

Администрация Фрунзенского района муниципального образования
«Город Саратов»
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР»
410012, г. Саратов, ул. Астраханская, 79
телефоны: 51-28-05;
E-mail: ducfrunze@yandex.ru

Программа региональной инновационной площадки

***«Формирование оптимального
оздоровительного режима дня и обучения
детей и подростков всех групп здоровья,
включая детей с ОВЗ и детей-инвалидов,
проживающих в Саратовской области»***

Разработчики:

Хусаметдинова Виктория Анатольевна
методист, педагог дополнительного образования

Рябинина Екатерина Петровна
педагог дополнительного образования

г. Саратов

2024 год

Содержание:

Общие сведения об организации-соискателе.....	3
Цели и задачи инновационного проекта.....	3
Идея инновационного проекта.....	4
Гипотеза инновационного проекта.....	4
Обоснование значимости инновационного проекта для развития региональной системы образования.....	5
Обоснование возможности реализации проекта в соответствии с законодательством об образовании РФ.....	7
Теоретические исследования.....	8
Научные концепции, положенные в основу проекта.....	10
Актуальность проекта.....	10
Ожидаемые результаты реализации программы.....	13
Этапы программы.....	14
Кадровое обеспечение.....	15
Информационное обеспечение.....	20
Финансовое обеспечение	20
Материально-техническое обеспечение.....	20
Социальные партнеры программы.....	21
Научно-методические партнеры.....	22
Опыт работы в данной сфере.....	22
Средства контроля и обеспечения достоверности результатов.....	22
Перечень научных и учебно-методических разработок, используемых при разработке программы.....	22
Календарный план реализации инновационного проекта.....	23
Предложения по распространению и внедрению результатов проекта в массовую практику.....	31
Устойчивость результатов программы.....	31
Терминологический словарь.....	31

Общие сведения об организации-соискателе

1.1. Полное название образовательной организации, представляющей заявку, (по уставу): Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеский центр Фрунзенского района г. Саратова»

1.2. Фактический адрес организации (с указанием индекса): Россия, 410012, г.Саратов, ул. Астраханская, д. 79А

1.3. Контактная информация об образовательной организации, представляющей заявку (адрес, телефоны, факс, e-mail): Россия, 410012, г.Саратов, ул. Астраханская, д. 79А

Тел/факс: 8(452)51-28-05; тел. 8(452)50-60-55; e-mail: ducfrunze@yandex.ru

1.4. Ф.И.О. руководителя организации (полное): Шепельская Елена Александровна

1.5. Ф.И.О. научного руководителя проекта (программы), место работы, должность:

1. Селиванова Юлия Викторовна – заведующий кафедрой коррекционной педагогики факультета психолого-педагогического и специального образования Педагогического Института СГУ имени Н.Г. Чернышевского, доктор социологических наук, профессор, г. Саратов

2. Борисенков Михаил Федорович – старший научный сотрудник Отдела молекулярной иммунологии и биотехнологии Института Физиологии Научного Центра Коми Уральского Отделения Российской Академии Наук, доктор биологических наук, г. Сыктывкар

3. Ф.И.О. научного консультанта - Дмитриева Наталья Владимировна, начальник центра сопровождения инновационных программ и проектов государственного автономного учреждения дополнительного профессионального образования «Саратовский областной институт развития образования»

Цели, задачи и основная идея инновационного проекта (программы)

Тема проекта: «Формирование оптимального оздоровительного режима дня и обучения детей и подростков всех групп здоровья, включая детей с ОВЗ и детей-инвалидов, проживающих в Саратовской области»

Цель проекта: разработка методических рекомендаций для воспитателей, учителей, педагогов, дефектологов, логопедов, психологов, реабилитологов и родителей г. Саратова и Саратовской области по планированию режима сна-бодрствования с описанием взаимосвязи его нарушения с успеваемостью, психоэмоциональным состоянием детей и подростков в условиях

рассогласования астрономического и декретного времени (социального джетлага).

Задачи проекта

1. проанализировать данные о взаимосвязи успеваемости, психоэмоционального состояния детей и подростков г. Саратова и Саратовской области с особенностями режима дня, полученные на первом этапе межрегионального исследования Института Физиологии Научного Центра Коми Уральского отделения РАН в 2023-2024 учебном году;
2. продолжить сбор и обработку данных в рамках второго этапа межрегионального исследования в 2024-2025 году;
3. расширить границы исследования, привлечь к участию в исследовании и работе РИП образовательные учреждения всех видов Саратова и Саратовской области;
4. популяризировать идею проекта о влиянии нарушения режима на успеваемость и психоэмоциональное состояние детей и подростков среди педагогов и родителей;
5. повысить уровень педагогической грамотности педагогов и родителей в области социальной гигиены.

Идея инновационного проекта

Донести до педагогов и родителей значимость взаимосвязи успеваемости и психоэмоционального состояния детей и подростков с особенностями нарушений режима дня на территории г. Саратова и Саратовской области, а также способов преодоления этих нарушений.

Гипотеза

- между нарушениями режима «подъем-отбой» и проблемами здоровья, успеваемости и поведения существует взаимообусловленная связь;
 - недостаточная эффективность здоровьесберегающих технологий обусловлена рассогласованием социального режима и естественных биоритмов детей и подростков;
- согласование социального режима и естественных биоритмов детей и подростков позволит повысить эффективность применяемых здоровьесберегающих технологий.

Обоснование значимости инновационного проекта (программы) для развития региональной системы образования

В настоящее время образовательные стратегии претерпевают качественные системные изменения. Увеличение разнообразия педагогических технологий и методик теоретически призвано обеспечить оптимальный индивидуальный подход к способностям и возможностям детей с любым уровнем здоровья. Особенно актуальным является формирование массива развивающих и обучающих программ в сочетании с абилитацией и реабилитацией детей-инвалидов. На сегодня внедрение педагогических новшеств актуализирует проблему здоровья детей, обучающихся в школе. Данная проблема широко представлена в работах, рассматривающих влияние экспериментальных форм обучения на здоровье школьников (Сердюковская Г.Н. и др., 2000; Смирнова А.В., 2001; Батенкова И.В., 2001; Безруких М.М., Сонькин В.Д., 2002 и др.).

Вместе с тем общие показатели школьной успеваемости имеют тенденцию снижения. На государственном уровне разработан ряд мер по преодолению школьной неуспешности детей. В частности, в Концепции развития дополнительного образования до 2030 года рекомендована разработка соответствующих программ, направленных на повышение качества образовательных результатов у детей, испытывающих трудности в освоении основных общеобразовательных программ, улучшение качества здоровья, успеваемости и социального благополучия ребенка на основе актуальных научных данных.

Однако, применяемые официально признанные образовательные и развивающие методики и технологии показывает противоречивые результаты, провоцируя полярное отношение к их значимости. Одной из причин возникшей ситуации является то, что их реализация идет без учета субъективного состояния ребенка, которое подвержено ритмическим колебаниям. В данном направлении одним из ведущих методов мониторинга функционального состояния является биоритмологический подход, который позволяет использовать знания циркадных ритмов на практике, точно выбирая время активации или снижения определенных функций для проведения конкретных мероприятий - обучения, физкультуры, творчества, реабилитации (Г. Хильдебрандт, М. Мозер, М. Лехофер, 2006).

