

Приложение 1. Диагностика уровня обученности по критериям программы

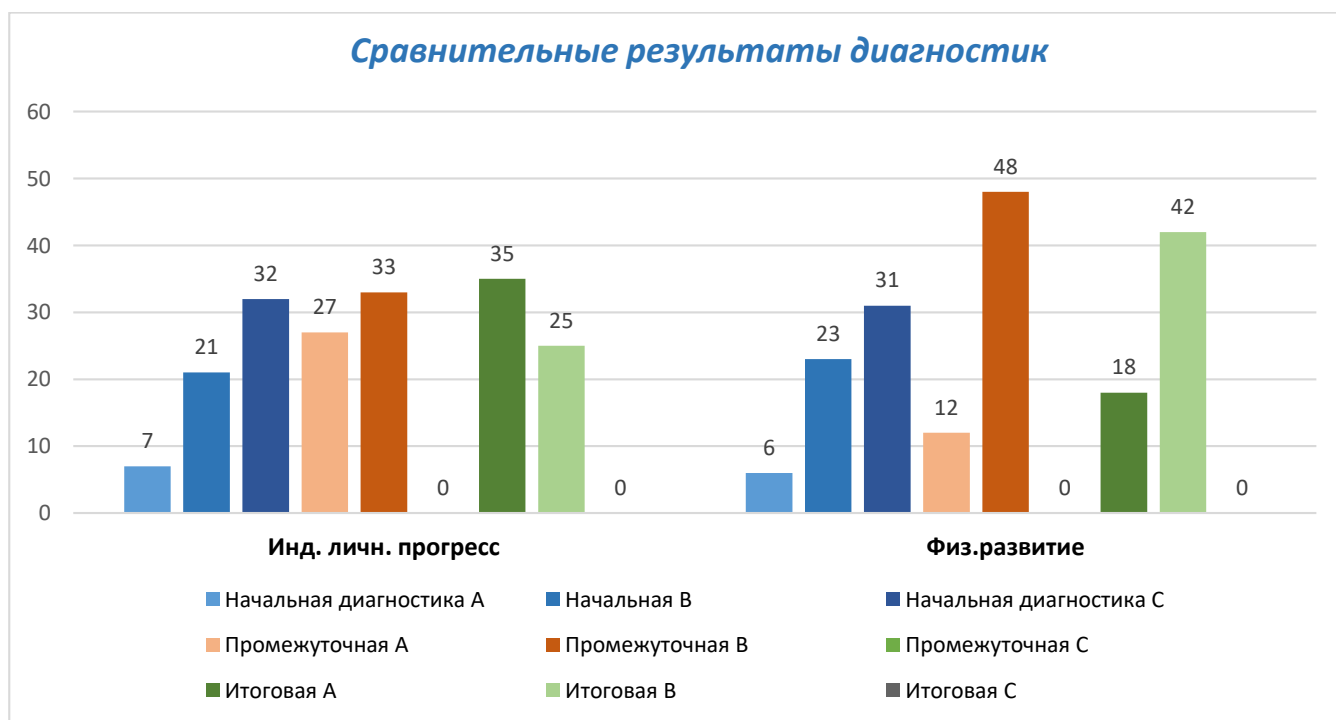
Начальная диагностика – сентябрь 2019 года (60 обучающихся).

Промежуточная диагностика (3 год реализации программы) – май 2022 года (60 обучающихся)

Итоговая диагностика (5 год реализации программы) – май 2024 года (60 обучающихся)

Результаты по каждой диагностике разделены на уровни: уровень А – высокий, В – средний, С – низкий.

