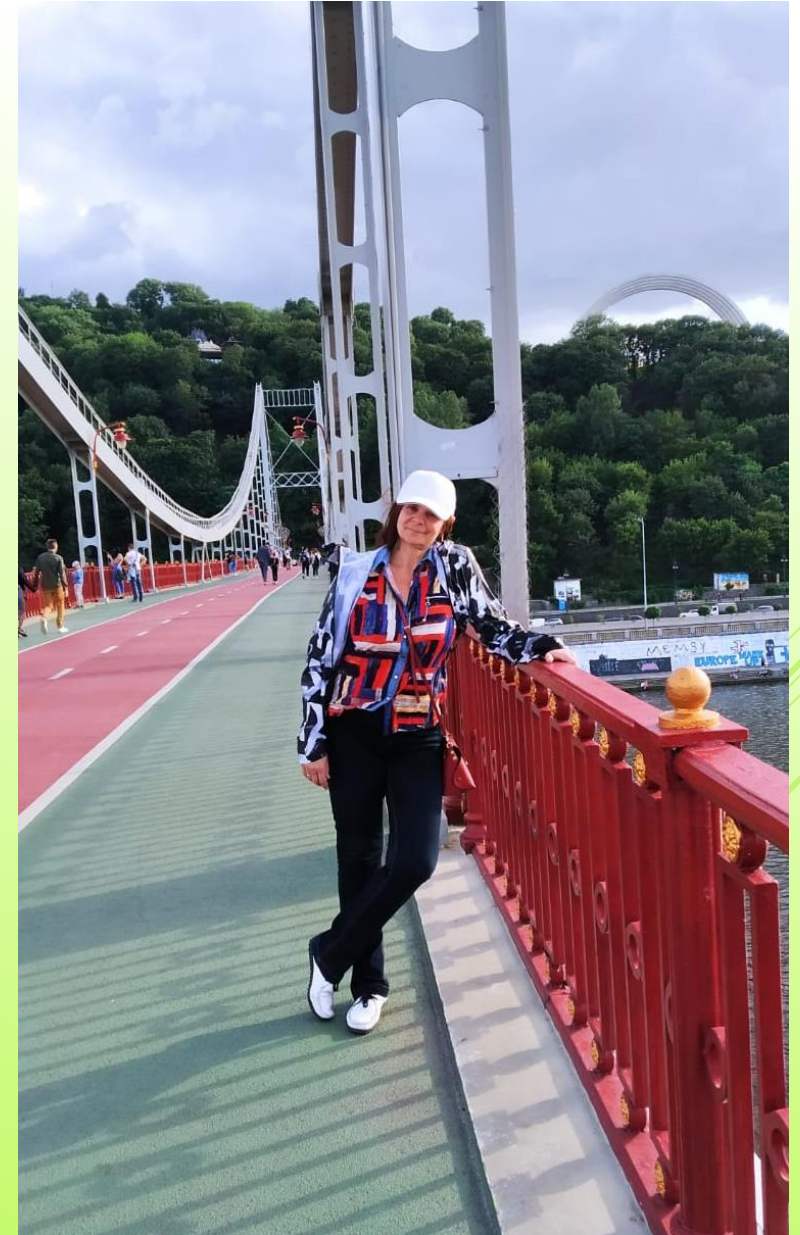


**ЗВІТ
ЗА МІЖАТЕСТАЦІЙНИЙ ПЕРІОД
2020-2025 РР.
ВИКЛАДАЧА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
ОРОС О. М.**



ОСВІТА

У 1982 році закінчила Київський Технологічний інститут легкої промисловості за спеціальністю технології швейних виробів та мені була присвоєна кваліфікація інженера-технолога.



В 1991 році закінчила Київський державний інститут фізичної культури за спеціальністю фізична культура і спорт і мені була присвоєна кваліфікація викладача фізичної культури.



Посвідчення майстра спорту з художньої гімнастики

У Коледжі працюю з 1986 року тренером з художньої гімнастики, лаборантом кабінету фізичного виховання та викладачем предметів вузької спеціалізації.

З вересня 1987 року і до сьогодні працюю викладачем фізичної культури та фізичного виховання, готую збірні команди коледжу з шахів, баскетболу (дівчата).

