 | Мастер презентаций PowerPoint | 8 | 2 | 6 | Наблюдение |
| 5 | Проектная деятельность. Нейросети. | 46 | 10 | 36 | Наблюдение |
| 6 | Итоговое занятие | 1 | | 1 | Презентация проекта |
| | Итого | 72 | 17 | 55 | |

Содержание программы

1. Введение. Знакомство. Инструктаж по ТБ

Теория: Устройство компьютера.

Практика: Работа на клавиатуре. Буквы. Цифры. Набор текста разными шрифтами.

2. Графический редактор: Paint

Теория: Знакомство с графическим редактором Paint- простейшей графической программой, предназначенная для работы с растровыми графическими изображениями. Возможности Paint для создания простейших графических иллюстраций. Палитра. Композиция. Текст и графика.

Встраивание изображений в текстовые документы.

Практика. Построение изображений по выбору обучающихся. Построение композиций из нескольких изображений по выбору обучающегося. «Рисуем картину!» в программе Paint 3 d. Построение изображений пейзажа по выбору обучающегося.

3. Текстовый процессор Microsoft Word

Теория. Представление об основных возможностях текстового редактора. Виды шрифтов. Размер шрифта.

Практика. Ввод текста. Панель меню, вкладка. Вставка. Практика: Простейшее редактирование текста (поля, абзац, красная строка). Создание таблицы в текстовом документе. Шрифт, размер, выравнивание. Составление документа с заголовком. Использование различных шрифтов. Заливка. Рисование при помощи уже готовых геометрических форм и фигур.

4. Мастер презентаций PowerPoint

Теория. PowerPoint - программа подготовки презентаций и просмотра презентаций, являющаяся частью Microsoft Office. Использование презентаций в рекламе, для сопровождения выступлений. Использование в презентациях графики, звукового оформления, анимации. Особенности программы PowerPoint и её инструменты.

Практика: Просмотр разных видов презентаций. Вставка текста и картинок в слайд. Создание презентации со вставкой текста, фотографий и картинок. Создание тематической презентации с вставкой текста, фото и картинок.

5. Проектная деятельность. Нейросети.

Теория. Виды творческих проектов. Требования к оформлению проектов. Этапы разработки проектов. Требования в защите проектов.

Российские нейросети: Алиса, GigaChat, Шедеврум, - для создания уникальных изображений и текстов;

Чат Яндекс GPT 3, Яндекс Нейро. Промты. Интерфейс чатов.

Практика: выбор темы проекта, проектирование.

Построение изображений в нейросети по выбору. Поиск информации в интернете. Подготовка к защите проекта. Защита проекта. Участие в конкурсах.

6. Итоговое занятие

Выступление перед родителями с подготовленной презентацией и анимацией.

Планируемые результаты

Личностные:

- сформировано доброжелательное отношение к окружающим, позитивное отношение к себе, веру в себя, свои возможности;
- развито трудолюбие, аккуратность, усидчивость, целеустремленность, терпение;
- развит интерес к современным информационным технологиям.

Метапредметные:

- развита информационная грамотность;
- расширен словарный запас;
- будут развиты коммуникативные навыки.

Предметные:

- сформированы навыки работы на компьютере;
- ознакомлены с приемами работы в текстовом редакторе, графическом редакторе, приемами создания презентаций;

- ознакомлены с нейросетями: Алиса, GigaChat, Шедеврум;
- сформированы первичные навыки работы с информацией: умеют открывать и сохранять файл на жестком диске, перемещать и копировать файл, осуществлять поиск информации в интернете.

Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий

Для успешной реализации, адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Компьютер и Нейросети» составлен **календарный учебный график** (Приложение № 1)

| Год обучения | Дата начала занятий | Дата окончания занятий | Количество учебных недель | Количество учебных дней | Количество учебных часов | Режим занятий |
|----------------|---------------------|------------------------|---------------------------|-------------------------|--------------------------|---------------------------|
| 1 год обучения | 01 сентября 2025 | 31 мая 2026 | 36 | 72 | 72 | 2 раза в неделю по 1 часу |

Условия реализации программы

Занятия по программе проводятся в кабинете с удобной мебелью и хорошей освещённостью, соответствующего Постановлению государственного санитарного врача Российской Федерации от 17.03.2025 № 2 «О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2».

Материально-техническое обеспечение

Для организации процесса обучения на компьютере имеются: столы с плоской поверхностью площадью приблизительно 1 квадратный метр.

-Обучающийся может свободно передвигаться и не быть ограниченным рамками стола (чтобы в дальнейшем на занятиях, ребенок мог подойти к любому, интересующему его элементу, пощупать, потрогать).

-бумага А4, фотобумага.

-компьютер (ноутбук) с выходом в интернет, принтер.

