

**ПАСПОРТ ПРАКТИКИ**  
**для формирования и поддержки мотивации к самообразованию**  
**студентов ГБПОУ МО «УОР № 3»**

**Автор-составитель практики:**

**Густилина Любовь Александровна, советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями**

**Со-авторы: Раднаева Елена Васильевна, преподаватель;**

**Петрова Лариса Владимировна, инструктор-методист**

<b>Особенности образовательной организации (далее – ОО)</b>	
<b>Полное наименование ОО</b>	Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Московской области “Училище (техникум) олимпийского резерва № 3”
<b>Расположение (кратко)</b>	Московская область, г. Химки, мкр. Планерная, владение 1, закрытая территория – спорт база, удаленность от центра
<b>Количество обучающихся</b>	209
<b>Контингент (особенности, например, студенты из малообеспеченных семей, спортсмены, обучающиеся с ОВЗ и т.п.)</b>	Спортсмены
<b>Инфраструктура ОО (самые значимые объекты не более 5)</b>	Аренда: баскетбольные залы, зал борьбы, зал настольный теннис, полоса препятствия
<b>Партнеры ОО (кратко, не более 5)</b>	Женский баскетбольный клуб «Спарта энд К»; Мужской баскетбольный клуб «Химки» (г.о. Химки); Движение Первых; Боевое братство; Городская центральная библиотека; СШОР по ИВС
<b>Проектирование матрицы месяца/учебного периода ОО</b>	
<b>Воспитательная проблема ОО</b>	Недостаточный уровень мотивации к самообразованию студентов 2 курса
<b>Цель матрицы</b>	Сформировать устойчивую тенденцию к поддержанию мотивации спортсмена олимпийского резерва к самообразованию через литературу
<b>Книга месяца / книга учебного периода</b>	«Четвертая высота» Е. Ильина
<b>Ценность</b>	Гражданственность, патриотизм, духовно-нравственные ценности
<b>Сюжет матрицы месяца / сюжет матрицы учебного периода</b>	<p><b>Легенда матрицы «Четыре высоты Олимпа»</b></p> <p><b>Слоган:</b> Твой путь чемпиона - в знаниях и победах.</p> <p><b>Целевая аудитория:</b> Студенты-спортсмены олимпийского резерва.</p> <p><b>Ключевой образ:</b></p> <p>Твоя мотивация - это внутренний чемпион, который, как и реальный спортсмен, нуждается в постоянной тренировке, поддержке и цели. Мы поможем тебе стать сильнее.</p>

### **Эпиграф:**

«Всю жизнь надо учиться... Всю жизнь надо брать новые высоты».

(Из дневника Гули Королёвой)

### **2 октября - День СПО (запас 30 октября - День тренера)**

В этот день наше училище превратится в священную гору Олимп.

День среднего профессионального образования - это праздник не только мастерства, но и гражданской ответственности. Быть гражданином - значит вносить реальный вклад в развитие своей страны. Для студента СПО гражданственность выражается в осознанном выборе профессии, которая составляет основу экономики и технологического суверенитета России.

Каждый будущий сварщик, программист, педагог или медик - это важная часть общества. Ваша компетентность, трудовая дисциплина и стремление к профессиональному росту напрямую укрепляют благополучие родного города и страны в целом. Ваш труд - это практический вклад в развитие малой Родины и ответ на вызовы времени.

Быть студентом СПО - это значит не просто учиться, а уже сегодня своими проектами, практикой и профессиональными победами строить будущее России. Ваше образование - это фундамент сильного государства.

### **Вступительная легенда:**

Персонажи: Гуля, Боги Олимпа

«Ой, где я?»

-Боги: Гуля, ты находишься на священной горе Олимп, среди нас, Богов. Ты была чемпионкой, героиней и преодолевала все трудности жизни с достоинством, смелостью и упорством, помогая людям» - говорит Бог Атлас

-Гуля: Да. Сначала - в спорте, а затем - в жизни, где моими главными победами стали победы над страхом, неумением и ленью. Моя история доказывает: настоящий чемпион побеждает не только на дистанции, но и в учёбе, и в собственном развитии.