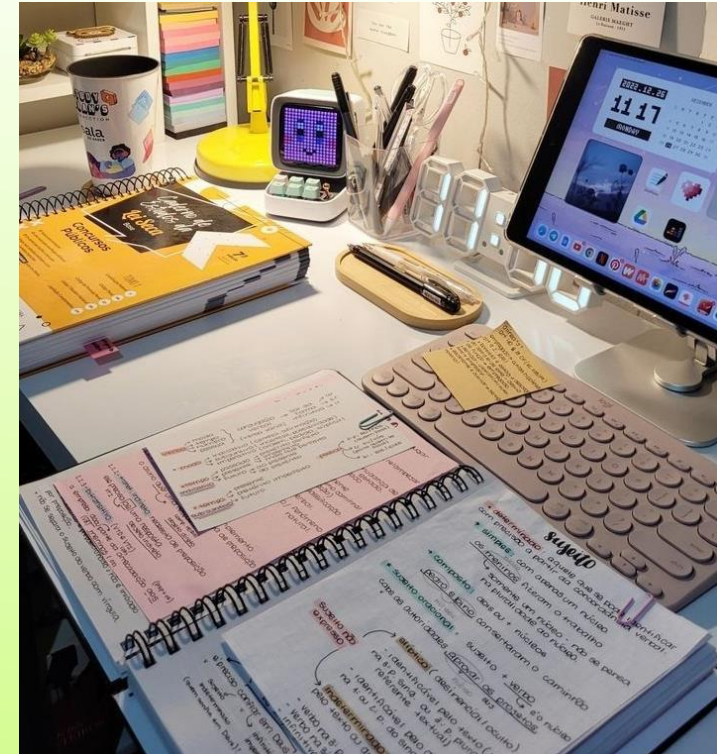
Загальний педагогічний стаж - 37 років.

Педагогічне навантаження:

2020-2021	970 годин,
2021-2022	956 годин,
2022-2023	878 годин,
2023-2024	736 годин,
2024-2025	356 годин.

Навчально-методична робота

- Орос О.М. Календарно-тематичні плани спеціальностей 182 Технології легкої промисловості та 022 Дизайн (1 та 2 курси) Розглянуто та затверджено на засіданні циклової комісії охорони праці та здоров'я, КФКПН-м.Київ,2020.-10с.
- Орос О.М. Робоча програма навчальної дисципліни «Фізичне виховання» спеціальності 182 Технології легкої промисловості.(4 курс) .Розглянуто та затверджено на засіданні циклової комісії охорони праці та здоров'я,КФКПН-м.Київ,2020.-14 с.
- Орос О.М. Робоча програма навчальної дисципліни «Фізичне виховання» спеціальності 073 Менеджмент. Розглянуто та затверджено на засіданні циклової комісії охорони праці та здоров'я, КФКПН-м.Київ,2020.-14 с.
- Орос О.М. Навчальна програма з дисципліни «Фізична культура» для спеціальності 182 Технології легкої промисловості. Розглянуто та затверджено на засіданні циклової комісії охорони праці та здоров'я, КФКПН – м. Київ, 2021. – 12 с.
- Орос О.М. Календарно-тематичні плани спеціальностей 182 Технології легкої промисловості та 022 Дизайн (1 та 2 курси) Розглянуто та затверджено на засіданні циклової комісії охорони праці та здоров'я, КФКПН-м.Київ,2021.-9 с.



- Орос О.М. Робоча програма з дисципліни «Фізичне виховання» для спеціальності 182 Технології легкої промисловості (4 курс) – Розглянуто та затверджено на засіданні циклової комісії охорони праці та здоров'я, КФКПН – м. Київ, 2021. – 14 с.
- Орос О.М. – Робоча програма з дисципліни «Фізичне виховання» для спеціальності 182 Технології легкої промисловості (3 курс) - Розглянуто та затверджено на засіданні циклової комісії точних наук КФКПН – м. Київ, 2021. – 14 с.
- Орос О.М. Робоча програма з дисципліни «Фізичне виховання» для спеціальності 182 Технології легкої промисловості – Розглянуто та затверджено на засіданні циклової комісії охорони праці та здоров'я, КФКПН – м. Київ, 2022. –7с.
- Орос О.М.- Силабус навчальної дисципліни «Фізичне виховання» для спеціальності 182 Технології легкої промисловості – Розглянуто та затверджено на засіданні циклової комісії охорони праці та здоров'я КФКПН – м. Київ, 2023. –7с.
- Орос О.М. Робоча програма з дисципліни «Фізичне виховання» для спеціальності 182 Технології легкої промисловості (4 курс) – Розглянуто та затверджено на засіданні циклової комісії охорони праці та здоров'я, КФКПН – м. Київ, 2023. – 14 с.