Кадровые и информационные условия: Программу стартового уровня реализует педагог дополнительного образования, обладающий профессиональными знаниями в предметной области, знающий специфику данного направления, имеющий практические навыки в сфере организации работы с детьми с ОВЗ и инвалидами по изучению компьютера, прошедший курсы повышения квалификации по работе с детьми с ОВЗ: «Организация деятельности педагога-дефектолога: специальная педагогика и психология (работа с обучающимися с нарушениями интеллекта, с тяжелыми и множественными нарушениями развития)», «Использование игр и игровых технологий при работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья в соответствии с требованиями ФГОС».

Информационное обеспечение:

1. Компьютерные программы и видео уроки с сайта <http://videouroki.net> (дата обращения: 14.08.2025). – Режим доступа: свободный. – Видео. Текст: электронный.
2. Нейросеть Алиса для решения любых задач - <https://alice.yandex.ru/?ysclid=mi0eqwxey300420193> - (дата обращения: 15.08.2025). – Режим доступа: свободный. – Текст: электронный.
3. GigaChat — русскоязычная нейросеть от Сбера - <https://giga.chat/> (дата обращения: 14.08.2025). – Режим доступа: свободный.
4. Создать картинку — Шедеврум - <https://shedevrum.ai/text-to-image> (дата обращения: 14.08.2025). – Режим доступа: свободный.

Формы аттестации

Формами аттестации/контроля по основным темам программы являются: устный опрос, презентация, наблюдение.

Используются такие виды контроля адаптированной дополнительной общеобразовательной обще развивающей программы «Компьютер и Нейросети»: в виде оформления Протокола наблюдений (Приложение № 7)

- входной (позволяет выявить начальный уровень подготовки обучающихся по профилю программы); проводится в форме собеседования;
- текущий (осуществляется на каждом занятии обычно в конце), оценка работы обучающегося педагогом и самооценка ребенка;
- промежуточный (в середине учебного года) – выявление актуального уровня подготовки обучающихся в соответствии с содержанием программы, в виде выставочного просмотра учебных и творческих работ;
- итоговый контроль (по окончании срока реализации программы, в конце учебного года) – позволяет определить общую результативность реализации программы, в форме публичной презентации продуктивных результатов обучающихся

Оценочные материалы определяют уровень подготовки обучающихся:

Система оценивания

Балльная система оценки навыков:

- 0 баллов — навык не сформирован
- 1 балл — навык сформирован частично
- 2 балла — навык сформирован полностью (Приложение № 7-8);
- степень самостоятельности (самостоятельно, по образцу, по инструкции, с небольшой технической помощью, вместе со взрослым).

Методические материалы

Необходимый комплекс технологий при обучении с использованием ИКТ

- материал для обучения (методические пособия; видео, аудио материалы);
- получение знаний через общение, консультации осуществляются посредством интернет-технологий (видео, аудио, текстовые конференции и прямые трансляции);
- итоговые проекты обучающихся;
- контроль успеваемости (журнал успеваемости группы).

Методы обучения:

- Наглядные - иллюстрации, демонстрации, видео.
- Практические работы, упражнения.
- Словесные – рассказ, беседа, объяснение, сопровождаемые наглядными материалами.
- Показ принципа исполнения – показ технологии исполнения работы.
- Стимуляции речевой активности и коммуникации – словесные отчеты о выполненных действиях, формулирование вопросов, поддержание «рабочего» диалога.
- Индивидуальный темп обучения.
- Создание ситуации успеха, комфортной обстановки на занятиях.

Педагогические технологии

- Метод проблемного обучения – метод, когда процесс решения задачи обучающимся, со своевременной и достаточной помощью педагога, приближается к творческому процессу.

- Здоровье – сберегающие технологии (физминутки, гимнастика для глаз).
- Педагогической поддержки.

Формы занятий

Ознакомительное занятие педагог проводит теоретическое знакомство обучающегося с новым разделом программы. Практическая работа.

Итоговое занятие обобщает результаты определённого учебного периода проходит в виде презентации творческих работ.

Формы работы

В процессе обучения используется следующие формы работы:

Индивидуальная форма обучения предусматривает работу с детьми – инвалидами с РАС.

Форма организации занятий: длительность занятия - 30 минут. Длительность работы за компьютером - 20 минут. Учитываются психофизические особенности обучающихся.

Занятие идет в учебном диалоге, теоретической и практической - работе на компьютере. Это обусловлено с одной стороны тем, что время нахождения ребенка за компьютером строго регламентировано, а с другой - психофизическими особенностями.

Теоретическая часть содержит элементарные сведения об основных понятиях информатики (алгоритм, информация, интернет, нейросети, промты, компьютерная безопасность и др.) и т.д. Форма подачи теоретических сведений может быть различна: рассказ педагога, прослушивание записи, просмотр ролика, выполнение заданий и т.д. Материал должен подаваться небольшими порциями в простой, доступной форме с опорой на жизненный опыт ребенка и соблюдением межпредметных связей.