Публикации по изучению биологических и социальных факторов, нарушающих хронобиологические процессы в организме, обширно представлены в научной литературе. К сожалению, вопросам влияния нарушений режима дня и питания на здоровье, продуктивную деятельность и психологический комфорт в существующих российских и международных исследованиях уделяется внимание в наибольшей степени применительно ко взрослым (О.Ю. Атьков, А.З. Цфасман, 2019; Н.Р. Деряпа 1985). В отношении детей и подростков изучению данных проблем внимания уделяется значительно меньше (А.А. Псеунок, 2005, Окко Н. И., Чижева Ж. Г., Шестакова В. Н., 2012). В отношении детей с ОВЗ и детей-инвалидов от 3 лет подобные системные исследования отсутствуют, хотя их актуальность не вызывает сомнения (М.Ф. Борисенков, 2023).

В раннем детском возрасте происходит формирование физиологических функций и поведенческих стереотипов на фоне еще продолжающегося формирования структур и функций головного мозга. Неправильные режим сна-бодрствования и рацион питания в этом возрасте могут привести к нарушениям здоровья и психологическому дискомфорту, что может иметь отдаленные негативные последствия для здоровья и продуктивной деятельности человека во взрослом состоянии.

Отдельные научные исследования показывают, что нарушение режима сна-бодрствования наиболее часто наблюдается у детей дошкольного и

м
л
а
д
ш
е
г
о

ш
к
о
л
ь
н
о
г

В связи с вышеизложенным, учитывая, что декретное время Саратовского региона находится в рассогласовании с истинным астрономическим временем на один час и социальный режим не соответствует биологическому, необходимо является проведение аналитической работы по выявлению остроты проблемы и способам ее комплексной коррекции. По результатам данного исследования планируется разработать и внедрить рекомендации по применению хронобиологического подхода в здоровьесберегающих технологиях и программах по преодолению школьной неуспешности, нарушений учебных навыков и поведения детей с нормотипичным развитием и с нарушениями развития, включая детей с ОВЗ и детей-инвалидов Саратовского региона.

(
D

Обоснование возможности реализации проекта в соответствии с законодательством об образовании РФ

е

Работа по реализации инновационного проекта планируется в соответствии с задачами Концепции развития дополнительного образования

л
с
h
е

до 2030 года в части совершенствования научно-методического и ресурсного обеспечения образования и взаимодействия с научными организациями, образовательными организациями высшего образования, профессиональными образовательными организациями для вовлечения организаций дошкольного, общешкольного и дополнительного образования в научную деятельность.

В основу положены следующие законодательные и нормативные документы:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 16.04.2022)
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года
4. Национальный проект «Образование» Протокол от 03.09.2018 №10 Президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам
5. Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20 февраля 2019 г. № ТС-551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»
6. Распоряжение Минпросвещения России от 21 июня 2021 г. № Р-126 «Об утверждении ведомственной целевой программы «Развитие дополнительного образования детей, выявление и поддержка лиц, проявивших выдающиеся способности»
7. Указ Президента Российской Федерации от 29 мая 2017 г. № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»
8. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.
9. Федеральный Закон от 30 марта 1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»
10. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 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» (с изменениями на 30 декабря 2022 года)

11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

Теоретические исследования

1. *Окко Н. И., Чижева Ж. Г., Шестакова В. Н.* Сравнительная характеристика динамики состояния здоровья детей с признаками одаренности // Вопросы практической педиатрии, 2012. № 4. С. 70-71.

2. *Нарикбаева Л. М.* Научные подходы к изучению факторов развития профессиональной одаренности // *Материалы II Международной научно-практической онлайн-конференции «Психология одаренности и творчества»*. Известия института педагогики и психологии образования <http://ippo.selfip.com:85/izvestia/narikbaeva-l-m-nauchnye-podkhody-kizuch/> (дата обращения: 14.06.2024)

4. *Шарабчиев Ю. Т.* Творческая одаренность и гениальность: медицинские и социально-психологические аспекты// журнал «Медицинские новости», Минск, 1996, № 5

5. *Ева К. Виннебек, Анна М. Биллер, Джулия Зербини.* Научное заключение по хронобиологическому планированию школьного времени для правительства 294 немецкоязычного сообщества Бельгии. Университет Суррея. 23.09.2023
Версия 1.3

6. *Борисенков М. Ф., Попов С.В., Смирнов В. В., Мартинсон Е. А., Соловьева С. В., Данилова Л. А., Губин Д. Г.* Связь между продуктами, содержащими мелатонин. Потребление и ритм сна-бодрствования студентов, психоэмоциональные и антропометрические характеристики: полуколичественный анализ и гипотетическое применение. *Nutrients* 2023, 15, 3302. <https://doi.org/10.3390/nu15153302> (дата обращения: 25.05.2024)

7. *Атьков О. Ю., Цфасман А. З.* Профессиональная биоритмология. Москва, 2019, С. 192.

8. *Норихиса Тамура, Кайоко Окамура.* Лонгитюдное течение и исход социального джетлага у подростков: последующее исследование эпидемиологических когорт здоровья сна подростков продолжительностью в 1 год <https://doi.org/10.1111/jsr.14042> (дата обращения: 25.05.2024)

10. *Анисимов Г.В., Калашникова Т.П.* Распространенность нарушений сна у детей города Перми. Сборник тезисов докладов XIII Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные проблемы сомнологии» 29-30 ноября 2022 года. ФГАОУ ВО Первый МГМУ им. И.М.Сеченова Минздрава России (Сеченовский университет) // под ред. М.Г.Полуэктова, К.Н.Стрыгина. стр. 7

11. *Оцука Юитиро, Осаму Итани, Сугуру Накадзима, Есиюки Канеко, Масахиро Судзуки, Еситака Канейта.* Влияние хронотипа, симптомов бессонницы, продолжительности сна и электронных устройств на невосстанавливающийся сон и дневную сонливость у японских подростков. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2023.07.030> (дата обращения: 14.06.2024)

12. *Франк Эйл Цеер* Эндогенные циркадные ритмы в настроении и самочувствии. Здоровье сна: журнал Национального фонда сна <https://www.sleephealthjournal.org/> (дата обращения: 14.06.2024)

13. Влияние времени начала занятий на продолжительность сна и успеваемость учеников средних школ Екатеринбурга / М. Ф. Борисенков, С.В. Попов, В. В. Смирнов, А. А. Печеркина, О. И. Дорогина, Э. Э. Сыманюк. – Текст: электронный // Cognitive Neuroscience – 2021: материалы международного форума, (Екатеринбург, 2–3 декабря 2021 г.). — Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2022.С. 147-150.URL: <https://elar.urfu.ru/handle/10995/109089> (дата обращения: 14.06.2024)

14. *Тихвинский С. Б., Хрущев С. В.* Детская спортивная медицина. Практическое руководство. М.: Медицина, 1991. 560 с.

15. Хронобиология и хрономедицина /Под ред. Ф. И. Комарова.М.: Медицина, 1989, 400 с.

16. *Масловская, А.А.*Биохимия гормонов: пособие для студентов педиатрического, медико-психологического, медико-диагностического факультетов ифакультета иностранных учащихся /А.А. Масловская. – 6-е изд.–Гродно : ГрГМУ, 2012. 44 с.