- Орос О.М. – Робоча програма з дисципліни «Фізичне виховання» для спеціальності 182 Технології легкої промисловості (3 курс) - Розглянуто та затверджено на засіданні циклової комісії точних наук КФКПН – м. Київ, 2023. – 14 с.
- Орос О.М. – Робоча програма з дисципліни «Фізичне виховання» для спеціальності 022 Дизайн, 071 Облік і оподаткування - Розглянуто та затверджено на засіданні циклової комісії точних наук КФКПН – м. Київ, 2023. – 15 с.
- Орос О.М. Робоча програма з дисципліни «Фізичне виховання» для спеціальності 182 Технології легкої промисловості. ОП “Швейні вироби. Трикотажні вироби” – Розглянуто та затверджено на засіданні циклової комісії охорони праці та здоров’я, КФКПН – м. Київ, 2024. –11с.
- Орос О.М. Робоча програма з дисципліни «Фізичне виховання» для спеціальності 022 Дизайн. ОП “Дизайн взуття та аксесуарів. Дизайн одягу” – Розглянуто та затверджено на засіданні циклової комісії охорони праці та здоров’я, КФКПН – м. Київ, 2024. –14с.
- Орос О.М. Робоча програма з дисципліни «Фізичне виховання» для спеціальності 231 «Соціальна робота». ОП «Соціальна робота та консультування, перекладач жестової мови.-Розглянуто та затверджено на засіданні циклової комісії соціальної комунікації, КФКПН – м. Київ, 2024. – 10 с.

За міжтестастійний період написана методична розробка на тему : «Застосування елементів художньої гімнастики при проведенні занять з фізичної культури та фізичного виховання для здобувачів освіти I-IV курсів». Робота посіла 3 місце в конкурсі методичних розробок серед викладачів фізичного виховання закладів фахової передвищої освіти м. Києва.



Постійно відвідую засідання міського методичного об'єднання викладачів фізичного виховання та фізичної культури (згідно плану). У 2024 році нагороджена грамотою ММО за вагомий особистий внесок у розвиток фізичного виховання і спорту, пропаганду здорового способу життя.



У березні 2024 року виступила з доповіддю на тему: «Адаптивна фізична культура». 16-17.05.2024 брала участь у III Міжнародній науково-практичній конференції, у збірнику якої були надруковані надані мною тези (7 стор.)

У червні 2024 року доповідала на тему: «Головні напрями III Міжнародної науково-практичної конференції «Прикладне значення фізичної та військової підготовки у майбутній професії».



18.10.2023 на базі КФКПН було проведено ММО керівників фізичного виховання м. Києва. В програмі – проведене мною відкрите практичне заняття на тему: “Пілатес - вид фітнесу для занять зі студентами.”





20.09.2023 брала участь у святкуванні тижня глухих.
Презентація-доповідь «Екскурс в історію». Аналіз і хронологія
перемог студентів - спортсменів, чемпіонів та призерів
Дефлімпійських ігор.





Парад спортсменів – гордість Коледжу

Міжнародний день студентського спорту



Студентська миля-1609м.



20.09.2023

САМООСВІТА ТА ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ

За міжатестатійний період пройшла курси підвищення кваліфікації в обсязі 214.,5 годин та отримала сертифікати.

Напрями підготовки:

Інклюзія – 12 годин;

Психологічна підготовка – 50 годин.



СЕРТИФІКАТ

№ ФК-5912

засвідчує, що

Орос Олена Миколаївна

пройшов (пройшла) підвищення кваліфікації за програмою
Всеукраїнського семінару-практикуму для фахівців
освітньої галузі "Фізична культура".
Навчання відбулося за онлайн-формою навчання 14 липня 2022 року
Опис досягнутих результатів:
удосконалено професійні компетентності: здоров'язбережувальна, рефлексивна,
громадянська, соціально-культурна, здатність до навчання протягом життя,
основи самореалізації та особистісного розвитку фахівців, побудови професійної
кар'єри, діяльнісний підхід;
набуто: теоретико-практичні знання та практичні навички для вчителів фізичної
культури закладів загальної середньої освіти

ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ГОДИН
3 години / 0,1 кредиту ЕКТС

Директор
Державної наукової установи
«Інститут модернізації змісту освіти»
Євген БАЖЕНКОВ
Президент Ukraine Active
Андрій БОЛЯК



СЕРТИФІКАТ

НАЦІОНАЛЬНЕ АГЕНТСТВО
З ПИТАНЬ ЗАПОБІГАННЯ
КОРУПЦІЇ

Виданий 08.01.2024

який засвідчує, що

Олена Орос

успішно завершив(-ла)
Базовий курс для всіх бажаючих

«Основи антикорупції для всіх і кожного»
тривалістю 15 годин

Кількість ЕКТС:
0.5

Перевірочний код:
20e0df85fac146ebff8c9f67ca0e81b

Олександр Новіков
Голова Національного агентства з
питань запобігання корупції

PR METHEUS

СЕРТИФІКАТ

Виданий 27.12.2021
prometheus.org.ua

Цей сертифікат засвідчує, що

Олена Миколаївна Орос

успішно закінчив(ла) курс
Нова Фізична Культура,

наданий викладачами курсу
через платформу масових відкритих онлайн-курсів Prometheus,