Практическая часть представлена упражнениями, выполнение которых требует умения выполнять манипуляции с мышью: наводить курсор на нужное слово, картинку, фиксировать выбор путем нажатия и удерживания кнопки мыши (принцип «DRAG and DROP» - «Зацепился и тащи»); умения открыть и закрыть

нужную для работы программу; умения сохранить нужную информацию на жестком диске; умения найти нужную информацию на жестком диске и в Интернете. При работе с пакетом офисных программ обучающийся должны уметь создать, сохранить, отредактировать и распечатать текст, отсканировать рисунок. При ознакомлении с нейросетями выполняется проектная работа с созданием анимации и изображений. Творческие работы принимают участие в районных конкурсах для детей с ОВЗ и бесплатных российских конкурсах (Всероссийский конкурс талантов для детей с ограниченными возможностями здоровья «Разноцветные мечты», ежегодный муниципальный конкурс детского творчества для детей с ограниченными возможностями «Лучи солнца»).

Программой предусмотрено выполнение творческих работ: поздравительных открыток к праздникам, создание презентаций о семье, родном крае.

Алгоритм учебного занятия

1. Организационный момент. Приветствие, тема и задачи занятия.
2. Повторение и закрепления изученного ранее материала.
3. Изложение новой темы (теоретические сведения).
4. Практическая работа.
5. Рефлексия.
6. Прощание.

Дидактический материал

Наглядные пособия

- алгоритмы, схемы, образцы, инструкции;
- дидактические игры;
- компьютерные развивающие игры.

Раздаточный материал

- карточки с индивидуальными заданиями;
- инструкции.

Рабочая программа воспитания

Цель – совершенствование воспитательной среды, способствующей комфортному вхождению обучающихся в систему социальных отношений и успешной социализации.

Задачи:

1. Налаживать контакт «ребенок-родитель», «ребенок-педагог», «педагог-родитель» и мотивировать на позитивное общение и совместную творческую деятельность.

2. Развивать коммуникативные качества.

3. Развивать социальную активность через участие в конкурсной деятельности.

Направления воспитания

1. Формирование духовно-нравственных качеств.
2. Творческое и эстетическое воспитание.
5. Воспитание семейных ценностей.

Планируемые результаты

1. Будут формироваться нравственные качества обучающегося через совместную

творческую деятельность педагога, обучающегося и родителей.

2. Обучающийся будет мотивирован к творческой активности.

3. Будет налажен контакт, позитивное общение и совместная деятельность между обучающимся, родителями и педагогом.

Календарный план воспитательной работы

| № п/п | Название мероприятия, события | Сроки | Форма проведения | Практический результат и информационный продукт, илюстрирующий успешное достижение цели события |
|----------|---|----------|--|---|
| 1. | Праздник «Золотая осень» | Сентябрь | Игровая программа на уровне Дома творчества | Фото- видеоматериалы с праздника |
| 2. | Экскурсия | Октябрь | Знакомство с ребятами из других технических объединений. | Фото материалы. |
| 3. | Праздник, посвященный Дню матери | Ноябрь | Концертная программа МБОУ ДО Баганского Дома детского творчества | Фото- видеоматериалы с праздника |
| 4. | «Мастерская Деда Мороза» | Декабрь | Изготовление подарка родителям | Фото-материалы. Вручение Новогодней открытки родителям. |
| 5. | Участие в дистанционных конкурсах. | Январь | Создание презентации по выбранной теме. | Дипломы обучающихся |
| 6. | Участие в празднике, посвященном Дню защитника Отечества. | Февраль | Создание поздравительной открытки с использованием нейросетей. | Отправка поздравления военнослужащим |
| 7. | Подарок маме. | Март | Создание книжки с фото графиями и рисунками. | Вручение поздравления |
| 8. | Праздник День космонавтики | Апрель | Создание презентации с использованием нейросетей | Презентация в школе «Буратино» |
| 9. | Муниципальный конкурс для детей с ОВЗ «Радуга солнца» | Май | Представление творческого продукта | Фото-видеоматериалы сайте Дома творчества и ВК |

Нормативные документы

1. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».
2. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ-273).
4. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
5. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р).
6. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678).
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»).
9. Национальный проект "Молодежь и дети".
10. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н "Об утверждении «Шеедеврум»
11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
12. Устав Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования Баганского Дома детского творчества.
17. Положение о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах, в том числе адаптированных, Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования Баганского Дома детского творчества.

Литература, использованная при составлении программы

1. Горячев, А.В., Горина, К.И., Волкова, Т.О. Информатика в играх и задачах./ А.В. Горячев, К.И.Горина, Т.О. Волкова //Учебник в 2-х частях. Изд. 3-е испр. – Москва : Балласс: Издательство Школьный дом. 2024. - 2
2. Левин, А.Ш. Самоучитель работы на компьютере. Начинаем с Windows. 3-е изд. – Санкт-Петербург : Питер, 2022 – 718 с.: ил.
3. Макарова, Н.В. Информатика и ИКТ. Учебник. Начальный уровень. 2013.
4. Методические рекомендации по разработке адаптированных дополнительных общеобразовательных программ и дополнительных общеобразовательных программ

для детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в рамках инклюзивных групп / сост. М. А. Логинова. –2-е изд. изм. – Новосибирск: ГАУ ДО НСО «ОЦРТДиЮ», РМЦ ДОД, 2023. – 59 с.