17. *Дубынин В.А.*Мозг и его потребности. От питания до признания. Изд. Альпина нон-фикшн, 2022г. 576 с.

18. *Бишоп Д.В., Сноулинг М.Дж., Томпсон П.А., Гринхал Т.,* консорциум консенсусное исследование Delphi. Выявление речевых нарушений у детей. ПЛОС Один. 11(7): e0158753. doi: 10.1371/journal.pone.0158753.

19. Бишоп Д.В.М., Сноулинг М.Дж., Томпсон П.А., Гринхал Т., консорциум CATALISE-2. 2017. Фаза 2 CATALISE: многонациональное и междисциплинарное консенсусное исследование проблем языкового развития Delphi: Терминология. J Детская психологическая психиатрия. 58(10):1068-1080. doi: 10.1111/jcpp.12721.

20. Чен СХ, Ли ТМН, Чжан Дж, Ли СХ, Ю МВМ, Цанг СС, Чан КСС, Аи СТ, Ли АМ, Конг АРС и др. 2022. Влияние социальной смены часовых поясов, скорректированной сном, на психическое здоровье, поведенческие проблемы и дневную сонливость у подростков. Сон Мед. 100:494-500. doi:

Дой Й., Исихара К., Утияма М. 2015. Ассоциации хронотипа с социальной сменой часовых поясов и поведенческими проблемами у детей дошкольного возраста. Хронобиол Инт. 32(8):1101-1108. doi: 10.3109/07420528.2015.1063503.

Научные концепции, положенные в основу проекта

1. Безруких М.М., Возрастная физиология: (Физиология развития ребенка): Учебное пособие для студентов высш.пед.учеб.заведений / М.М.Безруких, В.Д.Сонькин, Д.А.Фарбер. – М.: Издательский центр «Академия»; 2003. – 416 с.
2. Давыдова О.И., Богославец Л.Г. Режим дня школьника: правда и мифы. – М.: ТЦ Сфера, 2018. – 128 с. (Управление детским садом) (4)
3. Павлова А.В. Методические рекомендации для родителей детей раннего возраста с ОВЗ и инвалидностью по организации режима в условиях вынужденной самоизоляции / А.В.Павлова. – М.: ФГБНУ «ИКП РАО» 2020. – 46 с.

Актуальность проекта

Итоги исследований, проведенных с 2015 по 2024 г. на базе МАУДО «Детско-юношеский центр Фрунзенского района г. Саратова»

В период с 2015 по 2020 гг. в МАУДО «Детско-юношеский центр Фрунзенского района г. Саратова» в студии для детей-инвалидов и детей с ОВЗ «Маленький принц» были проведены исследования по изучению влияния режима дня на динамику реабилитационных мероприятий. Результаты исследований были представлены на конференциях: Международный педагогический он-лайн форум EdEXPO-2021 "Образование с позиций будущего" (Санкт-Петербург, 2021 г.) и IV Международный форум по

когнитивным нейронаукам "COGNITIVE NEUROSCIENCE – 2021" г. Екатеринбург, 2021г.). Данные исследований вызвали интерес научного сообщества. Было выявлено, что при всей значимости результатов проведенных исследований, изучению поднятых вопросов уделяется недостаточно внимания.

Согласно проведенным исследованиям и анализу литературы принцип хронобиологического подхода является одним из актуальных в создании рационального учебного режима. (Саркисов Д.С., Пальцман А.А., Втюрин В.В., 1975; Аринчин Н.Н. 1980; Батурин В.А. 1999). Немаловажен и тот факт, что образовательная деятельность прямо соотносится с нервно-психической, которая имеет свои биоритмические закономерности. Данные, представленные в работах Антропова М.В., Голубева В.В., Глыбина Л.Я., Гауджилда Г, Бадтке Г., Глушковой Е.К., Крылова Д.Н. и др. раскрывают функции биоритмов в образовательном процессе, и в первую очередь регуляторную и оптимизирующую. Изменения структуры биоритмов объективно отражают состояния регуляторных процессов физиологии и являются наиболее ранними доклиническими критериями предпатологических состояний, что определяет актуальность применения данных биоритмологии в организации эффективного мониторинга психофизического состояния ребенка. Активные интеллектуальные нагрузки – это стрессогенный фактор, который вызывает у обучающихся перестройку работы организма на всех уровнях (Агаджанян Н.А. и др., 1997, Новоселова Е.И. и др., 2000). Особую значимость приобретает специфика индивидуальных колебаний физиологических процессов у детей, отличающихся лабильностью и неустойчивостью регуляции психических функций (Хрущев С.В., Круглый М.М., 1982; Суслов М.Г., 1983). В данных обстоятельствах учет биоритмологических закономерностей является одним из скрытых резервов увеличения эффективности учебного процесса и гармоничного развития ребенка.

В 2023-2024 учебном году МАУДО «Детско-юношеский центр Фрунзенского района г.Саратова» стал участником и соавтором межрегионального исследования Института Физиологии Научного центра Коми Уральского отделения РАН по теме «Сон, диета и самочувствие детей дошкольного и младшего школьного возраста». Статистические данные исследования показали очевидную взаимосвязь успеваемости, психоэмоционального состояния детей и подростков с особенностями режима дня. По результатам исследования отмечено рассогласование между режимом сна-бодрствования и социальными ритмами (социальный джетлаг). В частности, было выявлено, что общий хронический дефицит сна у детей, имеющих инвалидность, ОВЗ и парциальные нарушения академической успеваемости, проблемы в поведении и социальных контактах, находится в коридоре от 2 до 3 астрономических часов. Рассогласованность между

временем активации и отдыха мозговой деятельности и фактическим расписанием занятий колеблется от 2 до 4 часов. Исследования режима выходного дня показывают, что в течение этого периода дети не могут преодолеть дефицит сна и добрать время для восстановления организма.

В связи с вышеизложенным, актуальность исследования проблем, связанных с возможностью практического использования данных биоритмологии в отношении детей г. Саратова и Саратовской области, обуславливается тем, что:

а) в настоящее время сохраняется динамика увеличения учебных нагрузок, не опирающихся на состояние здоровья, что, в свою очередь, порождает необходимость поиска новых факторов оптимизации учебного процесса;

б) Саратовская область расположена на меридиане астрономического времени UTC+3, тогда как его официальный пояс UTC+4 (на сегодняшний день г. Саратов входит в список из 46 регионов, в которых, по данным Службы точного времени, рассогласование между декретным и астрономическим временем составляет период от получаса до полутора часов). Вследствие чего выявляется проблема: дети Саратовской области живут и учатся в состоянии хронического социального джетлага;