та навчився(лася):

- реалізовувати компетентнісну парадигму навчання;
- критично та системно мислити;
- розуміти сучасні тенденції розвитку освіти;
- логічно обґрунтовувати позицію;
- співпрацювати з іншими людьми;
- викладати та впроваджувати фізичну культуру до викладання інших дисциплін;
- грамотної комунікації, коректної термінології та етики;
- створювати та підтримувати інклюзиву у навчанні для подальшого розвитку української освіти.

Форма навчання - дистанційна.
Кількість годин - 30 годин (1 кредит ЕКТС).

Олександр Фомічов
Тренер з соціального футболу,
засновник благодійної організації
«Ліга Толерантності»

Вікторія Примаченко
Директор ГО «Прометейс»
ГО «Прометейс» єдиний зареєстрований
Надання освітніх послуг з підвищення кваліфікації
надають також громадська організація з ЕКТС 0,050



СЕРТИФІКАТ

№ ФК-8652

засвідчує, що

Орос Олена Миколаївна

пройшов (пройшла) підвищення кваліфікації за програмою
Міжнародного семінару-практикуму для фахівців
освітньої галузі "Фізична культура".
"Фітнес на захисті фізичного і психічного здоров'я під час війни".
Навчання відбулося за онлайн-формою навчання 9 вересня 2022 року
Опис досягнутих результатів:
удосконалено професійні компетентності: здоров'язбережувальна, рефлексивна,
громадянська, соціально-культурна, здатність до навчання протягом життя,
основи самореалізації та особистісного розвитку фахівців, побудови професійної
кар'єри, діяльнісний підхід;
набуто: теоретико-практичні знання та практичні навички для вчителів фізичної
культури закладів загальної середньої освіти та викладачів фізичного виховання
закладів вищої освіти

ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ГОДИН
6 годин / 0,2 кредиту ЕКТС

Директор
Державної наукової установи
«Інститут модернізації змісту освіти»
Євген БАЖЕНКОВ
Президент Ukraine Active
Андрій БОЛЯК



ВУ519260

ВСЕОСВІТА®

Суб'єкт підвищення кваліфікації ТОВ «Всеосвіта» (ЄДРПОУ №390991)

СЕРТИФІКАТ

засвідчує, що

ОРОС ОЛЕНА МИКОЛАЇВНА

узяла участь у Всеукраїнській науково-практичній
онлайн-конференції на тему:

«ІНКЛЮЗИВНЕ НАВЧАННЯ В РЕАЛІЯХ
СУЧАСНОСТІ: ВИКЛИКИ ТА ДОСВІД
УСПІШНОЇ ПРАКТИКИ»

та пройшов(пройшла) підвищення кваліфікації за видом «конференція» (дистанційно)
й отримав(отримала) практичні і теоретичні знання та навички згідно з темою конференції.
Тривалість: 8 (вісім) годин/0,27 кредиту ЕКТС.

Іван ЛИТВИНЕНКО
18.04.2024

СЕРТИФІКАТ розроблено відповідно до п. 15 постанови КМУ від 23 серпня 2019 р. № 500
зй змінами і додатково затверджено постановою КМУ від 21 грудня 2019 року № 1145



Наш коледж бере участь в підготовці та проведенні Спартакіади “Під золотими куполами Печерська” та завжди достойно представляє навчальний заклад у відкритих першостях Печерського району та м. Києва з волейболу, настільного тенісу, стрітболу, кульової стрільби, шахів, футболу.