5. [Клякс@.net][Информатика и ИКТ в школе. Компьютер на уроках.][Главная страница] -<https://www.klyaksa.net/>

Литература и источники информации для обучающихся и их родителей

1. Симович, С.В. Мой первый компьютер: Книга для детей, учителей, родителей. – Москва: АСТ-ПРЕСС, Инфорком-Пресс, 1998. – 144 с.
2. Угринович, Н. Информатика и информационные технологии: Учебное пособие для 10-11 классов. М.: Лаборатория Базовых Знаний, 2000.

Интернет – ресурсы для родителей и обучающихся

1. Компьютерные программы и видео уроки с сайта <http://videouroki.net> (дата обращения: 14.05.2024). – Режим доступа: свободный. -Текст: электронный.
2. Шедеврум — с нейросетями Яндекса для создания картинок и видео-<https://онлайн-> <https://shedevrum.ai/> - (дата обращения: 15.08.2025). – Режим доступа: свободный. -Текст: электронный.
3. Нейросеть Алиса для решения любых задач - <https://alice.yandex.ru/?ysclid=mi0eqwxey300420193> - (дата обращения: 15.08.2025). – Режим доступа: свободный. -Текст: электронный.

Приложение № 1

| № | Дата проведения занятия | Время проведения занятия | Форма и вид занятия | Кол-во часов | Тема занятия | Место проведения занятия | Форма контроля |
|---|-------------------------|--------------------------|--|--------------|---|--|--------------------|
| 1 | 2 сентября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Беседа | 1 | Вводное занятие «Мой друг-компьютер!» Инструктаж по безопасности: правила ТБ, ПБ, ПДД, АТБ | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества, Каб. 14 | Беседа, наблюдение |
| 2 | 4 сентября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Графический редактор: Paint – 8 часов Теория: Знакомство с графическим редактором Paint. Возможности Paint для создания простейших графических иллюстраций Практика: Навигация программы | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 3 | 9 сентября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Выбор и изменение палитры Теория: Понятие о палитре Практика: Рисование широкой кистью | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 4 | 11 сентября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Композиция. Теория: Понятие о композиции Практика: Рисование пером и кистью Композиция из 3 предметов | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 5 | 16 сентября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Текст и графика Теория: Вставка. Практика: Вставка изображения в текст | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 6 | 18 сентября | 12.00-12.30 | | 1 | «Рисуем картину!» Практика: Рисунок по выбору обучающегося | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества | наблюдение |

| | | | | | | | |
|----|-------------|--------------------|-------------------------------------|---|---|---|------------|
| 7 | 23 сентября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | «Пейзаж» Теория: Понятие о пейзаже Практика: Рисование пейзажа в Paint 3D | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 8 | 25 сентября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Практика: Рисование кистью и пером геометрических тел | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 9 | 30 сентября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Практика: Рисование праздничной открытки | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 10 | 2 октября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Текстовый процессор Microsoft Word -8 часов Теория: Основные возможности текстового редактора Практика: панель, меню | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 11 | 7 октября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Теория: Виды шрифтов Практика: Набор текста различными шрифтами | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 12 | 9 октября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Практика: Размеры шрифтов. Изменение цвета шрифта. Форматирование текста | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 13 | 14 октября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Практика : Редактирование текста Фигурный шрифт | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 14 | 16 октября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Составление документа Практика: Абзац. Красная строка. | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 15 | октября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Практика: Составление документа. Папки и файлы | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | |

| | | | | | | | |
|----|------------|--------------------|-------------------------------------|---|---|---|------------|
| 16 | 21 октября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Практика: Создание праздничной открытки. Цветной фон. Различные шрифты | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 17 | 23 октября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Мастер презентаций PowerPoint Теория: Запуск и настройка PowerPoint Окно программы Практика. Упражнения на запуск программы | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | |
| 18 | 6 ноября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Теория: Объекты презентации: текст, диаграмма, фото, рисунок, видео Практика: Вставка текста | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 19 | 11 ноября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Практика: Этапы создания презентации Титульный лист. Разработка структуры презентации | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 20 | 13 ноября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Практика: выбор шрифта для заголовка Основного текста, пометок | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 21 | 18 ноября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Дизайн презентации. Подбор цветовой палитры | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 22 | 20 ноября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Практика: Добавление изображений с рабочего стола, из интернета | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 23 | 25 ноября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Практика: Дополнительные параметры эффекта: звук, анимация. | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 24 | 27 ноября | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Практика: Использование нейросетей для создания презентации | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |

| | | | | | | | |
|-------|----------------|--------------------|-------------------------------------|---|---|---|------------|
| 25 | 2 декабря | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 1 | Практика: Презентация «Моя семья» | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 26-27 | 4, 9 декабря | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Проектная деятельность. Нейросети Теория: Понятие об ИИ (искусственном интеллекте) Нейросети Практика: Знакомство с нейросетью Алиса | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 28-29 | 16, 18 декабря | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Практика: Нейросеть Алиса AI Голосовое управление нейросетью | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 30-31 | 23, 25 декабря | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Практика: Помощь Неросети Алиса AI в выборе темы проекта (зимние виды спорта, зимние путешествия, зимние игры) | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 32-33 | 13, 15 января | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Теория. Что такое проект? Составление плана проекта с использованием нейросети Алиса AI | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 34-35 | 20, 22 января | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Практика: Подбор информации по теме проекта в интернете. Просмотр видео. | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 36-37 | 27, 29 января | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Практика: Подбор информации по теме проекта в интернете. Просмотр видео. | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 38-39 | 3,5 февраля | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Практика: Подбор информации по теме проекта в интернете. Просмотр видео. Сбор материала в папку. | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 40-41 | 10, 12 февраля | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | . Практика: Подбор информации по теме проекта в интернете. Просмотр видео. Сбор материала в папку. | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |

| | | | | | | | |
|-------|----------------|--------------------|-------------------------------------|---|---|---|-------------|
| 42-43 | 17, 19 февраля | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Практика: Оформление презентации проекта из 7-10 слайдов | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 44-45 | 24, 26 февраля | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Практика: Оформление презентации проекта из 7-10 слайдов | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 46-47 | 3, 5 марта | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Практика: Презентация проекта | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | презентация |
| 48-49 | 10, 12 марта | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Теория. Знакомство с нейросетью GigaChat. Голосовое управление нейросетью Промты | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 50-51 | 17, 19 марта | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Практика. Написание промпов для получения изображений. | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 52-53 | 24, 26 марта | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Практика. Написание промпов для получения изображений. | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 54-55 | 7, 9 апреля | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Теория: Знакомство с нейросетью Шедеврум для получения изображений. Практика: Написание промпов для получения изображений. | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 56-57 | 14, 16 апреля | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Теория: Знакомство с нейросетью Шедеврум для получения изображений. Практика: Написание промпов для получения изображений. | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 58-59 | 21, 23 апреля | 12.00-12.30 | Практическое занятие | 2 | Практика: подготовка проекта для муниципального конкурса. Выбор темы с помощью нейросети. | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |

| | | | | | | | |
|-------|---------------|--------------------|-------------------------------------|---------|--|---|---------------------|
| 60-61 | 28, 30 апреля | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Практика: Подбор информации по теме проекта в интернете. Просмотр видео. Сбор материала в папку. | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 62-63 | 5, 7 мая | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Практика: Оформление презентации проекта из 7-10 слайдов | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 64-65 | 12 мая | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Практика: Оформление презентации проекта из 7-10 слайдов | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 66-67 | 14 мая | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Практика: Оформление проекта в виде презентации из 7-10 слайдов | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 68-69 | 19 мая | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Практика: Предзащита проекта. | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 70-71 | 26 мая | 12.00-12.30 | Индивидуальное Практическое занятие | 2 | Практика: Предзащита проекта. | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | наблюдение |
| 2 | 28 мая | 12.00-12.30 | Групповое Практическое занятие | 1 | Итоговое занятие. Презентация проекта | МБОУ ДО Баганский Дом детского творчества Каб. 14 | Презентация проекта |
| | | | Всего | 72 часа | | | |

ПРИЛОЖЕНИЯ

Требования техники безопасности труда

Персональный компьютер - это электроприбор. От прочих электроприборов он отличается тем, что для него предусмотрена возможность длительной эксплуатации без отключения от электрической сети. Кроме обычного режима работы компьютер может находиться в режиме работы с пониженным электропотреблением или в дежурном режиме ожидания запроса. В связи с возможностью продолжительной работы компьютера без отключения от электросети следует уделить особое внимание качеству организации электропитания.

1. Недопустимо использование некачественных и изношенных компонентов в системе электроснабжения, а также их суррогатных заменителей: розеток, удлинителей, переходников, тройников. Недопустимо самостоятельно модифицировать розетки для подключения вилок, соответствующих иным стандартам. Электрические контакты розеток не должны испытывать механических нагрузок, связанных с подключение массивных компонентов (адаптеров, тройников и т.п.)
2. Все питающие кабели и провода должны располагаться с задней стороны компьютера и периферийных устройств. Их размещение в рабочей зоне пользователя недопустимо.
3. Запрещается производить какие-либо операции, связанные с подключением, отключением или перемещением компонентов компьютерной системы без предварительного отключения электропитания.
4. Компьютер не следует устанавливать вблизи электронагревательных приборов и систем отопления.
5. Недопустимо размещать на системном блоке, мониторе и периферийных устройствах посторонние предметы: книги, листы бумаги, салфетки, чехлы от пыли. Это приводит к постоянному или временному перекрытию вентиляционных отверстий.
6. Запрещается внедрять посторонние предметы в эксплуатационные или вентиляционные отверстия компонентов компьютерной системы.
7. Монитор имеет элементы, способные сохранять высокое напряжение в течение длительного времени после отключения от электросети. Вскрытие монитора пользователем недопустимо ни при каких условиях, вскрытие и обслуживание монитора производиться только в специальных мастерских.
8. Все компоненты системного блока получают электроэнергию от блока питания. Правила техники безопасности не запрещают вскрывать системный блок, например, при установке дополнительных внутренних устройств или их модернизации, но это не относится к блоку питания. Блок питания компьютера - источник повышенной пожароопасности, поэтому вскрытию и ремонту он подлежит только в специализированных мастерских. Блок питания имеет встроенный вентилятор и вентиляционные отверстия, поэтому в нем накапливается пыль, которая может вызвать короткое замыкание. Рекомендуется периодически (1 -2 раза в год) с помощью пылесоса удалять пыль из блока питания через вентиляционные отверстия без вскрытия системного блока. Особенно важно производить эту операцию перед транспортировкой или наклоном системного блока.