в) данные первого этапа межрегионального исследования МАУДО «Детско-юношеский центр Фрунзенского района г.Саратова» и Института Физиологии НЦ Коми УрО РАН показали промежуточные результаты, которые говорят о большом количестве случаев трудностей успеваемости и психо-эмоционального состояния на фоне нарушения режима дня детей и подростков г. Саратова: проанализированы 406 анкет (227 мальчиков и 174 девочки включая детей с ОВЗ и детей-инвалидов) в возрасте от 2-х до 18 лет. Предварительные итоги: выявлено детей с нарушениями речи (НР) – 217 человек, из которых 97 человек (44,7%) не имеют диагноза. Учебные, поведенческие и социальные проблемы в большей степени выражены у детей с НР без диагноза. У детей 6-12 лет наблюдается высокий процент избыточной массы тела и ожирение. Нарушения режима отхода ко сну демонстрируют 52,7% детей. Хронический дефицит сна с разницей, достигающей 2-х часов, имеют 356 (87,7%) детей. Из них 281(69.3%) человек просыпаются самостоятельно, а с помощью будильника или будят родственники. В свободные и выходные дни дефицит сна пытаются «доспать» 138 детей, просыпаясь в среднем на 1,5-2 часа позже, чем в будни. У детей с ОВЗ и детей-инвалидов в сумме долг сна в 1 час достигает 26%, в 2 часа – 68%. Так же замечено, что проблемы дефицита сна коррелируют с поведенческими в возрасте до 6 лет и с учебными и социальными – в возрасте от 6 до 12 лет. Время пребывания на открытом воздухе в среднем составило 2-3 часа – 217 (53,5%) детей гуляют в будни и 136 (33,5%) детей – в выходные. Продукты-

хронобиотики, призванные частично сбалансировать джетлаг, так же занимают скромное место в меню детей: лосось не едят 48,8%; грецкий орех – 39,9%; вишню – 34%; помидор – 26,8%;

г) работа с педагогами и родителями в процессе исследования в 2023-2024 учебном году показала недостаточную осведомленность о взаимосвязи успеваемости, психоэмоционального состояния детей и подростков с особенностями режима дня и востребованность в знаниях в данном вопросе. В процессе дискуссий на семинарах, организованных ДЮЦ в рамках исследования, родители и педагоги отметили необходимость создания методических рекомендаций в доступной для восприятия форме по выявлению причин тех или иных деструктивных проявлений в поведении и успеваемости, связанных с нарушением режима дня, и способов их преодоления;

д) на IV Международной научно-практической конференции «Развитие одаренности в контексте больших вызовов: методология, проекты, технологии» (СГУ им. Н.Г. Чернышевского, Саратов, 2023 г.) представители педагогического и научного сообщества отметили значимость исследования и выразили заинтересованность в сотрудничестве и работе не только с педагогами, но и со студентами психолого-педагогического направления подготовки;

е) профессорско-преподавательский состав Педагогического института СГУ имени Н.Г. Чернышевского отметил необходимость участия в исследовании преподавателей и студентов в части сбора и анализа данных, а также в работе РИП.

Ожидаемые результаты реализации программы

Реализация проекта позволит:

- привлечь к сбору и анализу данных представителей педагогического, научного и родительского сообществ;
- расширить границы исследования в Саратове и Саратовской области и получить наиболее точные статистические данные именно по Саратовскому региону;
- повысить уровень осведомленности педагогического и родительского сообщества о хронобиологических причинах нарушений академической успеваемости и поведения, а также о способах их диагностики и преодоления;
- методические разработки, созданные по результатам работы РИП, можно будет использовать в рекомендациях по применению здоровьесберегающих технологий и программ по преодолению школьной неуспешности детей, программ по преодолению нарушений учебных навыков

и поведения детей и подростков, коррекционных программ, дополнительных общеразвивающих программ образовательных учреждений Саратовского региона. Кроме того, методические разработки будут полезны родителям детей-инвалидов, детей с ОВЗ а также родителям нормотипичных детей с нарушениями или отклонениями в поведении и успеваемости.

Этапы, содержание и методы инновационной деятельности, прогнозируемые результаты по каждому этапу

Подготовительный этап.

1. формирование рабочей группы;
2. разработка нормативных документов;
3. анализ материально-технической базы;
4. разработка информационных ресурсов для публикации материалов работы РИП на на сайте ДЮОЦ и других платформах сети Интернет;
5. поиск социальных партнеров исследования.

Организационный этап.

1. подготовка и обновление материально-технической базы;
2. организация методического сопровождения деятельности РИП;
3. организация установочных семинаров и круглых столов для социальных партнеров;
4. заключение договоров с социальными партнерами;
5. обучение участников проектной группы работе с диагностическими методиками и алгоритму проведения исследовательской деятельности в рамках работы РИП;
6. повышение уровня педагогической грамотности педагогов и родителей в области социальной гигиены, хронопрофилактики и применения здоровьесберегающих технологий.

Практический этап.

1. анализ статистических данных первого этапа межрегионального исследования ИФ НЦ Коми УрО РАН (2023-2024), полученных по профилю детей г.Саратова;
2. организация продолжения сбора данных на втором этапе межрегионального исследования (2024-2025), расширение границ исследования по г. и Саратовской области;
3. проведение мероприятий по реализации инновационной идеи программы согласно плану (семинары, конференции, круглые столы);

4. анализ и обсуждение полученных в ходе анкетирования данных на семинарах и конференциях по теме РИП, представление уже имеющихся результатов;
5. подготовка рабочих материалов для разработки методических рекомендаций в области взаимосвязи успеваемости, психоэмоционального состояния и социального благополучия детей и подростков с особенностями режима дня;
6. создание пилотной версии методических рекомендаций;
7. апробация материалов методических рекомендаций специалистами в области педагогики, психологии и социального сопровождения, а также родителями;
8. представление опыта применения методических рекомендаций в мероприятиях, утвержденных Министерством образования Саратовской области и ГАУ ДПО «СОИРО»;
9. информирование о деятельности РИП в сети Интернет;
10. текущий контроль за реализацией проекта.

Контрольно-оценочный этап

1. контрольная диагностика реализации проекта;
2. оценка эффективности апробации методических рекомендаций;
3. экспертиза итогового продукта проекта;
4. выпуск итогового продукта проекта – методических рекомендаций для педагогов и родителей;
5. подготовка отчета о деятельности РИП.

Анализ условий, необходимых для реализации программы (проекта)

Кадровое обеспечение

В проекте участвуют сотрудники МАУ ДО «Детско-юношеский центр Фрунзенского района г.Саратова» Хусаметдинова Виктория Анатольевна и Рябинина Екатерина Петровна.

Хусаметдинова Виктория Анатольевна

Методист, педагог дополнительного образования высшей категории, руководитель студии для детей-инвалидов и детей с ОВЗ «Маленький принц», детский, спортивный и кризисный психолог, специалист когнитивно-поведенческой терапии, инструктор лечебной и адаптивной физкультуры, член Союза реабилитологов РФ, член Европейской ассоциации педагогов, психологов и врачей «Science», член Ассоциации КПП, член Европейского сообщества изучения биологических ритмов SRBR. Общий педагогический стаж – 39 лет. Имеет 15-летний опыт работы завучем МАУДО «ДЮОЦ» по инновационной и экспериментальной работе. Инициатор и организатор

структурного подразделения «Школа парусного спорта» и студии для детей-инвалидов в условиях дополнительного образования; наставник, куратор инновационно-экспериментальной работы творческих коллективов ДЮОЦ.