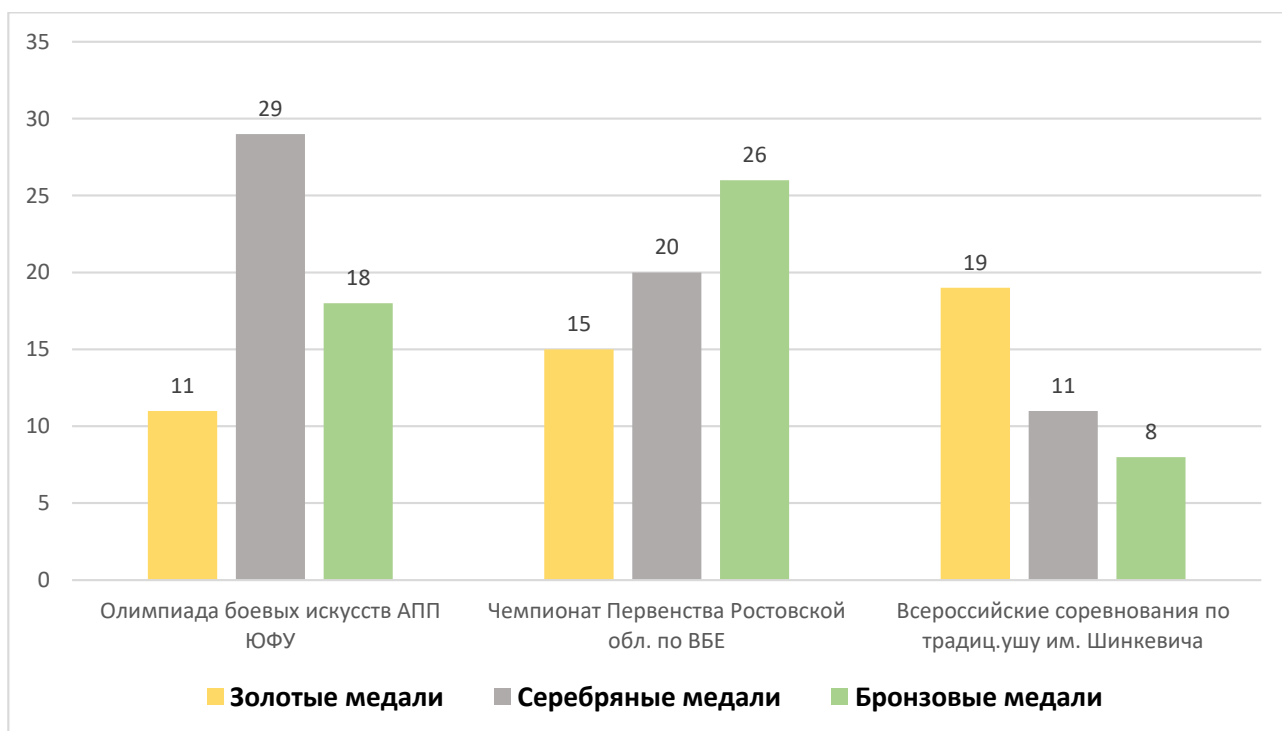
Критерии: «Индивидуальный прогресс в основных сферах личностного развития», «Развитие физических способностей» (показатели: сила, выносливость, гибкость, координация). Уровни достижения критериев представлены в приложении к программе. Числа в диаграмме показывают количество обучающихся.



Выводы: по итогам мониторинга отмечается положительная динамика: повысились высокий и средний уровни личностного развития, значительно повысился уровень физических показателей, отсутствует низкий уровень по всем показателям.

Изменение личностных и физических показателей происходит в рамках и в процессе освоения квалификационных ступеней традиционного ушу, которые включают элементы базовой и прикладной техники, а также специфических методов общей и специальной физической подготовки из арсенала традиционного ушу. Таким образом, к концу реализации 5-летнего курса программы **все обучающиеся осваивают 9 ученических ступеней традиционного ушу.**

Результативность участия в соревнованиях за 5 лет (2019-2024 гг.)



Приложение 2. Диагностика уровня воспитанности (методики Н. П. Капустина, М. И. Шиловой)

Начальная диагностика – сентябрь 2019 года (42 обучающихся)

Итоговая диагностика – апрель 2024 года (42 обучающихся)

Критерии: «Долг и ответственность», «Бережливость», «Дисциплинированность», «Ответственное отношение к учёбе», «Отношение к общественному труду», «Коллективизм, чувство товарищества», «Доброта и отзывчивость», «Честность и справедливость», «Простота и скромность», «Культурный уровень».



Исходя из данных диаграммы, можно сделать вывод о положительной динамике уровня воспитанности обучающихся объединения. Коэффициент всех рассмотренных критериев повысился, что говорит о развитии нравственных качеств обучающихся и повышении значимости этих качеств в их жизни. Особенно отмечается рост показателей таких критериев, как «Долг и ответственность», «Дисциплинированность» и «Отношение к общественному труду». Следовательно, за время обучения в объединении, обучающиеся научились брать ответственность за себя и за результат выполняемой ими работы, стали более дисциплинированными, а также осознали важность общественного труда и стали причастными к нему.

Что касается общего уровня воспитанности, то видно, как с каждым годом растёт количество обучающихся с высоким уровнем воспитанности и понижается число обучающихся со средним и низким уровнями воспитанности. Следует отметить, что спустя пять лет обучения в объединении, низкий уровень воспитанности, который изначально был присущ 31% обучающихся, достиг нуля.

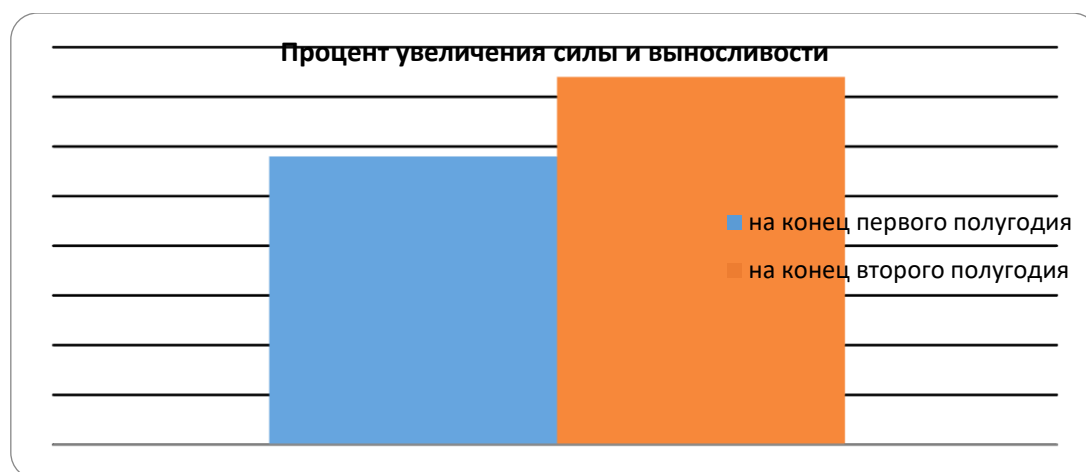
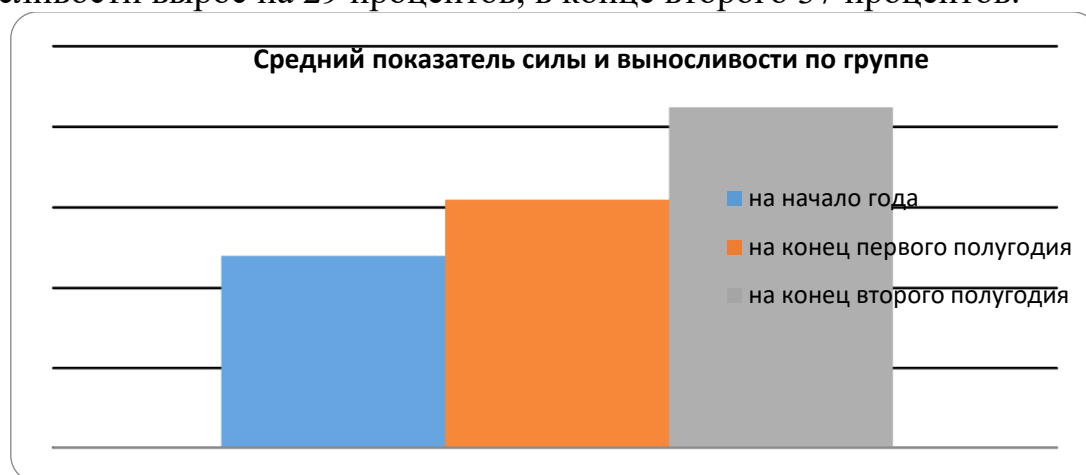
Приложение 3. Диагностика эффективности воздействия занятий традиционным ушу на формирование личности

Динамика развития силы и выносливости измеряется через подсчёт количества выполнений отжиманий от пола, подъёмов туловища и ног от пола в положении лёжа, выпрыгивания вверх из положения приседа, определение суммарного среднеарифметического показателя и сравнение его с предыдущим.