-Боги: Поэтому, ты и находишься среди нас. Мы хотим тебе вручить дар Богов. Какой – выбери сама.

-Гуля: Я бы хотела выбрать дар «Помогать студентам проходить им важные жизненные высоты»

Боги наделяют Гулю даром. Гуля перемещается к студентам.

Гуля рассказывает студентам о своей миссии: «Ваш путь к олимпийскому пьедесталу похож на восхождение на легендарный Олимп. И на этом пути вам предстоит покорить четыре ключевые высоты, справиться с которыми вам помогут ваши небесные покровители - древние боги. Каждый из них даст вам свой дар, чтобы ваш внутренний чемпион стал сильнее. Ваш личный «Олимп» - это баланс между телом и разумом, между рекордом и личностью. В помощь для покорения горы у вас будут помощники».

Высоты - это четыре этажа здания нашего училища. На каждом этаже - Боги Олимпа.

### **Сюжет восхождения на Четыре высоты Олимпа**

#### **Высота 1: Ответственность - Дар Бога Атласа**

##### **-Инструмент: «Карта Небесного Свода»**

Это не просто планировщик, а стратегическая карта вашего семестра. Вы не просто записываете задачи, а «удерживаете небосвод»: расставляете учебные и тренировочные цели как созвездия. За выполнение недельного плана вы получаете «Звезду **Ответственности**». Соберите 5 звезд - получите звание «Титан Расписания» и бонус (например, час личного времени на любимое хобби).

#### **Высота 2: Усталость - Дар Бога Морфея**

##### **- Инструмент: «Эликсиры Морфея»**

Это набор из 5-7 красочных карточек-рецептов ментального восстановления. Каждый «эликсир» - это мини-игра для отдыха:

- «**Эликсир Тишины**»: 5 минут полной тишины с таймером.
- «**Эликсир Дыхания**»: игровое дыхательное упражнение «задуй 5 воображаемых свечей».
- «**Эликсир Фокуса**»: найди и сфотографируй 10 предметов одного цвета за 3 минуты. Ваша задача - «приготовить» 3 разных эликсира в неделю, чтобы получить достижение «**Маг Восстановления**».

#### **Высота 3: Семейные ценности - Дар Богини Гестии**

##### **1.Инструмент: «Талисман Очага»**

Вы получаете виртуальный талисман-свеча (искусственная). Ты сохраняешь пламя свечи, выполняя еженедельные миссии связи:

**-Миссия «Искра»:** отправить голосовое сообщение близкому/родному человеку.

**Миссия «Пламя»:** организовать 15-минутный совместный видео-просмотр смешных роликов с другом.

- **Миссия «Костер»:** сыграть с командой/с семьей в онлайн-викторину.  
За каждую выполненную миссию выдается еще одна свеча. Цель - не дать «огню погаснуть» всю неделю и получить звание **«Хранитель Очага»**.

#### **Высота 4: Мотивация - Дар Бога Одина**

- **Инструмент: «Квест Мудрости Одина»**  
Это не просто письмо, а приключение. Вы получаете карту с 5 «рунами»-вопросами, ответы на которые помогут написать вашу «Клятву»:
  1. **Руна Силы:** «Какое знание сделает мой удар сильнее?»
  2. **Руна Пути:** «Кем я стану, когда завершу спортивную карьеру?»
  3. **Руна Наследия:** «Какую историю я хочу рассказать своим будущим детям о своих победах?»
  4. **Руна Жертвы:** «От чего я готов отказаться ради главной цели?»
  5. **Руна Победы:** «Как мое образование поможет мне подняться на олимпийский пьедестал?»  
Собрав все руны, вы получаете звание **«Мудрый»** и доступ к финальному заданию - написать «Клятву Одина»

#### **Итоги:**

все участники программы получают **«Свиток Восхождения»**, где отмечают свои достижения и полученные звания. Тот, кто покорит все 4 высоты и соберет все звания, в финале получает титул **«Олимпиец»** и главный приз.