Научно-исследовательская работа

2017 г. (Москва) II Всероссийская научно-практическая Конференция "Комплексное сопровождение детей с РАС" **доклад** «Скрытые резервы реабилитации детей с ОВЗ и детей-инвалидов»

2018 г. (Москва) Всероссийская конференция "Актуальные проблемы психологической поддержки детей и подростков с учетом концепции развития психологической службы в системе образования в РФ на период до 2025 г"

2018 г. (Москва-Берлин) Международный научно-практический Конгресс "Дети в душевной беде. Травмапедагогика"

2019 г. (Москва) VII Международная научно-практическая Конференция "Аутизм. Вызовы и решения"

2020 г. (Москва) II Всероссийская научно-практическая Конференция "Семья особого ребенка"

2021 г. (Санкт-Петербург) Международный педагогический он-лайн форум EdEXPO-2021 "Образование с позиций будущего" **стендовый доклад** «Влияние биоритмов на субъективное благополучие, развитие и обучение детей-инвалидов»

2021 г. (Баку) 3-й Международный Конгресс "Ferdli Ferdler" Люди с особенностями развития

2021 г. (Саратов, СГУ имени Н.Г.Чернышевского) III Международная научно-практическая конференция "Инновации в развитии одаренности: диагностика, обучение и воспитание в условиях цифровизации" **мастер-класс** «Влияние биоритмов на раскрытие потенциала ребенка»

2021 г. (Екатеринбург) IV Международный форум* "COGNITIVE NEUROSCIENCE – 2021" **доклад** «Влияние биоритмов на обучение, развитие и социальное благополучие детей-инвалидов»

2022 г. (Санкт-Петербург) Всероссийская педагогическая конференция "Индивидуализация и персонализация обучения: практика современной школы"

2022 г. (Москва, МГППУ) II Международная научно-практическая конференция "Давыдовские чтения"

2023 г. (Санкт-Петербург) Всероссийская педагогическая конференция "Воспитание в современном образовательном пространстве: тенденции, технологии, векторы развития"

2023 г. (Москва РНИМУ им.Пирогова) Научно-практическая конференция "Аутизм. Врачи, пациенты, родители: вместе в интересах людей с РАС"

2023 г. (Саратов, СГУ им. Н.Г.Чернышевского) IV Международная научно-практическая конференции «Развитие одаренности в контексте больших вызовов: методология, проекты, технологии» доклад «Одаренный ребенок: управление поведением», публичная лекция «Системная диагностика вынужденной гиперактивности»

Публикации

Хусаметдинова В. А. Хронобиологические аспекты развития одаренного ребенка Инновации в развитии одаренности: диагностика, обучение, воспитание в условиях цифровизации: сборник научных статей III Международной научно-практической конференции. – Саратов: ИЦ «Наука», 2021. – 185 с.: ил.

Хусаметдинова В. А. Взаимодействие с родителями детей-инвалидов на этапе первичной комплексной диагностики (из опыта работы студии «Маленький принц»). Детско-взрослое взаимодействие: лучшие педагогические практики в системе дополнительного образования детей г. Саратов: Сб. науч.-практ. Статей / под ред. Л.А.Ревуцкой, М.Н.Бурмистровой, О.В.Чулковой. – Саратов: Издательство «Наука», 2020 – 100 с.

Хусаметдинова В. А. Одаренный ребенок: хронобиологические аспекты управления поведением. Развитие одаренности в контексте больших вызовов: методология, проекты, технологии: сборник научных статей Международной научно-практической конференции. – Саратов: ИЦ «Наука», 2023.

Хусаметдинова В.А. Влияние биоритмов на субъективное благополучие, развитие и обучение детей-инвалидов. Образование с позиции будущего: Сб. трудов участников международного образовательного форума EdEXPO 2021 [Электронный ресурс]. – Электрон.текстовые дан. (1 файл pdf: 147 с.). СПб.: Изд-во «Международные образовательные проекты», 2021. – Систем. требования: Adobe Reader XI; экран 10”.

Распространение опыта работы

2018 г. (Москва, Логоцентр «Доброе слово») лекция «Тайны аутизма»;

2020 г. (Саратов, Инженерный лицей) лекция «Правда и мифы о гиперактивности»;

2021 г. (Саратов, СОШ №1) лекция «Волшебные часы биоритмов»;

2023 г. (Саратов, СОУМЦ) лекция «Биоритмы и искусство»;

2023 г. (Саратов, СОУМЦ) лекция «Хронобиологические аспекты здоровьесберегающих технологий»;

2023 г. (Саратов, СОУМЦ) лекция «Хронобиологический подход в работе с детьми-инвалидами»;

2024 г. (Саратов, СОУМЦ) лекция «Клинический протокол в помощь педагогу»;

2024 г. (Саратов, СОУМЦ) лекция «Способности и одаренность»;

2024 г. (Саратов, МАУДО ДЮОЦ) городской семинар «Аутизм. Прошлое, настоящее, будущее».

Рябинина Екатерина Петровна

Педагог дополнительного образования МАУДО «Детско-юношеский центр Фрунзенского района г. Саратова», руководитель развивающей студии для дошкольников «Школа веселых наук». Заведующая отделом «Медиа-центр» ДЮОЦ, администратор и автор госпаблика ДЮОЦ в сети ВК. Магистр кафедры педагогики факультета психологии Саратовского национального исследовательского государственного университета имени Н.Г.Чернышевского по направлению подготовки «Педагогика одаренности». Общий педагогический стаж – 12 лет. Имеет большой опыт в организации информационного сопровождения мероприятий, создании рекламной и анонсирующей продукции, разработки и проведения социально значимых акций, механики проведения мероприятий.

Научно-исследовательская деятельность

2017 г. (Саратов, СГУ имени Н.Г.Чернышевского) Международная научно-практическая конференция «Обучение и педагогическое сопровождение одаренной личности: инновационные подходы и технологии» **доклад**

2019 г. (Саратов, СГУ имени Н.Г.Чернышевского) IX Ежегодная научно-практическая конференция молодых ученых факультета психологии «Проблемы современной психологии: теория, практика, эксперимент» **доклад** "Одарённость и трудности обучения"

2019 г. (Саратов, СГУ имени Н.Г.Чернышевского) Научно-образовательный фестиваль VII Недели педагогического образования «Уроки вне уроков» **доклад** «Эффективное взаимодействие детей и родителей, как предиктр развития одарённости"

2019 г. (Саратов, СГУ имени Н.Г.Чернышевского) IV Международная научно-практическая конференция «Психология и педагогика семьи», **доклад** «Игра как средство педагогической поддержки взаимодействия детей и родителей»

2019 г. (Саратов СГУ имени Н.Г.Чернышевского) Международная научно-практическая конференция «Инновации в развитии одаренности: от книги до IT – решений», **доклад** «Взаимодействие детей и родителей как предиктор развития детской одаренности»;

2021 г. (Саратов, СГУ имени Н.Г.Чернышевского) III Международная научно-практическая конференция "Инновации в развитии одаренности: диагностика, обучение и воспитание в условиях цифровизации"

2023 г. (Саратов, СГУ им. Н.Г.Чернышевского) IV Международная научно-практическая конференции «Развитие одаренности в контексте больших

вызовов: методология, проекты, технологии» доклад «Педагогическая кинезиология – технология преодоления трудностей обучения»

2024 г. (Саратов, СГУ имени Н.Г.Чернышевского) Международный форум «Гуманизация образовательного пространства – 2024: взаимодействие педагогов с семьей»

Публикации:

Рябинина Е. П. Педагогическая кинезиология – технология преодоления трудностей обучения детей с признаками одарённости. Развитие одаренности в контексте больших вызовов: методология, проекты, технологии: сборник научных статей Международной научно-практической конференции. – Саратов: ИЦ «Наука», 2023.