Требования к организации занятий

Экран монитора - не единственный источник вредных электромагнитных излучений. Разработчики мониторов достаточно давно и успешно занимаются их преодолением. Меньше внимания уделяется вредным побочным излучениям, возникающим со стороны боковых и задней стенок оборудования. В современных компьютерных системах эти зоны наиболее опасны.

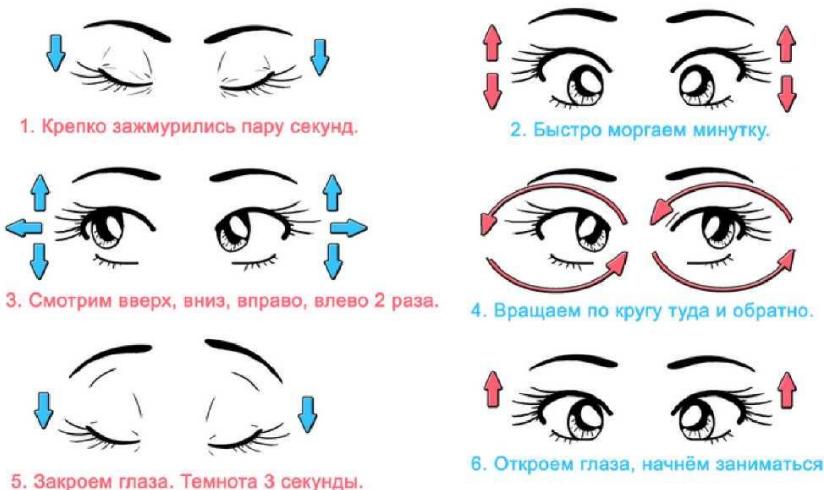
1. Монитор компьютера следует располагать так, чтобы задней стенкой он был обращен не к людям, а к стене помещения. В компьютерных классах, имеющих несколько компьютеров, рабочие места должны располагаться по периметру помещения, оставляя свободным центр.
2. Дополнительно нужно проверить каждое из рабочих мест на отсутствие прямого отражения внешних источников освещения. Как правило, добиться этого для всех рабочих мест одновременно достаточно трудно. Возможное решение состоит в использовании штор на окнах и продуманном размещении искусственных источников общего и местного освещения.
3. Сильными источниками электромагнитного излучения являются устройства бесперебойного питания. Располагать их следует как можно дальше от посадочных мест пользователей.
4. В организации занятий важную роль играет их продолжительность, от которой зависят психофизиологические нагрузки. Для школьников старших классов продолжительность сеанса работы с компьютером не должна превышать 30 минут, для школьников младших классов - 20 минут. Остальное время урока должно отводиться общению с учителем и учебными пособиями.
5. В связи с нехваткой оборудования в компьютерных классах иногда проводят групповые занятия, во время которых, двое-трое учащихся располагаются на одном рабочем месте. Этот организационный прием недопустим с гигиенической точки зрения. Некоторым учащимся приходится располагаться сбоку от монитора, что негативно сказывается как на органах зрения, так и на опорно-двигательной системе. Учебный процесс необходимо планировать так, чтобы каждый учащийся имел возможность освоить правильные приемы работы с компьютером.

Примерный комплекс упражнений для глаз:

1. Закрыть глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 1 -4, затем раскрыть глаза, расслабить мышцы глаз, посмотреть вдаль на счет 1 -6. Повторить 4-5 раз. Посмотреть на переносицу и задержать взгляд на счет 1 -4. До усталости глаза не доводить. Затем посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
2. Не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счет 1 - 4, затем посмотреть вдаль прямо на счет 1-6. Аналогичным образом проводятся упражнения с фиксацией взгляда плево, вверх и вниз. Повторить 3-4 раза. Перевести взгляд быстро по диагонали: направо вверх — налево вниз, потом прямо вдаль на счет 1-6, затем налево вверх — направо вниз и посмотреть вдаль на счет 1 -6. Повторить 4-5 раз.
3. Посмотрите влево, при этом не поворачивая голову. Зафиксируйте глаза в этом положении примерно на 4 секунды. Повторите это упражнение, только смотря влево, вниз и наверх. Необходимо выполнить этот круг 3-4 раза.
4. Проделайте повороты глазами в следующих направлениях: налево, вниз, направо, вверх, затем прямо вдаль в окно. Потом направо, вниз, налево, вверх, а дальше прямо вдаль в окно. Выполните все действия еще 3-4 раза.
5. Моргните максимально быстро, отсчитав до 10, потом закройте глаза на пару секунд. Теперь еще раз поморгайте в течение минуты. Снова закройте глаза на 2-3 секунды. Откройте их и посмотрите вдаль в окно. Повторите упражнение 2-3 раза.
6. Рассмотрите внимательно любой хорошо видимый объект (ветку, птичку, лист и т.д.) в течение 30 секунд. Потом переведите глаза на самый удаленный предмет. Это может быть здание, автомобиль, дерево. Смотрите на него в течение 30 секунд. Потом верните взгляд на первый объект. Повторите такое упражнение 6 раз.