Кубок вручає головний секретар Спартакіади – Олексій Явдик



Я готую команди дівчат зі стрітболу, тенісу, шахів
для участі у змаганнях



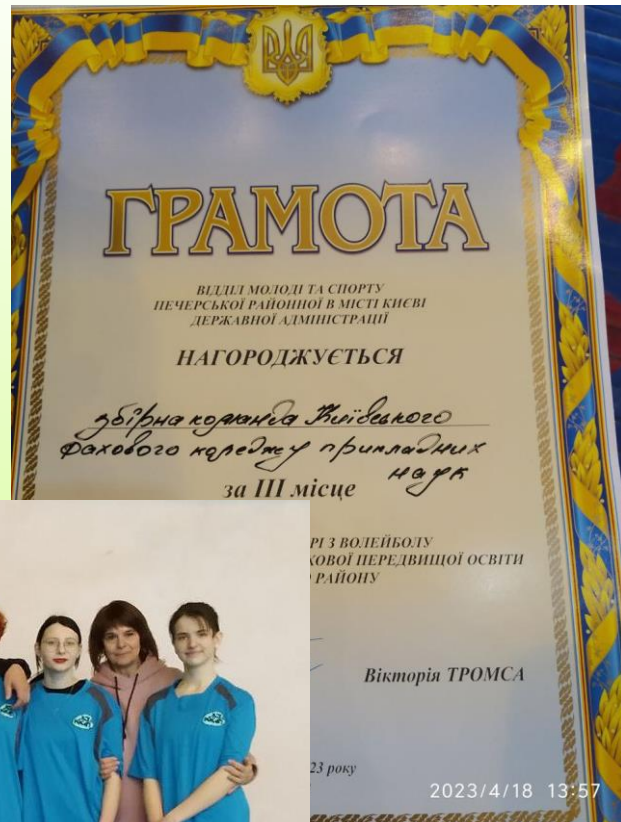
Чемпіонки Печерського району з баскетболу



Чемпіони Печерського району з настільного тенісу



2023



Команда волейболістів
КФКПН – чемпіони відкритої
першості Печерського
району - 2021



Щорічно проводимо чемпіонат коледжу з шахів серед юнаків та дівчат

Весь міжзатестаційний період займаюсь підготовкою юнаків та дівчат для участі в чемпіонатах Печерського району та м. Києва з шахів







Збірна команда з шахів
КФКПН - чемпіони
Печерського району 2023



В Міжрегіональній академії управління персоналом 9.11.23 відбувся чемпіонат Києва з шахів серед студентських команд за програмою Спортивних ігор студентів ЗФПО Києва. Змагалися 16 команд. Молода команда КФКПН виборола почесне 5 місце. Склад команди: Мудрик Святослав - гр.М-1-23, Фільчакова Катерина гр.ЛПШ-23, Бойко Софія- гр М-1-22, Нестеренко Ольга гр.Дг-4-23. Команда була нагороджена дипломом та відзначена пам'ятним подарунком.



25 листопада в приміщенні Бібліотеки Таврійського національного університету імені ак. Вернадського команда КФКПН взяла участь в Спортивних іграх міста Києва з шахів серед студентських команд закладів фахової передвищої освіти 2024-2025 н.р. та посіла 4 місце серед 13 команд. Склад команди: Половнєв О. (.М-2-23), Мудрик С. (М-1-23), Фільчакова К.(ЛПШ-23), Богачук О. (М-2-24).



Щорічно беру участь в проведенні олімпійського уроку, присвяченому Дню фізичної культури і спорту.



Робота куратора

В 2021 році випустила групу Д-3-17.



Староста групи Радченко Ганна



Анастасія Бунтовська – захист дипломного проєкту



Олена Белкіна – член збірної команди Коледжу з баскетболу, волейболу.

17 листопада 2023 року
підготувала показовий виступ
студентки групи Дг-4-23
Костюшко Олександри – КМС з
художньої гімнастики – вправа зі
стрічкою для участі в проєкті Міс
Коледжу - 2023



2022 – учасники новорічної естафети в КФКЕП



Подяки, нагородження









Департамент освіти і науки
виконавчого органу Київської міської ради
(Київської міської державної адміністрації)

Подяка

оголошується

**ОРОС
ОЛЕНІ МИКОЛАЇВНІ**

викладачу фізичного виховання
Державного вищого навчального закладу
«Київський коледж легкої промисловості»

за сумлінну працю,
досягнення високої майстерності у професійній
діяльності, вагомий особистий внесок у справу
навчання і виховання столичної молоді
та з нагоди 90-річчя з дня заснування закладу

Директор Департаменту

О. Фіданян

м. Київ

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ПОЧЕСНА ГРАМОТА

НАГОРОДЖУЄТЬСЯ

**ОРОС
ОЛЕНА МИКОЛАЇВНА**

викладачу фізичної культури
Київського фахового коледжу прикладних наук

за ініціативу та наполегливість, високий
професіоналізм, сумлінне виконання службових
обов'язків та вагомий особистий внесок у розвиток
сфери освіти і науки України

Міністр

Сергій ШКАРЛЕТ

м. Київ
2022

МІНІСТЕРСТВО
ОСВІТИ
І НАУКИ
УКРАЇНИ

ПОЧЕСНА
ГРАМОТА



ДЯКУЮ ЗА УВАГУ!



**СЛАВА
УКРАЇНІ!**