Рябинина Е.П. Влияние взаимодействия родителей с детьми младшего дошкольного возраста на развитие способностей детей. Детско-взрослое взаимодействие: лучшие педагогические практики в системе дополнительного образования детей г. Саратов: Сб. науч.-практ. Статей / под ред. Л.А.Ревуцкой, М.Н.Бурмистровой, О.В.Чулковой. – Саратов: Издательство «Наука», 2020 – 100 с.

Рябинина Е.П., Курчатова Н.Ю. Использование упражнений актерского психофизического тренинга в работе с одаренными детьми. Научно-методические проблемы инновационного педагогического образования: Сборник научных трудов. В 2 ч. Ч.2. – Саратов: Изд-во СРОО «Центр «Просвещение», 2018. – 196 с.

Рябинина Е.П., Курчатова Н.Ю. Взаимодействие детей и родителей как предиктор развития детской одаренности. Инновации в развитии одаренности: от книги до IT-решений: сборник научных статей Международной научно-практической конференции. – Саратов: Изд-во Сарат. ун-та, 2019. – 240 с.

Распространение педагогического опыта

2017 г. (Саратов, Городской методический центр) Городской фестиваль педагогического мастерства педагогов дополнительного образования, **мастер класс** «Театральные игры, как одно из условий эффективного взаимодействия педагога и учащегося в организации образовательного процесса»;

2018 г. (Саратов, СГУ имени Н.Г.Чернышевского) Педагогическая олимпиада «Учитель, которого ждут!», участие в качестве организатора;

2023 г. (Саратов, Комитет по образованию г.Саратова) городской командный фестиваль профессионального мастерства «Метаморфоза»;

2023 г. (Саратов, СОИРО) Обучающий семинар «Детский оздоровительный лагерь – территория воспитания». Доклад «Коллективное творческое дело «Медиа центр».

Информационное обеспечение

Информационное поле освещения деятельности РИП включает несколько платформ в сети Интернет:

- 1) платформа для публикации основных положений работы РИП, соответствующей документации, итогов и отчетов отдельный раздел официального сайта МАУДО «Детско-юношеский центр Фрунзенского района г. Саратова» <http://dc64.ru/>.
- 2) платформа для публикации анонсов мероприятий, афиш и приглашения к сотрудничеству, фото и видео отчетов с мероприятий – официальная страница госпаблика МАУДО «Детско-юношеский центр Фрунзенского района г. Саратова» <https://vk.com/ducfrunze> Платформа ВК дает возможность создания отдельных разделов и мероприятий по работе РИП, адресного оповещения участников и социальных партнеров, платформа защищена меткой «госпаблик». Для публикации материалов по РИП будет разработан рубрикатор и система #хштегов, позволяющих сделать информацию более доступной.
- 3) Сервис qtickets будет использован для бесплатной регистрации участников и анонсов мероприятий РИП для педагогов и родителей.
- 4) Информация о проведенных мероприятиях опубликована на странице ДЮЦ в ВК <https://vk.com/ducfrunze> под #хэтегами #ДЮЦнаука.

Финансовое обеспечение

Участники рабочей группы Хусаметдинова В.А. и Рябинина Е.П. являются действующими педагогами МАУДО «Детско-юношеский центр Фрунзенского района г.Саратова», получают заработную плату за счет муниципального бюджета, а также являются участниками методического объединения образовательной организации по научно-исследовательской деятельности. Осуществление деятельности РИП входит в план работы методического объединения. Сотрудники обеспечиваются техникой, канцелярскими товарами и расходными материалами.

Материально-техническое обеспечение

Основная часть деятельности РИП будет проходить на территории МАУДО «ДЮЦ Фрунзенского района г.Саратова». Организация располагает помещениями с необходимой мебелью и техническими средствами: мультимедийным оборудованием, оргтехникой; рабочие места оборудованы мебелью и расходными материалами. В наличии компьютерная техника с необходимым программным обеспечением и доступом выхода в интернет.

Социальные партнеры

Специфика данной программы предполагает несколько вариантов социального партнерства:

Сбор данных для исследования взаимосвязи успеваемости, психоэмоционального состояния и социального благополучия детей и подростков с особенностями режима дня в условиях рассогласования астрономического и декретного времени. Социальными партнерами в данном направлении являются образовательные учреждения всех видов, находящиеся на территории г. Саратова и Саратовской области и заключившие соглашение о сотрудничестве.

В совместном исследовании взаимосвязи успеваемости, психоэмоционального состояния и социального благополучия детей и подростков с особенностями режима дня в условиях рассогласования астрономического и декретного времени ДЮЦ и Института физиологии НЦ УрО РАН в 2023-2024 учебном году уже приняли участие специалисты образовательных организаций:

1. МАУДО «Детско-юношеский центр Фрунзенского района г. Саратова»
 2. ФГБОУ ВО СГУ имени Н.Г.Чернышевского
кафедра педагогики и психологии
 3. МАОУ СОШ № 18 УИП им. О.П.Табакова Дошкольный корпус
«Колокольчик»
 4. МАОУ СОШ № 18 УИП им. О.П.Табакова Дошкольный корпус
«Ласточка»
 5. МАОУ СОШ № 18 УИП им. О.П.Табакова Дошкольный корпус
«Журавлик»
 6. МДОУ «Детский сад комбинированного вида № 8 «Ягодка»
Фрунзенского района г.Саратова
 7. МДОУ «Детский сад № 119» г.Саратова
 8. МДУ «Центр развития ребенка детский сад № 243 «Апельсин»
 9. ГБОУ СО «Центр образования» г.Саратова
 10. ГАОУ СО «Центр образования «Родник знаний» г.Энгельса
- Педагоги и учреждения получили свидетельства участника межрегионального исследования от Института физиологии НЦ УрО РАН.

Научно-методическое партнерство

Социальными партнерами в данном направлении работы являются:

1. ФГБОУ ВО Саратовский национальный исследовательский государственный университет им. Н.Г. Чернышевского
2. Педагогический институт СГУ имени Н.Г.Чернышевского
3. ГАУ ДПО Саратовский областной институт развития образования

4. Институт физиологии Научный Центр Коми Уральского отделения Российской Академии Наук

Волонтеры РИП. Для обеспечения своевременного сбора данных и организации комфортных условий для участников мероприятий в рамках реализации программы необходима волонтерская поддержка. Данный тип сотрудничества осуществляется за счет участия студентов педагогического института СГУ, в качестве прохождения практики, сбора и подготовки материалов для собственных исследований (курсовые работы, дипломные проекты, магистерские диссертации).

Опыт работы в данной сфере

Проектная деятельность ДЮЦ:

2015 – 2020 г. исследовательский проект «Шаги навстречу».

Тема: «Влияние биоритмов на субъективное благополучие, развитие и обучение детей-инвалидов»

Реализация: результаты представлены на Международном педагогическом Форуме «EdEXPO-2021 Образование с позиции будущего» (Санкт-Петербург, 2-3 марта 2021 г.) с публикацией статьи в материалах Конференции, и на IV Международном Форуме по когнитивным нейронаукам Cognitive Neuroscience (г. Екатеринбург, 2-3 декабря 2022 г.) по приглашению ИФ ФИЦ Коми НЦ УрО РАН.

2021 – 2025 г. исследовательский проект: межрегиональное исследование Института Физиологии НЦ Коми УрО РАН. Соавтор - МАУДО «ДЮЦ Фрунзенского района».

Средства контроля и обеспечения достоверности результатов

1. Мюнхенский тест для оценки хронотипа (MCTQ).
2. Модифицированный и адаптированный тест для оценки частоты потребления продуктов питания (FFQ) (адаптированный для оценки потребления продуктов, содержащих мелатонин).
3. Сильные стороны и трудности (SDQ).
4. Время приема пищи (оценка режима питания)

Впервые опубликованы в статье: Borisenkov M.F., Tserne T.A., Popov S.V., Smirnov V.V., Dorogina O.I., Pecherikina A.A., Symaniuk E.E. Association of chrononutrition indices with anthropometric parameters, academic performance,

a
n
d

p

Перечень научных и учебно-методических разработок по теме инновационного проекта (программы), использованных при его разработке

1. *Макарова Л.И.* Физиолого-гигиенические принципы организации режима дня и учебного процесса в образовательных организациях: учебное пособие / Л.И.Макарова, И.Г.Погорелова; ГБОУ ВПО ИГМУ Минздрава России, кафедра коммунальной гигиены и гигиены детей и подростков. – Иркутск: ИГМУ, 2016. – 52 с.
2. *Погорелова И.Г.* Гигиенические требования к организации физического воспитания детей и подростков: учебное пособие / И.Г.Погорелова, Л.И.Макарова; Иркутский государственный медицинский университет, Кафедра профильных гигиенических дисциплин. – Иркутск: ИГМУ, 2022. – 50 с.

План реализации инновационного проекта (программы)

Календарный план реализации инновационного проекта (программы)

№ п/п	Перечень запланированных мероприятий	Сроки, место проведения мероприятий	перечень конечных результатов/образовательных продуктов
1 этап - ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ			
1.	Формирование рабочей группы	Январь 2025	Приказ МАУДО «Детско-юношеский центр Фрунзенского района г. Саратова» о деятельности региональной инновационной площадки, назначение ответственных за организацию деятельности РИП
2.	Разработка нормативных документов	Январь – февраль	Разработан комплект нормативно-правовых документов, регламентирующих порядок деятельности РИП Разработан план реализации проекта на 2025-2027 г. Разработаны бланки договоров и соглашений с социальными партнерами.

3.	Анализ материально-технической базы	Март 2025	Утвержден реестр имеющихся материально-технических ресурсов Сформирован список к приобретению необходимых расходных материалов и технических средств для проведения мероприятий согласно плану РИП
4.	Разработка информационных ресурсов для публикации материалов работы РИП на сайте ДЮЦ и других платформах сети Интернет	Февраль	Приказ по основной деятельности МАУДО «Детско-юношеский центр Фрунзенского района г.Саратова» о назначении ответственного за ведение информационного сопровождения работы РИП Разработан раздел для публикации результатов по работе РИП и документации на официальном сайте ДЮЦ Созданы имиджевые элементы оформления анонсирующей продукции Создан раздел «мероприятие» на странице госпаблика ДЮЦ в ВК Сформирован план публикаций в соответствии с планом мероприятий
5.	Поиск социальных партнеров исследования	Апрель, май, июнь	Размещена информация о проекте на электронных ресурсах МАУДО «Детско-юношеский центр Фрунзенского района г.Саратова» Отправлены пригласительные письма в образовательные учреждения г. Саратова и Саратовской области
2 этап – ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ			
	Подготовка и обновление материально-технической базы	Сентябрь	Для деятельности РИП закуплено необходимое оборудование и расходные материалы в соответствии с утвержденной

			директором МАУДО «ДЮЦ» сметой Созданы необходимые условия для работы участников проекта
	Организация методического сопровождения деятельности РИП	Январь-Март 2025	Сформирован кейс диагностического инструментария по анкетированию детей Разработан план мероприятий по методическому сопровождению педагогов и родителей по тестированию детей
	Организация установочных семинаров и круглых столов для социальных партнеров	Апрель-май-июнь	Проведено 3 установочных семинара (вебинара) для знакомства потенциальных социальных партнеров с положениями о работе РИП.
	Заключение договоров с социальными партнерами	Июнь-июль-август	Заключены договора и соглашения социального партнёрства с образовательными организациями Саратова и Саратовской области.
	Обучение участников проектной группы работе с диагностическим и методиками и алгоритму проведения исследовательской деятельности в рамках работы РИП	Август-сентябрь	Проведены 3 дистанционные встречи с участниками рабочей группы, студентами, волонтерами Проведено обучение по проведению анкетирования, сбору данных, взаимодействию с родителями Создан отчуждаемый продукт «Сборник тестов для определения хронотипа и психологического профиля ребенка»
	Повышение уровня педагогической грамотности педагогов и родителей области	В течение действия РИП	Проведены 8 обучающих занятия по темам: - формирование правильного режима дня с учетом джетлага Саратовского региона;

	социальной гигиены, хронопрофилактики здоровьесберегающих технологий		- формирования индивидуального оздоравливающего меню ребенка; - приоритетность социальной гигиены в оздоровлении детей; - реабилитационные резервы биоритмов; - особенности детей с ОВЗ и детей-инвалидов и значение мультидисциплинарного подхода к реабилитации и реабилитации; - проблемы способных и одаренных детей с позиции хронобиологии; - проблемы гиперактивных детей и биоритмологические пути их решения; - социальная гигиена детей-аутистов.
3 этап – ПРАКТИЧЕСКИЙ			
	Анализ полученных в 2023-2025 году данных исследования	Октябрь	Проведен семинар для педагогов и родителей, принимавших участие в исследовании в 2023-2025 году
	Организация продолжения сбора данных, расширение границ исследования	Октябрь 2025- Сентябрь 2026	Собрано и проанализировано не менее 1000 анкет детей г.Саратова и Саратовской области в возрасте 3-18 лет, включая детей с ОВЗ и детей-инвалидов
	Подготовка рабочих материалов для разработки методических рекомендаций	Сентябрь 2025- Декабрь	Сформирован план сборника методических рекомендаций: 1. Методология сборника 2. Понятийный аппарат 3. Теоретические основы по тематическим блокам

			4. Практические рекомендации по тематическим блокам, соответствующие теоретическим основам Созданы презентации педагогического опыта по формированию предпосылок функциональной грамотности педагогов и родителей по применению биоритмологического подхода в здоровьесберегающих технологиях Оказана методическая помощь педагогам по внедрению инновационного опыта в практику
	Создание пилотной версии методических рекомендаций	Январь 2026- Август 2026	Создана пилотная версия сборника методических рекомендаций
	Апробация материалов методических рекомендаций	Сентябрь 2026- Август 2027	Проведена апробация материалов сборника педагогами учреждений социальных партнеров, практикантов, студентов, магистрантов и аспирантов СГУ
	Проведение мероприятий по реализации инновационной идеи программы согласно плану (семинары, конференции, круглые столы)	Март 2025 Март 2025,	Представление результатов исследований на научно-практических мероприятиях: 1. Международный Форум «Гуманизация образовательного пространства» 2. Всероссийская научная конференция «Проблемы филологического образования» 3. Ежегодная научная конференция студентов и аспирантов

		Апрель	4. Международная научная конференция «Страховские чтения»
		Октябрь	5. Международная научно-практическая конференция «Специальное образование и социокультурная интеграция»
		Октябрь	
	Представление опыта применения методических рекомендаций в мероприятиях, утвержденных Министерством образования Саратовской области и ГАУ ДПО «СОИРО»		Выступления на конференциях согласно плану научно-исследовательской деятельности СГУ, СОИРО, Министерства образования Саратовской области.
	Информирование о деятельности РИП в сети Интернет	В течение 2025-2027 гг.	Опубликованы анонсы и итоговые мероприятия, фото и видео отчетов на информационных ресурсах, разработанных для РИП, по утвержденному ежемесячному контент-плану Обеспечена открытость информации об инновационном проекте для педагогического сообщества
	Текущий контроль за реализацией проекта	В течение действия РИП	Подготовлены отчеты о деятельности РИП согласно нормативным требованиям.
4 этап – КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЙ			

1.	Оценка эффективности апробации методических рекомендаций	Сентябрь-Октябрь 2027	Проведены опросы педагогов и родителей-участников РИП, обработка результатов которых показала: - не менее 80% педагогов считают актуальным инновационный опыт и дали положительные отзывы о нем; - степень удовлетворенности педагогов, участвующих в реализации инновационного проекта не менее 70%; - не менее 60% родителей дали положительные отзывы в результате апробации методических рекомендаций; - доля педагогов, планирующих использовать методические рекомендации в будущем – не менее 70%; - доля родителей, планирующих использовать методические рекомендации в будущем – не менее 60%
2.	Контрольная диагностика реализации проекта	Сентябрь-Октябрь 2027	Проанализированы результаты мониторинга, проведена оценка эффективности методических рекомендаций
3.	Экспертиза итогового продукта проекта	Ноябрь 2027	Проведена экспертиза сборника методических рекомендаций Получена внешняя рецензия
4.	Выпуск итогового продукта проекта – методических рекомендаций для воспитателей, учителей, педагогов, дефектологов, логопедов, психологов, реабилитологов и родителей г.Саратова и		Создан отчуждаемый продукт - Методические рекомендации рекомендаций для воспитателей, учителей, педагогов, дефектологов, логопедов, психологов, реабилитологов и родителей г.Саратова и Саратовской области по особенностям формирования и соблюдения режима сна-бодрствования с описанием взаимосвязи его нарушения с успеваемостью, психоэмоциональным состоянием

	Саратовской области по особенностям формирования и соблюдения режима сна-бодрствования с описанием взаимосвязи его нарушения с успеваемостью, психоэмоциональным состоянием детей и подростков в условиях социального джетлага и способов его преодоления	Декабрь 2027 После официальной публикации сборника	детей и подростков в условиях социального джетлага и способов его преодоления «Особенности формирования режима дня детей и подростков Саратовского региона» Сдача в печать итогового сборника методических рекомендаций Размещение сборника после публикации на электронных ресурсах МАУДО «Детско-юношеский центр Фрунзенского района г.Саратова»
5.	Подготовка отчета о деятельности РИП	Декабрь 2027- Январь 2028	Проведена публичная защита итогов работы региональной инновационной площадки Опубликован отчет по итогам работы РИП на официальном сайте и электронных ресурсах МАУ ДО «Детско-юношеский центр Фрунзенского района г.Саратова»

Предложения по распространению и внедрению результатов проекта в массовую практику

Предложения по распространению и внедрению результатов инновационного проекта (программы) в систему образования Саратовской области):

- проведение авторами проекта открытых мероприятий (очно и/или с применением ДОТ) с их анонсированием через различные средства связи и массовой информации;
- участие авторов проекта в семинарах, конференциях, курсах повышения квалификации и/или стажировок в качестве практиков (очно и/или с применением электронных средств) для региональной системы образования;
- публикации в печатных изданиях;

- размещение материалов в сети Интернет, на сайте ДЮОЦ, на странице организации;
- организация сотрудничества с сетевыми партнерами, заинтересованными лицами и организациями;
- проведение групповых и/или индивидуальных консультаций для образовательных организаций (очно и/или с применением электронных средств).

Устойчивость результатов проекта (программы)

Обоснование возможности реализации результатов проекта (программы) после окончания его реализации:

1. Полученные в ходе исследования данные будут использованы для разработки географически актуальных научно обоснованных здоровьесберегающих технологий, применимых к детям Саратовского региона.
полученные сведения дадут возможность специалистам в области образования и психолого-педагогического сопровождения, а также родителям самостоятельно применять рекомендации по формированию режима детей и подростков с точки зрения естественных природных факторов оздоровления.

Терминологический словарь

Абилитация - (от лат. *habilis* — удобный, приспособительный) - лечебные, педагогические, психологические или социальные мероприятия по отношению к инвалидам, направленные на приспособливание их к жизни в обществе, на приобретение возможности учиться и трудиться. Также применяется при предупреждении и лечении патологических состояний у детей раннего возраста, ещё не приспособленных к социальной среде, приводящих к утрате возможности трудиться, учиться и быть приспособленным к жизни в обществе

Астрономическое время - истинное солнечное время, время, определяемое по изменению часового угла Солнца

Биоритм - биологические ритмы (от греческого *βίος* — *bios*, «жизнь» и *ῥυθμός* — *rhythmos*, «любое повторяющееся движение, ритм») - периодически повторяющиеся изменения характера и интенсивности биологических процессов и явлений. Свойственны живой материи на всех уровнях её организации — от молекулярных и субклеточных до биосферы. Являются фундаментальным процессом в живой природе

Декретное время - поясное (региональное) время, изменяемое правительственными распоряжениями

Лабильность (от лат. *labilis* «скользящий, неустойчивый») - функциональная подвижность, скорость протекания элементарных циклов возбуждения в нервной и мышечной тканях

Предпатологическое состояние - состояние организма, при котором определяется снижение устойчивости к патогенным воздействиям ввиду ослабления защитных и адаптивных возможностей организма

Продукты-хронобиотики - класс растительных биологически активных веществ, главным свойством которых является способность регулировать различные фазы биологических ритмов человека. На сегодняшний день это единственный класс природных соединений, которые обладают доказанным биоритмологическим действием

Реабилитация - восстановление здоровья, функционального состояния и трудоспособности, нарушенных болезнями, травмами или физическими, химическими факторами

Социальный джетлаг- рассогласованность биологических ритмов человека и режима сна и бодрствования, которые задаёт общество

Хронобиология - раздел биологии, изучающий циклические процессы в биологических системах разного уровня организации

Хронопрофилактика - комплекс мероприятий и методов, направленных на предотвращение развития различных видов патологий с временным фактором. Использует хронобиологические закономерности в лечении заболеваний. Включает в себя предупреждение десинхронизации биоритмов, обусловленной различными внешними факторами

Циркадные ритмы - циклические колебания интенсивности различных биологических процессов, связанные со сменой дня и ночи. Имеют эндогенное происхождение, представляя собой биологические часы организма