По окончании зарядки даем глазам расслабиться. Можно просто закрыть их на пять минут и подумать о чем-то приятном. При этом не опускайте голову вперед. Выполнение подобных упражнений для глаз при работе за компьютером способствует их расслаблению и тренировке.

Гимнастика для глаз



Упражнения при утомлении, для глаз, головы и шеи, рук и туловища

Медленно опустить подбородок на грудь и оставаться в таком положении 5 с. Проделать 5-10 раз.

1. Откинуться на спинку кресла, положить руки на бедра, закрыть глаза, расслабиться и посидеть так 10-15 с.

2. Выпрямить спину, тело расслабить, мягко прикрыть глаза. Медленно наклонять голову вперед, назад, вправо, влево.

3. Сидя прямо с опущенными руками, резко напрячь мышцы всего тела. Затем быстро полностью расслабиться, опустить голову, закрыть глаза. Посидеть так 10-15 с. Проделать упражнение 2-4 раза.

4. Сесть удобно, слегка расставив ноги. Руки положить на середину живота. Закрыть глаза и глубоко вздохнуть через нос. Задержать дыхание (насколько возможно). Медленно выдохнуть через рот (полностью). Проделать упражнение 4 раза (если не возникнет головокружение).

Эффект: *расслабление тела, снятие первичного напряжения, восстановление нормального ритма дыхания.*

Упражнения для глаз

Закрыть глаза, расслабить мышцы лба. медленно с напряжением сместить глазные яблоки в крайне левое положение, через 1 -2 с так же перевести взгляд вправо. Проделать 10 раз. Следить за тем, чтобы веки не подрагивали. Не щуриться. Эффект: *расслабление и укрепление глазных мышц, избавление от боли в глазах.*

1. Моргать в течении 1 -2 мин.
2. С напряжением закрывать на 3-5 с попеременно один и другой глаз.
3. В течении 10 с несколько раз сильно зажмуриться.
4. В течении 10 с менять направление взгляда: прямо, вправо, влево, вверх, вниз.
5. Потереть ладони одну о другую, чтобы появилось ощущение тепла. Прикрыть ладонями глаза, скрестив пальцы в центре лба. Полностью исключить доступ света. На глаза и веки не нажимать. Расслабиться, дышать свободно. Побыть в таком положении 2 мин.

Эффект: *химическое восстановление рецепторов глаз, расслабление глазных мышц, улучшение кровообращения в зрительном аппарате, избавление от ощущения усталости глаз*

Упражнения для головы и шеи

1. Помассировать лицо, чтобы снять напряжение лицевых мышц.
2. Надавливая пальцами на затылок, в течение 10 сек., делать вращательные движения вправо, затем влево.

Эффект: *расслабление мышц шеи и лица.*

Закрыть глаза и сделать глубокий вдох. На выдохе медленно опустить подбородок, расслабить шею и плечи. Снова глубокий вдох, медленное круговое движение головой влево и выдох.

Проделать 3 раза влево, затем 3 раза вправо. Эффект: *расслабление мышц головы, шеи и плечевого пояса.*

Упражнения для рук

1. В положении сидя или стоя расположить руки перед лицом. Ладони наружу, пальцы выпрямлены. Напрячь ладони и запястья.
2. Собрать пальцы в кулаки, быстро загибая их один за другим (начинать с мизинцев). Большие пальцы окажутся сверху.

1. Основные части компьютера

- **Системный блок** — главная часть компьютера, где происходят все вычисления
- **Монитор** — показывает картинки и текст
- **Клавиатура** — помогает писать и давать команды
- **Мышь** — управляет курсором на экране

2. Правила безопасности

- **Нельзя** трогать провода
- **Нельзя** включать компьютер без разрешения
- **Сидеть** нужно на расстоянии 50-70 см от монитора
- **Делать** перерывы каждые 15 минут

3. Как включить компьютер

- Нажать кнопку включения на системном блоке
- Дождаться, когда появится рабочий стол
- Только потом начинать работу

4. Что можно делать

- **Печатать** тексты
- **Рисовать** в специальных программах
- **Смотреть** обучающие видео
- **Играть** в развивающие игры