#### **Воспитательный эффект:**

мероприятия укрепят профессиональный выбор студента-спортсмена, гражданскую позицию и осознанную мотивацию на успешное освоение программы СПО.

#### **«Стена рефлексии: От высоты к высоте»**

В помещении устанавливаются 4 больших плаката

	<p>(флипчарта), каждый с названием своей «Высоты». Рядом - стикеры разных цветов и маркеры.</p> <p><b>Инструкция:</b> <i>«Поделитесь своим открытием или решением, «оставив след» на той высоте, которая вас больше всего задела»</i></p> <p><b>Желтые стикеры:</b> «Мой главный инсайт на этой высоте...»</p> <p><b>Зеленые стикеры:</b> «Мое конкретное действие после сегодняшнего дня...»</p> <p><b>Розовые стикеры:</b> «Вопрос, который у меня остался...»</p> <p>Участники подходят к плакатам и клеят свои стикеры. В конце получается яркая коллективная картина мыслей.</p>
<p><b>Проблемные вопросы-рефлексия, групповая беседа</b></p>	<p><b>1. «Всю жизнь надо учиться... Всю жизнь надо брать новые высоты»</b></p> <p>-Как ты думаешь, какие "высоты" - не только в учебе, но и в личных качествах - тебе важно "взять" прямо сейчас, в этом учебном году, и почему это важно именно для тебя?</p> <p><b>2. «А ты попробуй! - сказала себе Гуля. - Ведь ты же сумела взять три высоты... Возьми и четвёртую!»</b></p> <p>-Когда ты чувствуешь усталость от перегрузок в спорте и учебе, как ты находишь вдохновение для преодоления всех трудностей?</p> <p><b>3. «Она не умела плавать, но не могла примириться с этим. "Научусь!" - решила она».</b></p> <p>Кто или что помогает тебе прийти к цели? Какую помощь дает тебе твое окружение?</p>
<p><b>Ключевое дело месяца / Ключевые дела учебного периода</b></p>	<p><b>Дело 1.</b> 02 октября: круглый стол: обсуждение книги на тему ответственность</p> <p><b>Дело 2</b> 09 октября: семинар на тему: «Эмоциональное выгорание» с акцентом на осознанность</p> <p><b>Дело 3.</b> 16 октября: «Семейный марафон» с акцентом на семейные ценности</p> <p><b>Дело 4.</b></p>

30 октября: интерактивный квест «Четыре высоты Олимпа» с акцентом на коммуникацию, мотивацию и цели.

**4. Интерактивный квест «Четыре высоты Олимпа» с акцентом на коммуникацию, мотивацию и цели.**

**3. «Семейный марафон» с привлечением родителей с акцентом на семейные ценности**

**2. Семинар на тему «Эмоциональное выгорание» с акцентом на осознанность**

**1. Круглый стол: обсуждение книги с выделением темы «ответственность»**

**Е. Ильина «Четвертая высота»**

**1. «Всю жизнь надо учиться... всю жизнь надо брать новые высоты»**  
-Как ты думаешь, какие "высоты" - не только в учебе, но и в личных качествах - тебе важно "взять" прямо сейчас, в этом учебном году, и почему это важно именно для тебя?

**2. «А ты попробуй! - сказала себе Гуля. - Ведь ты же сумела взять три высоты... Возьми и четвертую!»**  
-Когда ты чувствуешь усталость от перегрузок в спорте и учебе, как ты находишь вдохновение для преодоления всех трудностей?

**3. «Она не умела плавать, но не могла примириться с этим. "Научусь!" - решила она. Кто или что помогает тебе прийти к цели? Какую помощь дает тебе твое окружение?»**

**ТЕМАТИКА: ЛИТЕРАТУРА**

02.10 День среднего профессионального образования  
05.10 Международный день учителя  
20.10 День отца  
23.10 День школьных библиотек  
30.10 День Манifestа об усовершенствовании государственного порядка  
30.10 День тренера