Средний показатель силы и выносливости по группе 1 года обучения

2023-2024 учебный год	Среднее количество
на начало года	12,0
на конец первого полугодия	15,5
на конец второго полугодия	21,2

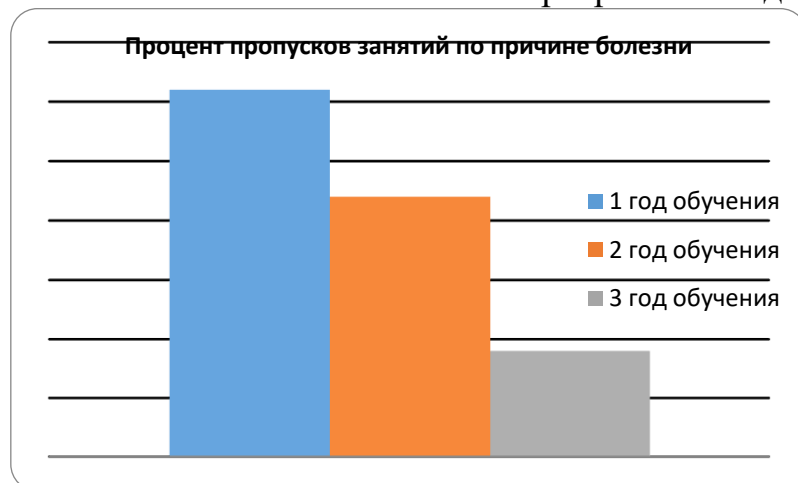
В конце первого полугодия занятий средний результат в группе по силе и выносливости вырос на 29 процентов, в конце второго 37 процентов.



Общий уровень физического развития детей повышается с увеличением срока обучения, а те нормативы, которые были изначально низки, значительно возросли (сила и выносливость).

С увеличением срока обучения и уровня развития физических качеств обучающихся снижается процент пропусков занятий по причине болезни, увеличивается способность эффективно выдерживать нагрузки и быстро восстанавливаться после них, что говорит о влиянии систематических занятий на здоровье детей. Влияние занятий на здоровье детей наглядно демонстрирует диаграмма пропусков занятий по причине болезни.

Была выявлена закономерность, что согласно полученным данным процент пропусков занятий по болезни после 1 года обучения снизился с 62% до 44% и с 44% до 18% на третьем году обучения. Таким образом, можно сказать о благотворном влиянии систематических занятий по программе на здоровье детей.



Исходя из результатов ежегодной, проводимой психологами ЦДОД Октябрьского района г. Ростова-на-Дону диагностики обучающихся, описанные в программе методы эстетического и нравственно ценностного воспитания являются эффективными.

Диагностика при помощи опросника Р.Кеттелла выявила развитие следующих характеристик личности:

- эмоциональная устойчивость ответственность, добросовестность, обязательность, стойкость моральным принципам составила (92%)
- настойчивость, упористость, стремление к независимости, смелым, активным действиям составила (96%)
- самостоятельность (92%)
- высокий и средний самоконтроль поведения, умение действовать организованно, планомерно и упорядоченно составило (96%)

В результате диагностическое обследование родителей выявлено, что занятия в данной секции оказывают существенное влияние на повышение уровня социально-психической адаптации: развитие когнитивных функций и эмоционально-волевой сферы у детей и подростков.

- подавляющее большинство обучающихся испытывают постоянный интерес к занятиям, что свидетельствует о высоком уровне мотивационной готовности к занятиям
- наличие единой, эффективную модели воспитания детей в секции, которая даёт положительные результаты.

Согласно анкетированию, проводимому среди учащихся в возрасте от 8 до 14 лет, занимающихся от полугода до трёх лет в секции, было выявлено, что:

- учащиеся, занимающиеся до 1 года, независимо от возраста, основной целью видят приобретение навыков самообороны
- учащиеся, занимающиеся 2-3 года, независимо от возраста, сформулировали свою цель как желание вести здоровый образ жизни
- учащиеся, занимающиеся более 3 лет, независимо от возраста, сформулировали свою цель как развитие тела и духа.

Из вышесказанного можно сделать вывод о том, что занятия традиционным ушу эффективно способствуют формированию качеств и навыков личности, необходимых для существования в современном обществе.

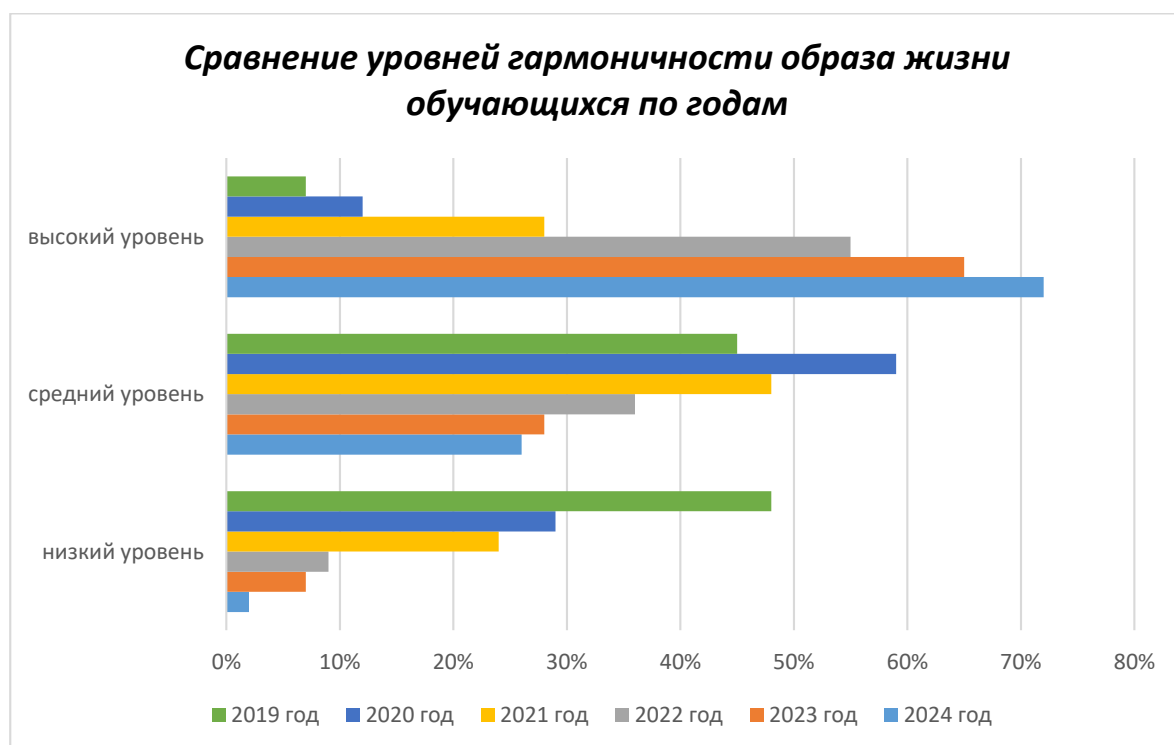
Приложение 4. Диагностика гармоничности образа жизни обучающихся по программе «УШУ – путь к здоровью, гармонии, полноте жизненных свойств» (методика Н. С. Гаркуша)

Начальная диагностика – сентябрь 2019 года (42 обучающихся)

Промежуточные диагностики – апрель 2020 года, апрель 2021 года, апрель 2022 года, апрель 2023 года (42 обучающихся)

Итоговая диагностика – май 2024 года (42 обучающихся)

Критерии: «Наличие у обучающихся понимания ценности и значимости здоровья», «Ведение здорового образа жизни».



На данном графике также отмечается положительная динамика роста уровня гармоничности образа жизни обучающихся объединения. Значительно увеличилось число обучающихся с высоким уровнем гармоничности образа жизни, который присущ физически активным школьникам, укрепляющим здоровье самостоятельно, умеющим сотрудничать с окружающими в вопросах сохранения и укрепления здоровья и владеющим культурными нормами в сфере здоровья. Также заметен существенный спад числа обучающихся с низким уровнем гармоничности образа жизни, который говорит об отсутствии у школьников системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни и мотивации к заботе о собственном здоровье.