5. Уход за компьютером

- **Не ставить** на клавиатуру предметы
- **Не нажимать** на клавиши слишком сильно
- **Держать** рабочее место в чистоте
- **Выключать** компьютер после работы

6. Что делать при проблемах

- Если компьютер «завис» — позвать учителя
- При появлении странных звуков — остановить работу
- Если болит голова или глаза — сделать перерыв

7. Важные напоминания

- **Помни** о правильной осанке
- **Следи** за чистотой рук
- **Не трогай** экран монитора
- **Будь внимателен** при работе

Протокол наблюдения за детьми с РАС

Назначение протокола

Протокол наблюдения — это стандартизованный инструмент для оценки развития детей с расстройствами аутистического спектра. Он позволяет:

- Провести комплексную оценку уровня развития ребенка
- Соотнести показатели с возрастной нормой
- Выявить проблемные зоны
- Определить цели коррекционной работы
- Отследить динамику развития

Структура протокола

Протокол включает следующие основные компоненты:

1. **Титульный лист** с базовой информацией:
 - ФИО ребенка
 - Дата рождения
 - ФИО педагога
 - Дата обследования
2. **Таблицы возрастных нормативов** (9 основных областей):
 - Поведение
 - Коммуникация
 - Восприятие
 - Познавательная сфера
 - Речь
 - Игровая деятельность
 - Крупная моторика
 - Мелкая моторика
 - Навыки самообслуживания
3. **Таблица дезадаптивного поведения**
4. **График развития** для визуализации результатов

Система оценивания

Балльная система оценки навыков:

- 0 баллов — навык не сформирован
- 1 балл — навык сформирован частично
- 2 балла — навык сформирован полностью

Этапы проведения обследования

1. **Первичный сбор информации:**
 - Беседа с родителями
 - Анкетирование
 - Интервьюирование
2. **Наблюдение в свободной деятельности:**
 - Оценка поведения в естественных условиях
 - Анализ взаимодействия с окружающими
 - Изучение интересов ребенка
3. **Структурированное обследование:**
 - Оценка учебных навыков

Методы исследования

- Наблюдение за поведением

Практическое применение

Протокол позволяет:

- Определить актуальный уровень развития
- Выявить зоны ближайшего развития
- Разработать индивидуальный план коррекции
- Оценить эффективность коррекционной работы
- Отслеживать динамику развития

Особенности заполнения

Периодичность заполнения:

- Первичное обследование
- Промежуточный контроль (ежемесячно)
- Итоговый контроль (2 раза в год)

Важные рекомендации:

- Фиксировать только наблюдаемые факты
- Избегать субъективных оценок
- Учитывать индивидуальные особенности ребенка
- Отмечать динамику развития

| №п/п | Категория | Показатель | Оценка (0,1,2) | Примечания |
|------|----------------------|---|----------------|------------|
| 1 | Адаптация | Поведение в кабинете (Принятие правил) | | |
| | | Взаимодействие с педагогом | | |
| 2 | Коммуникация | Вербальный контакт –речевой контакт | | |
| | | Невербальный контакт | | |
| 3 | Речь | Лексический состав | | |
| | | Грамматическая правильность | | |
| 4 | Познавательная сфера | Внимание | | |
| | | Память | | |

| | | | | |
|---|------------------------------------|---|--|--|
| 5 | Игровая деятельность | Понимание правил и инструкций | | |
| | | Интерес к различным видам игр | | |
| | | Способность к совместной деятельности, умение учитывать интересы других | | |
| 6 | Понимание письменной речи (чтение) | Сформированность навыка чтения | | |
| | | Выполнение письменного задания | | |
| 7 | Мелкая моторика | Способность набирать текст на клавиатуре | | |
| 8 | Поведение | Стереотипные действия | | |
| | | Саморегуляция | | |
| 9 | Навыки самообслуживания | Умение обслуживать себя | | |
| | | | | |

Результаты наблюдения:

Рекомендации:

Диагностика освоения АДОП (предметные результаты)**Система оценивания**

Балльная система оценки навыков:

- 0 баллов — навык не сформирован
- 1 балл — навык сформирован частично
- 2 балла — навык сформирован полностью

В примечании отметить самостоятельность выполнения работы

| № п/п | | Баллы (0, 1, 2) | Примечания |
|----------|---|--------------------|------------|
| 1 | Приемы работы в текстовом редакторе | | |
| | Начало года | | |
| | Середина года | | |
| | Конец года | | |
| 2 | Работа в графическом редакторе | | |
| | Начало года | | |
| | Середина года | | |
| | Конец года | | |
| 3 | Создание презентаций | | |
| | Начало года | | |
| | Середина года | | |
| | Конец года | | |
| 4 | Работа в нейросетях Алиса, GigaChat, Шедеврум | | |
| | Начало года | | |
| | Середина года | | |
| | Конец года | | |
| 5 | Навыки работы с информацией | | |
| | Начало года | | |
| | Середина года | | |
| | Конец года | | |

Рекомендации: