

Муниципальное казенное учреждение
«Управление образования исполнительного комитета муниципального образования Казани»
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей «Заречье» Кировского района г. Казани

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 46
от «27» августа 2020 года



«Утверждаю»
Директор МБУДО «ЦДОД «Заречье»
Т.В. Сорокина
Приказ № 191
августа 2020 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ЮНЫЙ ЛИДЕР»**

Направленность: социально-гуманитарная
Возраст учащихся: 12-16 лет
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Щекотова Екатерина Евгеньевна
педагог дополнительного образования

КАЗАНЬ, 2018

Информационная карта образовательной программы

1.	Наименование образовательной организации	<i>Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей «Заречье» Кировского района» г. Казани</i>
2.	Полное название программы	<i>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный лидер»</i>
3.	Направленность программы	<i>социально-гуманитарная</i>
4.	Сведения о разработчике	
4.1	ФИО разработчика	<i>Щёктова Екатерина Евгеньевна</i>
4.2	Должность	<i>педагог дополнительного образования</i>
5.	Сведения о программе	
5.1	Срок реализации программы	<i>2 года</i>
5.2	Возраст обучающихся	<i>12-16 лет</i>
5.3	Характеристика программы: тип программы вид программы принцип проектирования программы форма организации содержания учебного процесса	<i>- дополнительная общеобразовательная - общеразвивающая - принцип предметной направленности; - принцип возрастосообразности содержания программы и форм различных видов деятельности учащихся; - принцип ориентации на личностные, метапредметные и предметные результаты образования; - принцип продуктивного и творческого характера программы. - освоение содержания программы, организация образовательного процесса по учебным блокам (в соответствии с уровнями сложности теоретического и практического материала по годам обучения)</i>
5.4	Цель программы	<i>Создание условий для формирования лидерских качеств, организаторских и коммуникативных способностей учащихся, приобретения профессионально-привлекательного опыта в области социального взаимодействия</i>
6.	Методы, виды и формы образовательной деятельности	<i>Методы образовательной деятельности педагога: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, продуктивный, частично-поисковый, метод творческих проектов, метод дистанционного обучения и др.</i>

		<p>Виды образовательной деятельности учащихся: освоение теоретического учебного материала, воспроизведение демонстрируемой практической деятельности, самостоятельная продуктивная деятельность;</p> <p>практическое применение знаний в процессе поисковой, проектной, творческой деятельности и др.</p> <p>Формы образовательной деятельности: мастер-классы, защита проектов, познавательные игры, квесты, беседы, дискуссии и др.</p>
7.	Формы мониторинга результативности	<p>Тестирование, анкетирование, методики «Портфолио», карта самооценки, диагностика, текущий контроль, промежуточный контроль, промежуточная аттестация, аттестация по итогам освоения программы, защита проектов</p>
8.	Результативность реализации программы	<ul style="list-style-type: none"> - Сохранность контингента обучающихся (не менее 98%); - укрепление здоровья и сформированность навыков здорового образа жизни учащихся; - сформированность специальных знаний, умений и навыков; - высокий уровень развития творческих способностей; - сознательное освоение знаний и норм противоправного и нравственного поведения; - сформированность самовыражения собственной индивидуальности; - личностный рост; - наличие призовых мест на конкурсных мероприятиях разного уровня
9.	Место проведения	<p>МБУДО «Центр дополнительного образования детей «Заречье» Кировского района» г. Казани</p>
10.	Дата утверждения и последней корректировки	<p>27 августа 2020 год</p>

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка	4
2. Учебный (тематический) план	13
3. Содержание программы	16
4. Организационно-педагогические условия реализации программ	26
5. Формы аттестации и контроля	30
6. Список литературы	34
7. Приложения	36

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Обществу и государству на современном этапе социального развития нужны люди, умеющие социализироваться в быстроизменяющемся мире, активные, владеющие социальной компетентностью, одним из важных проявлений которой является социальное лидерство.

Решающая роль в развитии лидерских качеств личности с учётом социально-экономических вызовов принадлежит системе образования. Именно эти вызовы определяют стратегические приоритеты развития системы образования, которые актуализируют проблемы создания условий успешной социализации обучающихся, распространение передового опыта в направлении развития их социальной активности и лидерского потенциала.

В этой связи возникает необходимость в разработке и тиражировании субъектноориентированных моделей развития социального лидерства обучающихся в современном образовательном пространстве. Именно этим обусловлена **актуальность** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный лидер».

Сегодня наиболее актуальным стал вопрос формирования позитивного социального опыта растущего человека, его гражданского становления. Лидерские качества становятся особенно востребованными для любого человека в современной политической, социальной обстановке.

Лидер – яркая человеческая индивидуальность, способная проявить инициативу, взять на себя ответственность, показать образцы деятельности. В решение задач социального становления подростка большое значение имеет стимулирование лидерства. Именно через детское движение реализуется управленческий механизм, таким образом, лидеры занимают ключевые позиции в органах школьного самоуправления.

Главными и наиболее важными качествами человека в современном мире становится мобильность, конкурентоспособность. Особенно сложно самоопределиться подростку, для которого именно это время является определяющим в его становлении и развитии. Очень важно, чтобы подросток научился правильно оценивать окружающий мир и позиционировать себя в нём. Для собственной успешности в социуме необходимы определённые знания и умения, с

помощью которых можно определять собственную жизненную позицию и активно реализовывать её в рамках определённой деятельности.

Дух лидерства свойственен природе каждого ребенка. Однако очень часто подростки не имеют представления о наличии у себя лидерских способностей, так как в роли организатора никогда не выступали. Другие же имеют завышенную оценку своих организаторских способностей, так как часто просто присутствуют при осуществлении не ими задуманного и подготовленного.

Для того чтобы избежать этого, необходимо предоставить возможность школьникам попробовать себя в социально значимой деятельности. А наибольшими педагогическими возможностями для вовлечения детей в такую деятельность обладают детские общественные организации и органы ученического самоуправления. Процесс воспитания активности и подготовки лидеров должен строиться на основе сотрудничества, взаимного уважения, доверия взрослых и детей. Только тогда закладывается фундамент социальной инициативы и потребность работы с человеком и для человека.

Отличительная особенность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный лидер» в том, что программа предполагает подготовку руководителей органов детского ученического самоуправления, председателей школьных детских общественных организаций. Программа дает ребятам знания и умения, необходимые для достижения контактности, решение конфликтов и проблемных ситуаций.

Обучение по данной программе представляет собой систему взаимосвязанных творческих заданий, деловых игр и тренингов, проводятся обсуждения и дискуссии на волнующие и интересные темы, в процессе которых отрабатываются навыки руководства малым коллективом или группой, техника ведения разговора, спора, умение упорядочить точки зрения, достигать согласия и находить решения в группе. Ребенок получает поддержку и уважение сверстников, имеет возможность приобрести новых друзей, расширить свой кругозор, иметь практику общественной жизни, он чувствует себя нужным и способным помочь множеству людей, оказавшихся в трудной ситуации.

Занятия проходят не только лекционной форме, а в форме игры и тренинга, что создает наиболее благоприятную атмосферу для лучшего усвоения и восприятия материала. У подростков появляется возможность в активной игровой атмосфере отработать полученные навыки, решить личностные проблемы, в безопасной

обстановке апробировать определенные роли. Содержание программы дает возможность развиваться личности ребенка в практической деятельности – воспитанники приобретают конкретные организаторские умения и навыки.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный лидер» (далее – программа) является программой социально-гуманитарной направленности и составлена на основе следующих **нормативно-правовых документов и рекомендаций:**

1. Федеральный закон РФ от 29.12.2012 № 273 – ФЗ «Об образовании в РФ»;

2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации №196 от 9.11.2018 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» с изменениями и дополнениями от 05.09.2020 г.;

3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

4. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14 (Зарегистрировано в Минюсте России 20 августа 2014 г. №33660);

5. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3.09.2018 №10;

6. Приказ Минпроса России от 3.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

7. Приказ МОиН РТ № 1465/14 от 20 марта 2014 г. «Об утверждении Модельного стандарта качества муниципальной услуги по организации предоставления дополнительного образования детей в многопрофильных организациях дополнительного образования в новой реакции»;

8. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

9. Устав Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей «Заречье» Кировского района г. Казани;

10. Локальный акт МБУДО «ЦДОД «Заречье» Кировского района г. Казани по разработке и написанию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

Цель программы:

создание условий для формирования лидерских качеств, организаторских и коммуникативных способностей учащихся, приобретения профессионально-привлекательного опыта в области социального взаимодействия.

Задачи программы:

Образовательные:

- обучать приемам и методам организации и планирования деятельности;
- формировать навыки социальной активности;
- обучать алгоритмам основных досуговых форм, методике коллективно-творческой деятельности;
- способствовать приобретению базовых знаний по имиджу лидера и типологии лидерства;
- обучать технологиям учебно-исследовательской и проектной деятельности.

Развивающие:

- развивать умения самостоятельно определять цели и составлять планы деятельности;
- способствовать определению в выборе успешной стратегии в различных ситуациях;
- развивать навыки познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыки разрешения проблем.

Воспитательные:

- воспитывать активную жизненную позицию, целеустремленность, чувство коллективизма;
- воспитывать доброжелательность, сострадание и сочувствие, культуру поведения;

- формировать ответственное отношение к социуму, толерантность;
- воспитывать нравственное отношение к окружающему миру;
- воспитывать уважение к культурному наследию и традициям своей страны
- вести ориентацию на профессии сферы социального взаимодействия.

Адресат программы

Адресная аудитория данной программы представляет собой группу учащихся 12-16 лет. Именно в этом возрасте резко возрастает значение коллектива, его общественного мнения, отношений со сверстниками, оценки ими его поступков и действий. Он стремится завоевать в их глазах авторитет, занять достойное место в коллективе. Заметно проявляется стремление к самостоятельности и независимости, возникает интерес к собственной личности, формируется самооценка, развиваются абстрактные формы мышления. Часто он не видит прямой связи между привлекательными для него качествами личности и своим повседневным поведением.

В этом возрасте ребята склонны к творческим и спортивным играм, где можно проверить волевые качества: выносливость, настойчивость, выдержку. Их тянет к романтике. Сопровождающему легче воздействовать на подростков, если он выступает в роли старшего члена коллектива и, таким образом, «изнутри» воздействует на общественное мнение.

Объем и срок освоения программы:

срок освоения программы 2 года, общее количество часов – 288 часов (по 144 часа в год).

Режим занятий: учебные занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа (продолжительность одного академического часа – 45 мин) с перерывами 15 минут в течение всего учебного года за исключением официальных праздничных дней. Периоды осенних, зимних и весенних школьных каникул используются также для проведения внеаудиторных занятий, мероприятий: мастер-классов, праздников, культпоходов в театры, концертные залы, поездок на конкурсы, фестивали и др.

Формы организации образовательного процесса:

В соответствии с содержанием учебного плана и поставленными задачами определяются следующие *формы организации образовательного процесса*:

- групповая
- индивидуально-групповая
- индивидуальная

и виды занятия:

- лекции
- практические занятия
- дискуссии
- деловые и ролевые игры
- тренинги
- проектная деятельность
- презентация
- творческая работа
- упражнения
- «мозговые атаки»

Планируемые результаты освоения программы:

Личностные:

- Способность обучающихся к самореализации, саморазвитию, самосовершенствованию, мотивация достижения, ценностные ориентации
- Способность обучающихся к самооценке, эмоциональное отношение к достижению, умение применять волевые усилия
- Умение обучающихся анализировать и оценивать идеи, информацию, суждения, отбирать наиболее продуктивные из них
- Умение делать выбор в своих действиях, опираясь на этические нормы, в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества.

Метапредметные:

- Умение работать в команде, организовывать деловые и эмоциональные взаимодействия
- Умение анализировать ситуацию, находить наиболее эффективные способы её решения
- Способность обучающихся к самостоятельному поиску и усвоению новых знаний

и умений

- Умение проектировать деятельность, коллектива, собственную
- Знание основных форм и приёмов работы в коллективе

Предметные 1-го года обучения

Учащиеся должны знать:

- понятия «лидер», «организатор», «руководитель»;
- различия в типах лидеров;
- особенности формирования лидерских качеств;
- методику работы с командой;
- о месте лидера в работе команды;
- правила руководства, организаторскую технику;
- структуру, функции и средства общения
- структуру межличностных отношений;
- особенности, барьеры и ошибки общения;
- правила этикета лидера;
- правила поведения в общественных местах;
- азы сценического искусства, правила поведения на сцене;
- основы работы оформителя;
- правила проведения игровых программ.

Учащиеся должны уметь:

- заявить о себе как о лидере;
- работать с командой;
- определять отношения в команде;
- правильно вести беседу;
- уметь анализировать свои выступления, свое поведение, поступки;
- создавать коллективный портрет лидера.

Учащиеся должны владеть:

- навыками эффективной коммуникации;
- основами культурного поведения;
- основами логического мышления;
- основами правовой культуры.

Предметные 2-го года обучения

Учащиеся должны знать:

- правила работы в группе;
- понятие саморазвития личности;
- правовые основы деятельности детского объединения;
- основы и виды КТД;
- особенности проектной деятельности;
- методику формирования команды;
- этапы работы над проектом.

Учащиеся должны уметь:

- работать с командой;
- определять шаги в подготовке проектов;
- определять приемы ведения диалога;
- определить свое место в команде.

Учащиеся должны владеть:

- основами полемического мастерства;
- навыками решения конфликтов;
- технологией КТД;
- основами проектной деятельности;
- технологией планирования своей жизни и будущего.

II. УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1 год обучения					
1.	Вводное занятие	1	1	-	педагогическое наблюдение
2.	Портрет лидера	8	4	4	текущий контроль
2.1.	Кто такой лидер?	4	4		опрос, педагогическое наблюдение
2.2.	Лидер и команда. Мировые лидеры в истории	4	-	4	создание страницы социальной сети объединения
3.	Структура, функции и средства общения	12	6	6	текущий контроль
3.1.	Стороны общения	2	2	-	опрос, педагогическое наблюдение
3.2.	Знакомство с терминами общения	2	2	-	опрос, педагогическое наблюдение
3.3.	Основные понятия общения	2	2	-	опрос, педагогическое наблюдение
3.4.	Рольевые игры общения	6	-	6	тестирование
4.	Коллективное целеполагание	8	2	6	текущий контроль
4.1.	Основные понятия культуры поведения	2	2	-	опрос, педагогическое наблюдение
4.2.	Упражнения культуры поведения	6	-	6	выполнение упражнений
5.	Страницы истории детского движения	5	2	3	текущий контроль
5.1.	История детского движения Республики Татарстан	2	2	-	создание поста
5.2.	Мастерская журналистов	3	-	3	выполнение упражнений
6.	Школа ведущих. Практика сценического искусства. Этюды	16	8	8	текущий контроль
6.1.	Сценическое искусство	8	8		опрос, педагогическое наблюдение
6.2.	Поведение на сцене	8	-	8	выполнение упражнений, тестирование
7.	Мастерская оформителя	6	3	3	текущий контроль
7.1.	Правила при оформлении стендов	3	3		опрос, педагогическое наблюдение
7.2.	Оформление стендов	3	-	3	оформление газеты, изготовление буклета
8.	Развитие навыков эффективной коммуникации (теория)	10	10	-	текущий контроль
8.1.	Основные понятия эффективной коммуникации	6	6	-	опрос, педагогическое наблюдение
8.2.	Реакция на критику	4	4	-	опрос, педагогическое наблюдение

9.	Контрольные занятия по подведению итогов освоения образовательной программы 1-го учебного полугодия	2	-	2	промежуточный контроль
10.	Развитие навыков эффективной коммуникации (практика)	16	-	16	текущий контроль
10.1.	Упражнения на навыки общения	8	-	8	выполнение упражнений
10.2.	Упражнения на развитие коммуникаций	8	-	8	выполнение упражнений, тестирование
11.	Уверенное поведение в общении	20	14	6	текущий контроль
11.1.	Формирование навыка уверенного поведения в обществе	6	6	-	опрос, педагогическое наблюдение
11.2.	Критерии уверенного поведения	8	8	-	опрос, педагогическое наблюдение
11.3.	Мастерство общения	6	-	6	выполнение упражнений
12.	Игровое направление	24	10	14	текущий контроль
12.1.	Основные правила проведения игровых программ	10	10		опрос, педагогическое наблюдение
12.2.	Игротека	14	-	14	игры
13.	Человек. Гражданин. Лидер	12	6	6	текущий контроль
13.1.	Развитие логического мышления	4	4	-	опрос, педагогическое наблюдение
13.2.	Формирование правовой культуры	2	2	-	опрос, педагогическое наблюдение
13.3.	Командные дебаты	6	-	6	дебаты
14.	Контрольные занятия по подведению итогов освоения образовательной программы 1-го года обучения	4	0	4	промежуточная аттестация
14.1.	Презентация «Я – лидер»	3	-	3	защита презентации
14.2.	Экзаменуем лидера	1	-	1	контрольное тестирование
	ИТОГО	144	66	78	
2 год обучения					
1.	Вводное занятие	1	1	-	педагогическое наблюдение
2.	Лидер во всех аспектах	19	9	10	текущий контроль
2.1.	Лидер во всех аспектах	3	3	-	опрос, педагогическое наблюдение
2.2.	Характер лидера	6	6	-	опрос, педагогическое наблюдение
2.3.	Правила работы в группе	10	-	10	выполнение упражнений, тестирование
3.	Полемическое мастерство	10	4	6	текущий контроль
3.1.	Что такое спор?	4	4	-	опрос, педагогическое наблюдение
3.2.	Упражнения на решение конфликтов	6	-	6	выполнение упражнений

4.	Саморазвитие личности	26	10	16	текущий контроль
4.1.	Знания основных понятий: цель, задачи	6	6	-	творческая работа
4.2.	Понятие «Самооценка»	4	4	-	тестирование
4.3.	Упражнения на саморазвитие личности	16	-	16	выполнение упражнений
5.	Правовые основы будущей деятельности	10	5	5	текущий контроль
5.1.	Знакомство с основными законами гражданского законодательства	5	5	-	опрос, педагогическое наблюдение
5.2.	Разработка устава объединения	5	-	5	выполнение упражнений
6.	Контрольные занятия по подведению итогов освоения образовательной программы 1-го учебного полугодия	2	-	2	промежуточный контроль
6.1.	Тестирование «Лидер во всех аспектах»	2	-	2	контрольное тестирование
7.	Виды деятельности лидера	36	16	20	текущий контроль
7.1.	Знакомство с методикой КТД	4	4	-	опрос, педагогическое наблюдение
7.2.	Виды КТД	8	8	-	опрос, педагогическое наблюдение
7.3.	Планирование КТД	4	4	-	опрос, педагогическое наблюдение
7.4.	Подготовка и проведение КТД	20	-	20	КТД, игры-поединки, квест, выполнение упражнений
8.	Проектная деятельность	24	14	10	текущий контроль
8.1.	Проект – это «Пять П»	8	8	-	презентация проекта
8.2.	Этапы работы над проектом	6	6	-	опрос, педагогическое наблюдение
8.3.	Работа над проектом. Защита проекта	10	-	10	защита проекта
9.	Планирование своей жизни и будущего	14	6	8	текущий контроль
9.1.	Формирование активной жизненной позиции	6	6	-	опрос, педагогическое наблюдение
9.2.	Движение к цели	8	-	8	диагностика, выполнение упражнений
10.	Контрольные занятия по подведению итогов освоения образовательной программы	2	-	2	аттестация по завершении программы
10.1.	Конкурс проектов «Стратегия успеха моей жизни»	2	-	2	защита проекта
	Итого	144	65	79	

III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание учебного плана 1-го года обучения

Раздел 1. Вводное занятие (1 час)

Проведение инструктажа по технике безопасности. Введение в программу и учебный план 1-го года обучения, определение целей и задач, ожидаемых результатов.

Раздел 2. Портрет лидера (8 часов).

Тема 2.1. Кто такой лидер?

Теория. Создание доброжелательной атмосферы для сотрудничества, раскрытие основных понятий: деловое общение, цель общения, лидерство. «Кто такой лидер?» - дискуссия. Понятие самоотношения, личностные особенности. Понятия: Команда, группа, коллектив.

Тема 2.2. Лидер и команда. Мировые лидеры в истории.

Практика. Знакомство подростков друг с другом, установление правил работы в группе. Упражнения: «Звездный час» (Приложение 1), «Клубок дружбы». Создание страницы социальной сети объединения, выявление командира, распределение обязанностей между учащимися объединения. Знакомство с биографией мировых лидеров истории.

Раздел 3. Структура, функции и стили общения (12 часов).

Тема 3.1. Стороны общения.

Теория. Общение. Стороны общения (коммуникативная, интерактивная, перцептивная). Интонация. Мимика, жесты, поза, взгляд, язык.

Тема 3.2. Знакомство с терминами общения.

Теория. Основные каналы общения. Невербальное общение. Позы и жесты. Походка. Межличностное пространство. Знание основных терминов. Невербальная коммуникация. Межличностное общение. Коммуникативные навыки. Интонация. Темп и громкость речи. Форма изложения. Различные состояния «Я». Эго-состояние «Родитель». Эго-состояние «Взрослый». Эго-состояние «Ребенок».

Тема 3.3. Основные понятия общения.

Теория. Этикет общения. Знание основных понятий: Этикет. Манипуляция. Духовное общение. Деловое общение. Примитивное общение. Формально-деловое общение. Светское общение.

Тема 3.4. Ролевые игры общения.

Практика. Упражнение «Проблемы общения у всех» (Приложение 2). Упражнения «Передай чувство» (Приложение 3). Схема Томаса А. Харриса. Тест «Три Я». (Приложение 4). Анализ ситуаций. Ролевые игры на эго-состояния. Упражнения: «Письмо», «Телефонный разговор», «Слепой и поводырь» (Приложение 5).

Раздел 4. Коллективное целеполагание (8 часов).

Тема 4.1. Основные понятия культуры поведения.

Теория. Формирование у подростков способности различать свои чувства, соотносить их с мыслями и поведением. Основные понятия: личность, воспитание, чувства, эмоции, поступок, культура поведения. Формирование у подростков представлений о коллективе, коллективном труде. Основные правила разработки сценариев различных мероприятий, работа с библиотечными фондами, интернет ресурсами.

Тема 4.2. Упражнения «Культура поведения».

Практика. Упражнения: «Скульптура состояния» (Приложения 6). Упражнения «Слоновая техника» (Приложение 7). Упражнения «Вопросы к себе» (Приложение 8). Упражнения «Праздник на час».

Раздел 5. Страницы истории детского движения (6 часов).

Тема 5.1. История детского движения Республики Татарстан.

Теория. История детского движения Республики Татарстан.

Обучение подростков способам написания статей, оформлению, созданию заголовков. Основные понятия: эмоциональное написание, конструктивные способы написания статей. Обучение подростков грамотного написания постов в социальных сетях.

Тема 5.2. Мастерская журналистов.

Практика. Упражнения «Прогулка» (Приложения 9), «Спички» (Приложения 10), «Юлий Цезарь» (Приложения 11).

Раздел 6. Школа ведущих. Практика сценического искусства (16 часов).

Тема 6.1. Сценическое искусство.

Теория. Обучение подростков навыкам сценического искусства. Основные понятия: дикция, мимика, владение собой, управление эмоциями и телом. Повышение коммуникативной и социально психологической компетентности подростков,

овладение знаниями и способами эффективного управления и разрешение проблемных ситуаций, перевода деструктивных отношений в конструктивное русло. Основные понятия: проблемная ситуация, конструктивные способы взаимодействия, асертивное поведение, техника «Я - высказывание». Формирование у подростков навыков положительной критики, принятие критики в свой адрес. Знакомство подростков с основными методами релаксации, восстановления эмоционального фона.

Тема 6.2. Поведение на сцене.

Практика. Упражнения для тренировки памяти. Упражнения «Утро» (Приложение 12), «Вечерний взгляд назад» (Приложение 13), «Экспресс – сочинение» (Приложение 14), «Снежный ком» вариант – 1 (Приложения 15), «Снежный ком» вариант – 2 (Приложение 16), «Тренировка памяти» (Приложение 17).

Раздел 7. Мастерская оформителя (6 часов).

Тема 7.1. Правила при оформлении стендов.

Теория. Теория красок и цветоведения. Основные правила при оформлении стендов. Основы техники тонирования, подборки цвета и дизайна.

Основные правила работы с шаблонами при оформлении газет, буклетов, стендов. Различные виды шрифтов, рамок. Изготовление буклетов к мероприятиям и акциям.

Тема 7.2. Оформление стендов.

Практика. Оформление газет, буклетов, стендов различными видами шрифтов, рамками. Изготовление тематических буклетов.

Раздел 8. Развитие навыков эффективной коммуникации. Теория (10 часов).

Тема 8.1. Основные понятия эффективной коммуникации.

Теория. Ключевые навыки результативного общения. Учитесь слушать, учитесь эффективно общаться, используйте юмор, общение на равных, минимальная возможность стресса.

Тема 8.2. Реакция на критику.

Теория. Развитие у подростков навыков конструктивного реагирования на критику, способность не зависеть от внешних влияний и оценок, самостоятельно регулировать собственное поведение и отвечать за него (асертивное поведение).

Раздел 9. Контрольные занятия по подведению итогов освоения образовательной программы 1-го учебного полугодия (2 часа).

Практика. Упражнения «Лидер это -» (Приложения 18)

Раздел 10. Развитие навыков эффективной коммуникации. Практика (16 часов).

Тема 10.1. Упражнения на навыки общения.

Практика. Упражнения: «Круговая кинолента» (Приложения 19), «Тренировка эмоциональной устойчивости» (Приложения 20), «Самоактуализация» (Приложения 21).

Тема 10.2. Упражнения на развитие коммуникации.

Практика. Тест «Насколько я уверен в себе», «Круг силы», «Копилка моих успехов». Упражнения: «Составляющие конфликта», «Работа с ассоциациями к понятию «конфликт», «Конфликт невербально».

Раздел 11. Уверенное поведение в общении (20 часов).

Тема 11.1. Формирование навыка уверенного поведения в обществе.

Теория. Основные понятия: выражающие внутреннюю силу и спокойствие. Расслабленное тело без зажимов, отсутствие суеты в движениях. Спокойное выражение лица, взгляд, четкая не сбивчивая речь.

Тема 11.2. Критерии уверенного поведения.

Теория. Конкретность и открытость в проявлении своих чувств и эмоции. Поведенческая гибкость. Ответственность. Искренность. Умение говорить «Нет».

Тема 11.3. Мастерство общения.

Практика. Упражнения «Мастерство общения» (Приложение 22), «Здравствуй друг, враг», опросчик «Общаемся с соседями».

Раздел 12. Игровое направление (24 часа).

Тема 12.1. Основные правила проведения игровых программ.

Теория. Основные правила проведения игровых программ. Разновидности игр (развивающие, познавательные, подвижные, групповые и т.п.). Формирование основных понятий коллективной игры, задача, цель. Привить основное понятие игротехники, работать над созданием условной базовой модели игрового поведения подростков.

Тема 12.2. Игротека.

Практика. Игра в ассоциации «Имаджинариум». Логические игры «Шахматы», «Домино», «Танграм», «Ханойская башня». Подвижные игры «Активити», «Твистер», «Какое ты животное», «Весенний сад». Разучивание коллективных игр «Ковбои», «Лошадка», «Зеркало», «Если весело живётся», «Модные движения» и т.д. Упражнения: «Я - актер», «Я - творец», «Выиграй!»

Раздел 13. Человек. Гражданин. Лидер (12 часов).

Тема 13.1. Развитие логического мышления.

Теория. Развитие логического мышления, кругозора, воспитание гражданской ответственности, формирование чувства патриотизма. Расширение знаний о понятиях «гражданин» и «гражданская позиция», воспитание толерантности и патриотизма.

Тема 13.2. Формирование правовой культуры.

Теория. Формирование правовой культуры школьников, изучение конвенции о правах ребенка, повторение теоретических основ по программе «Юный лидер».

Тема 13.3. Командные дебаты.

Практика. Дебаты на тему «Я активный гражданин РФ». Решение кейсов на тему «Моя гражданская позиция». Викторина в форме «Своя игра». Повторение теоретических основ по программе «Юный лидер».

Раздел 14. Промежуточная аттестация (4 часа).

Тема 14.1. Презентация «Я – лидер».

Практика. Создание презентации «Я – лидер». Защита презентации.

Тема 14.2. Экзаменуем лидера

Практика. Тест «Экзаменуем лидера».

Содержание учебного плана 2-го года обучения

Раздел 1. Вводное занятие (1 час)

Проведение инструктажа по технике безопасности. Введение в учебный план программы 2-го года обучения, определение целей и задач.

Раздел 2. Лидер во всех аспектах (20 часов).

Тема 2.1. Лидер во всех аспектах.

Теория. Проведение инструктажа по технике безопасности. Создание доброжелательной атмосферы для сотрудничества, раскрытие основных понятий: деловое общение, цель общения, лидерство. Лидер, как руководитель, лидер, как организатор, лидер, как наставник. Понятие организаторской работы, кто такой организатор, личностные особенности. Основные правила руководства, личностные особенности руководителя.

Тема 2.2. Характер лидера.

Теория. Виды темпераментов, их характеристики, особенности проявления. Понятие характера, положительные, отрицательные черты характера. Основные характеристики. Основные правила составления и оформления портфолио лидера.

Тема 2.3. Правила работы в группе.

Практика. Установление правил работы в группе. Упражнения: «Ассоциация», «Звездный час». Задание «Портрет лидера руководителя, организатора, наставника», социальное проектирование. Упражнение «Я - организатор», игра «Дрессировщик». Упражнение «Лидер ли я?» (Приложение 23), игра «Теремок». Тесты на выявление темперамента. Составление портфолио.

Раздел 3. Полемическое мастерство (10 часов).

Тема 3.1. Что такое спор?

Теория. Спор. Полемика. Варианты протекания дискуссии - спора. Типы участников спора. Знание основных понятий: альтруист, дипломат, инициатор, скептик, эгоист, подстрекатель, демагог. Понятие конфликта, его составляющие и виды. Развитие у подростков навыков управления конфликтом.

Тема 3.2. Упражнение на решение конфликтов.

Практика. Упражнения «Перевоплощение», «Две стороны медали». Игры «Крокодил», «Апельсин», «Место в маршрутке», «Телеграф». Упражнение «Свободный микрофон». Упражнения «Поиск», «Доверительное падение»,

«Монстр». Упражнения «Составляющие конфликта», «Работа с ассоциациями к понятию «конфликт», «Конфликт невербально».

Раздел 4. Саморазвитие личности (26 часов).

Тема 4.1. Знания основных понятий: цель, задачи.

Теория. Определение последовательности достижения цели. Знание основных понятий: Жизненный план. Планирование. Жизненные и профессиональные ценности. Подходы к классификации социальных ценностей. Потребности по Маслоу. Знание основных терминов: Ценности. Мотивация. Субличность. Потребности. Характер. Темперамент. Принцип выполнения творческой работы «Составление путеводителя жизни».

Тема 4.2. Понятие «Самооценка».

Теория. Знание таких понятий как, воспитание, самовоспитание, направленность личности, самооценка. Сильные стороны личности. Положительная самооценка. Агрессия. Виды агрессии, ее причины. Тест «Незаконченные предложения».

Тема 4.3. Упражнения на саморазвитие личности.

Практика. Тест «Лидеры бывают разные» (Приложение 24). Упражнения «Идеальная модель», «Три года», «Разработка жизненного личного плана». Тест «Лидер и команда» (Приложение 25). Упражнения «Круг субличностей», «Диалог субличностей», «Психодрама субличностей». Тест «Я - концепция», «Самооценка». Упражнения «Слежка», «Чистка луковицы», «Приятие» (П. Ферручи). Задача «Цепь». Упражнения «Преодоление сомнений в своей силе», «Сильные стороны», «Список претензий», «Мои слабые стороны», «Враги», «Уверенность в себе». Игры «Без маски», «Чемодан».

Раздел 5. Правовые основы будущей деятельности (10 часов).

Тема 5.1. Знакомство с основными законами гражданского законодательства.

Теория. Основные понятия: регулирование трудовой деятельности и гражданских прав в РФ. Трудовой Кодекс РФ, Гражданский кодекс РФ. Знакомство с основными законами гражданского законодательства. Основные понятия основы административного и уголовного законодательства в РФ.

Тема 5.2. Разработка устава объединения.

Практика. Разработка устава объединения. Упражнения «Я гражданин», «Имею право», «Разбойники», «Суд над мышкой».

Раздел 8. Проектная деятельность (24 часа).

Тема 8.1. Проект – это «Пять П».

Теория. Проблема. Проектирование. Поиск информации. Продукт. Презентация учебного проекта. Портфолио. Подробное рассмотрение каждого пункта.

Тема 8.2. Этапы работы над проектом.

Теория. Постановка цели, планирование путей ее достижения. Глубина раскрытия темы проекта. Разнообразие источников информации, целесообразность их использования. Личная заинтересованность автора, творческий подход к работе. Соответствие требованиям оформления письменной части. Качество проведения презентации. Качество проектного продукта.

Тема 8.3. Работа над проектом. Защита проекта.

Практика. Представиться. Тема проекта. Назвать цель проекта (*начинайте со слов: целью моего проекта было создание / разработка / исследование / расширение знаний о.....*). Назвать задачи проекта (*что сделано для того, чтобы достичь цели, начинайте со слов: задача моего проекта - организовать / создать / провести / найти/ разработать....*). Раскрыть содержание проекта. Сделать вывод (*Я считаю, мне удалось достичь цели, потому что...*). Оценить свою работу (*Я считаю, мой проект заслуживает ... баллов*). Во время защиты лучше рассказывать, а не читать.

Раздел 9. Планирование своей жизни и будущего (14 часов).

Тема 9.1. Формирование активной жизненной позиции.

Теория. Основные понятия: физическое, психическое, духовное здоровье, мировоззрение, самоактуализация. Выработка умений ставить перед собой цель и добиваться её. Рефлексия. Формирование навыков в планировании своей жизни. Формирование навыков экологии мышления, уверенного поведения, основанного на учете своих достижений, признания в каждом человеке его уникальности. Основные понятия: личность, воспитание, толерантность, эмпатия, культура общения. Осознание подростками необходимости планировать свое будущее, выстраивать стратегию достижения успеха и осуществлять шаги по ее реализации. Основные понятия: индивидуальность, неповторимость, мировоззрение, самоактуализация.

Тема 9.2. Движение к цели.

Практика. Передача учащимся определённой системы знаний, умений, навыков, необходимых для общего формирования цели. Планирование деятельности по достижению цели. Знакомство учащихся с понятием “успех”, диагностика

потребности в достижении успеха, формирование навыка построения позитивных жизненных целей. Диагностика потребности в достижении цели (успеха). Стратегия выбора. Формулирование цели. Упражнение «Создавая деятельность» (Приложение 31).

Раздел 10. Контрольные занятия по подведению итогов освоения образовательной программы (2 часа).

Тема 10.1. Конкурс проектов «Стратегия успеха моей жизни».

Практика. Индивидуальная защита проектной работы каждого учащегося «Стратегия успеха моей жизни» на одну из выбранных тем (Приложение 32).

Подведение итогов освоения образовательной программы.

IV. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса:

- помещения: кабинет и актовый зал, оформленные в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованные в соответствии с санитарными нормами, стулья для педагога и детей, шкафы и стеллажи для хранения учебной литературы и наглядных пособий;
- ноутбук, мультимедийное оборудование;
- флип-чарт;
- наборы канцелярских принадлежностей.

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса:

- плакаты, рабочие тетради;
- дидактические материалы по основам игровых технологий, науке общения
- наглядные пособия (схемы, таблицы);
- журналы «Дополнительное образование», сборники материалов из серии «Педагогические технологии».

Информационное обеспечение образовательного процесса:

- музыкальная фонотека;
- аудиозаписи, видеозаписи
- интернет – ресурсы

Кадровое обеспечение образовательного процесса:

Программу реализует педагог дополнительного образования Щёктова Екатерина Евгеньевна, педагогический стаж 6 лет.

Методическое обеспечение образовательного процесса:

Успешное решение задач и достижение цели, поставленных в программе, возможно при соблюдении следующих *основных педагогических принципов*:

- *наглядности* (помогает создать у обучающихся представление о проектной деятельности, работе в команде; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению приёмов общения);

- *доступности* (требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, и постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному);
- *систематичности* (предусматривает непрерывность процесса формирования лидерских навыков);
- *гуманности* (выражает безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребёнка, отсутствие давления на его волю; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения);
- *демократизма* (основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребёнка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде творческого коллектива юных лидеров);
- *взаимодействия, обратной связи* (предусматривает межличностные взаимодействия педагога и ребёнка, детей как партнёров по творческой деятельности; постоянное проявление интереса к работе учащегося на занятии, к его впечатлениям от прошедшего занятия, мероприятия; организацию освоения учебного материала через взаимодействие с окружающим пространством, миром);
- *интерактивного обучения* (выбор таких методов, приёмов, форм и средств обучения, таких условий, при которых дети занимают активную позицию в процессе получения знаний);
- *единства воспитания и обучения* (обучая, воспитывать; воспитывая, обучать);
- *личностного подхода* (основывается на признании личности каждого ребёнка непреложной ценностью);
- *опоры на интерес* (предусматривает использование на занятиях, мероприятиях только таких форм, методов, педагогических технологий, которые вызывают позитивное отношение детей, их заинтересованность);
- *ориентации на достижение успеха* (требует создания условий для поддержания у детей веры в собственные силы и возможность достижения успеха);
- *сохранения и укрепления здоровья* (основывается на использовании здоровьесберегающих технологий обучения).

Используемые технологии обучения и воспитания:

- технологии индивидуального, группового, дифференцированного, развивающего, проблемного, дистанционного обучения;
- технологии исследовательской, проектной, игровой, коллективной творческой деятельности;
- технология портфолио;
- технология коллективного творческого воспитания;
- практико-ориентированные технологии личностного роста;
- активные технологии творческого самовыражения;
- здоровьесберегающие технологии (обеспечивающие формирование у детей заинтересованного отношения к собственному здоровью, здоровому образу жизни через создание комфортных санитарно-гигиенических условий и благоприятного морально-психологического климата на занятиях, привитие обучающимся способов управления своим поведением, эмоциями, желаниями) и др.

Методы обучения и воспитания

В ходе реализации программы используются следующие ***методы обучения:***

Метод сознания и активности - зависит от возникшего интереса, мотивации к выполнению задания, сознательного восприятия, которые стимулируются эмоциональностью педагога, различными беседами.

Метод наглядности - затрагивает эмоционально-чувственное восприятие детей.

Метод доступности и индивидуализации - преемственность и постепенность в усложнении современного тренажа, правильное распределение материала на занятиях в течение учебного года, усложнение материала с учётом функциональных возможностей организма, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

Словесные методы обучения (объяснение, беседа, комментирование и др.).

Методы практической деятельности - позволяют детям усваивать и осмысливать материал, выполняя под руководством педагога развивающие

упражнения, тренинги, игры, квесты и др. Данные методы тесно взаимосвязаны с *репродуктивным и продуктивным методами практической деятельности*.

При *репродуктивном обучении* учащийся воспроизводит, повторяет за педагогом. Формирование умений и навыков происходит путём упражнений, тренажа, продемонстрированных педагогом.

Продуктивные методы (частично-поисковый или эвристический и исследовательский) - предусматривают получение новых знаний и умений в результате творческой деятельности учащегося.

Метод проблемного обучения - позволяет побудить интерес детей к разрешению на занятиях возникающих проблемных ситуаций.

Метод проектного обучения - направлен на развитие творческих и познавательных процессов, критического мышления, умения самостоятельно получать знания и применять их в практической деятельности, ориентироваться в информационном пространстве.

Игровой метод обучения - в игровой форме воссоздаются ситуации, направленные на усвоение норм и правил поведения в обществе, способствующие формированию социального опыта, совершенствующие навыки самоуправления поведением.

Методы дистанционного обучения – позволяют получать образование, посредством интернет-технологий, когда обучающиеся удалены от педагога и не имеют возможности заниматься в учебных помещениях, но, в то же время могут в любой момент поддерживать диалог с педагогом с помощью средств телекоммуникации.

Методы воспитания - убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация, личный пример педагога, коллективная творческая деятельность, дифференцированный подход с учётом индивидуальных особенностей ребёнка и др.

V. ФОРМА АТТЕСТАЦИИ И КОНТРОЛЯ

Входная диагностика

Цель: определение уровня подготовки обучающихся в начале обучения, т.е. начальное диагностирование.

Задачи:

- спрогнозировать возможности обучающихся для успешного прохождения программы.

Формы проведения:

- анкетирование;
- собеседование;
- самооценка обучающимися своих знаний и умений и др. формы педагогической диагностики.

Текущий контроль

Цель: систематический контроль уровня освоения обучающимися тем, разделов программы за оцениваемый период, динамики достижения предметных и метапредметных результатов.

Задачи:

- повышение качества знаний обучающихся, приобретение и развитие у них навыков самостоятельной работы, повышение активности обучающихся;
- совершенствование методики проведения занятий.

Формы проведения:

- опрос;
- выполнение упражнений;
- тестирование;
- диагностика;
- выполнение проблемных заданий;
- индивидуальные задания различного типа;
- педагогическое наблюдение;
- самооценка, взаимооценка, групповая оценка работы и др.

Промежуточный контроль

Цель промежуточного контроля: подведение промежуточных итогов обучения, оценка успешности продвижения обучающегося по программе.

Задачи промежуточного контроля:

- оценить уровень полученных знаний, умений и навыков обучающихся по программе 1-го учебного полугодия;

- корректировка учебного процесса.

Время проведения: в конце 1-го года обучения.

Формы проведения:

- контрольное тестирование и др.

Промежуточная аттестация

Цель: подведение промежуточных итогов по программе 1-го года обучения.

Задачи:

- оценить уровень полученных знаний, умений и навыков обучающихся по программе 1-го года обучения.

Время проведения: в конце 1-го года обучения.

Формы проведения:

- контрольное тестирование;

- презентация;

- защита проекта.

Аттестация по завершении освоения программы

Цель: выявление итогового уровня развития теоретических знаний, практических умений и навыков, их соответствие прогнозируемым результатам дополнительной общеразвивающей программы.

Задачи:

- установление соответствия результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы заявленным целям и планируемым результатам обучения.

Время проведения: по завершении освоения программы.

Формы проведения:

Конкурс проектов «Стратегия успеха моей жизни» и др.

Оценочные материалы

Для отслеживания состояния и развития детского объединения «Юный лидер» используются различные формы оценочных материалов:

- Упражнение «Звездый час» (Приложение 1)
- Упражнение «Проблемы общения у всех» (Приложение 2)
- Упражнение «Передай чувство» (Приложение 3)
- Схема Томаса А. Харриса. Тест «Три Я» (Приложение 4)
- Упражнения «Слепой и поводырь» (Приложение 5)
- Упражнения «Скульптура состояния» (Приложение 6)
- Упражнения «Слоновая техника» (Приложение 7)
- Упражнения «Вопросы к себе» (Приложение 8)
- Упражнения «Прогулка» (Приложение 9)
- Упражнения «Спички» (Приложение 10)
- Упражнения «Юлий Цезарь» (Приложение 11)
- Упражнения «Утро» (Приложение 12)
- Упражнения «Вечерний взгляд назад» (Приложение 13)
- Упражнения «Экспресс – сочинение» (Приложение 14)
- Упражнения «Снежный ком» Вариант - 1 (Приложение 15)
- Упражнения «Снежный ком» Вариант - 2 (Приложение 16)
- Упражнения «Тренировка памяти» (Приложение 17)
- Упражнения «Лидер это -» (Приложение 18)
- Упражнения «Круговая кинолента» (Приложение 19)
- Упражнения «Тренировка эмоциональной устойчивости» (Приложение 20)
- Упражнения «Самоактуализация» (Приложение 21)
- Диагностика лидерских способностей (Е. Жариков, Е. Крушельницкий) (Приложение 22)
- Экспресс-тест «Лидер ли я?» (Приложение 23)
- Тест «Лидеры бывают разные» (Приложение 24)
- Тест «Лидер и команда?» (Приложение 25)
- Проектная работа «Митап» (Приложение 26)
- Квест-игра «Калейдоскоп профессий» (Приложение 27)
- Игра «Клубок» (Приложение 28)
- Тренинг «Взаимодействие и сотрудничество в команде» (Приложение 29)

- Квест «Вопрос – ответ» (Приложение 30)
- Упражнение «Создавая действительность» (Приложение 31).

По результатам исследований проводится необходимая корректировка действий.

VI. СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Басова, Н. В. Педагогика и практическая психология. – Ростов н/Д: «Феникс», 2010. – 416 с.
2. Беспятова, Н. К. Военно-патриотическое воспитание детей и подростков как средство социализации / Н. К.Беспятова, Д. Е.Яковлев. – М.: Айрис-пресс, 2016. – 192 с.
3. Касимова, Т. А. Патриотическое воспитание школьников: Методическое пособие / Т. А.Касимова, Д. Е.Яковлев. – М.: Айрис-пресс, 2015. – 64 с.
4. Кулагина И. Ю. Возрастная психология. Развитие ребенка от рождения до 17 лет. М., 2011.
5. Лебедева, О. В. Классные часы и беседы по воспитанию гражданственности: 5-10 классы. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 192 с.
6. Николаев, Г. Г. Воспитание гражданских качеств подростков в детских общественных объединениях. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2017. – 134 с.
7. Пути модернизации образования: инновационные образовательные и организационные технологии в кадетских школах и в школах-интернатах: материалы и учебно-методические разработки участников Всероссийского семинара-совещания / сост. А. Н.Кузибецкий, Е. В.Никульшина. – Волгоград: Изд. ВГИПК РО, 2018. – 190 с.
8. Титов Б. А. Социализация детей, подростков и юношества в сфере досуга. СПб, 2017.
9. Трегубов Б.А. Свободное время молодежи: сущность, управление. СПб., 2012.
10. Холостова Е. И. Социальная работа с детьми. Учебное пособие. М., 2018.

Интернет-ресурсы:

11. <http://www.iaim.ru/strategii-uspexa-7-strategij-uspexa/>
12. https://yrok.pф/library/zanyatie_dlya_liderov_uchenicheskogo_samoupravleniya_071846.html
13. <https://infourok.ru/uprazhneniya-dlya-trenirovki-pamyati-vnimanija-emocionalnoy-ustoychivosti-snyatiya-stressa-i-drugie-890881.html>

VIІ. ПРИЛОЖЕНИЯ

Упражнение «Звездный час»

Цель игрового упражнения — помочь участникам лучше осознать основные личностные смыслы той или иной профессиональной деятельности для человека и соотнести эти смыслы со своим собственным представлением о счастье.

Более оптимально проводить упражнение в подгруппе. По времени оно может занять около 20—40 минут, но если получится интересная дискуссия, то времени потребуется больше.

В самом общем плане участники игры пытаются выделить и обсудить различные “радости” жизни и работы, наиболее характерные для представителей тех или иных профессиональных и социальных групп общества.

Возможны различные варианты проведения упражнения. Во-первых, можно рассмотреть “звездные часы” для типичных профессиональных стереотипов (для типичного ученого, типичного продавца, типичного таксиста...), а можно рассмотреть и стереотипы более широкого плана (типичного “нового русского”, типичной “шикарной женщины”, типичного “супермена”, типичного “пьяницы”, типичного “простого человека” и т.п.).

Во-вторых, варианты проведения упражнения могут быть разными по форме и процедуре.

1 вариант (основные этапы проведения):

1. Участники рассаживаются в круг и совместно определяют, какой профессиональный стереотип (или социальный стереотип) они будут обсуждать. К примеру, все сошлись на профессиональном стереотипе типичного “бармена”.

2. Далее ведущий даст участникам следующее задание: “Сейчас каждый из нас попробует представить, какие самые приятные, радостные минуты в жизни типичного бармена (у каждого может быть свое собственное представление об этом). Далее все мы по очереди кратко выскажем свои предположения, после чего обсудим, чьи же представления оказались

наиболее реалистичны, т.е. в наибольшей степени соответствуют "счастью" большинства барменов...".

3. Участники по очереди говорят о своих представлениях, о "звездном часе" бармена. Ведущий при этом не должен как-то критиковать эти представления. В подростковых (а часто и во взрослых) аудиториях достаточно возможны шутки и некоторая ирония по отношению к "счастью" стереотипов, особенно, стереотипов неординарных, но находящихся у всех на виду... Мы считаем, что это нормально, ведь нередко с помощью шутки можно понять гораздо больше, чем в серьезных обсуждениях... Высказывания участников могут повторяться, хотя было бы интереснее называть разнообразные проявления радости для данного профессионала, что позволило бы более полно понять эту профессию. Естественно, ведущий не должен допускать перерастания шутки в откровенную грубость и "зубоскальство".

4. Далее организуется обсуждение, чьи же представления о самом большом счастье для бармена оказались наиболее характерными и правдивыми. Поскольку такие представления им носят в основном нон субъективный и характер, то не следует стремиться к полной "объективности" обсуждения. Ведущий должен быть готов согласиться даже с теми мнениями, которые сам не разделяет. Смысл упражнения — не столько в том, чтобы познакомить у участников и кон с "правдой", сколько в том, чтобы актуализировать их представления о "радостях" того или иного труда и, лишь по возможности, в тактичной и ненавязчивой форме, подкорректировать эти представления.

2 вариант:

1. Участники разбиваются на группы по 3—5 человек (микрокоманды).
2. Определяются наиболее интересные для всех профессиональные (или социальные) стереотипы по числу игровых микрокоманд.

3. Каждая группа берет для рассмотрения какой-то один стереотип. Необходимо примерно за 7—10 минут выделить 3—5 наиболее характерных для этого стереотипа радостей (ради чего представители данной профессии или социальной группы вообще живут, что для них самое главное в жизни...). Желательно, выписать все это на листочке и определить человека, который сумел бы кратко рассказать о том, к чему пришла микрогруппа.

4. Далее по очереди представители микрогрупп выступают (зачитывают свои варианты профессионального счастья) и после каждого выступления организуется небольшое обсуждение. Кто-то задает уточняющие вопросы, кто-то высказывает свое мнение. Если окажется, что представления о счастье будут диаметрально противоположными, то удивляться этому не следует, но участникам, для обострения дискуссии все же можно предложить определить что-то наиболее характерное и, следовательно, менее противоречивое.

Разновидностью 2-го варианта упражнения является такая его организация, когда микрокоманды обсуждают только один профессиональной (или социальной) стереотип и в ходе общей дискуссии определяют, чье представление о радостях данного стереотипа является наиболее полным и правильным. Нередко оказывается, что в разных микрогруппах некоторые представления сильно совпадают.

3 вариант:

1. Участники разбиваются на микрогруппы. В каждой микрогруппе сами участники определяют (загадывают) наиболее интересный для себя профессиональный или социальный стереотип, но так, чтобы никто пока об этом не знал (случайно не услышал...).

2. Задание каждой микрогруппе: “В течение 10 минут совместными усилиями необходимо придумать, а потом кратко представить сценку из жизни (или из профессиональной деятельности) загаданного стереотипа, которая отражала бы самые прекрасные мгновения его существования”.

3. По очереди микрокоманды проигрывают счастливые мгновения из жизни стереотипов (время на одно проигрывание — не более 5—7 минут). А остальные пытаются угадать, о каком стереотипе идет речь. Отгадывание происходит в небольшой общей дискуссии, организуемой сразу после проигрывания сценки. Главные игроки (только что проигравшие эту сценку) в дискуссии не участвуют и, чаще всего, с интересом наблюдают за высказываниями своих товарищей, ведущий выписывает на доске наиболее “прозвучавшие” (принятые многими) варианты отгадок. Можно да же ограничить число таких вариантов, например, двумя—тремя.

4. После этого называется загаданный стереотип, и дискуссия может вновь возобновиться, например, кто-то может не согласиться с тем, как представила данный стереотип микрокоманда.

4 вариант - "Хвастуны":

1. Каждому игроку дается задание: “Придумать наиболее интересный для себя профессиональный или жизненный стереотип. На отдельном листочке в течение 5—7 минут написать название этого стереотипа и выписать 2—3 наиболее характерных счастливых мгновений из жизни этого стереотипа (это своеобразная разминка перед основным упражнением). Предлагается каждому представить себя на месте этого стереотипа с тем, чтобы в игровом ситуации рассказать кому-то о том, как у Него все прекрасно. т.е. похвастаться, какой Он молодец и как у Него все здорово...”. Важно подумать и о том, как (с помощью каких слов и типичных манер поведения) убедительнее представить загаданный стереотип.

2. Далее выбираются два игрока-добровольца и разыгрывают небольшую сценку в течение 5—10 минут, в которой по очереди, а может даже и мешая друг другу (как в жизни), начинают хвастаться своей прекрасной жизнью и работой, но называя не саму работу, а наиболее характерные радости с этой работой связанные. В этом своеобразном соревновании необходимо сыграть более счастливого человека.

3. После этого каждый пытается с двух попыток назвать (угадать) тот стереотип, который изображался его напарником, а дальше организуется небольшое общее обсуждение того, насколько достоверно удалось каждому изобразить свой загаданный стереотип. При этом важно учесть не только слова и факты, подтверждающие “счастье” да иного стереотипа, но и саму манеру разговора, интонации и прочие характерные для разных стереотипов проявления (если ведущий напомним и об этом, то обсуждение получится немало полезнее и интереснее).

Нам представляется, что разыгрывание и обсуждение (попытка попятить) профессиональные различные и жизненные стереотипы являются очень важной частью работы профконсультанта. Ведь во многих случаях консультант реально выходит на проблемы не столько чистой профориентации (помощи в выборе конкретной профессии, места учебы или работы), сколько на проблемы на хождения смысла своей жизни, связанного

с той или иной деятельностью. Но такая деятельность не обязательно является только профессиональной. Нередко человек реально выбирает не столько профессию, сколько образ (или стиль) жизни, тот или иной социальный стереотип, ту или иную социальную роль. К примеру, кто-то выбирает профессию не потому, что его при привлекает сам характер данного труда, а потому, что позволяет иногда пройтись в норковой шубе по улице столько ради этого многие живут или мечтают жить!), или ради того, чтобы непременно, прославиться (неважно, как лишь бы все о тебе знали), или чтобы очень-очень немало зарабатывать (вчера - партийный работник со льготами, сегодня — высокопоставленный чиновник-взяточник) или чтобы непременно "бывать за границей" и т.п. Естественно можно привести немало и приятных примеров, когда человеку удастся даже, но внешне непривлекательной (не престижной на данный момент) профессии находить для себя важные и благородные смыслы, развивать и реализовывать лучшие свои возможности. Это касается не только изначально "благородных" низов труда (учителей, социальных работников, врачей...), но даже таких, где соблазн стать подлецом очень велик. Можно даже вообразить себе ситуацию, что кто-то, как раньше, захочет "быть там, где труднее всею" и специально изберет для себя наиболее трудные ("соблазнительные") в этом плане профессии (как своеобразные "испытания" своей совести) и только таким образом сумеет возвысить свой дух ...

Приложение 2

Упражнение «Проблемы общения у всех»

Давайте поделимся своими мыслями о том, что значит общение для каждого из нас. Я предлагаю закончить две фразы: “Мне легко общаться, когда ...” и “Я чувствую себя неуверенно, если ...”.

Итак, вы только что увидели, что необходимо для того, чтобы общение было удачным. Задача нашего занятия – узнать, каковы механизмы и закономерности эффективного общения, как научиться строить именно такое общение.

Педагогическое общение - целостная система (приемы и навыки) социально-психологического взаимодействия педагога и воспитуемых, содержащая в себе обмен информацией, воспитательные воздействия и организацию взаимоотношений с помощью коммуникативных средств. Кроме обычных функций, специфика педагогического общения порождает еще одну функцию социально-психологического обеспечения воспитательного процесса, организаторскую функцию взаимоотношений педагога с воспитуемыми и выступает как средство решения учебных задач. Индивидуально-типологические особенности взаимодействия педагога с обучаемыми определяют стиль педагогического общения.

Приложение 3

Упражнение «Передай чувство»

Все участники выходят в круг и становятся в затылок друг к другу. Ведущий просит последнего участника задумать какую-либо эмоцию и передать ее стоящему перед ним человеку без слов (прикосновением, жестом, мимикой). Задача заключается в том, чтобы каждый следующий человек передавал ту эмоцию, которую “получил”, своими средствами. Когда первый человек получил “эмоциональное послание”, его спрашивают, какую, по его мнению, эмоцию хотел передать ему сосед. Затем второй человек говорит, какую эмоцию он получил и передавал, и так продолжается до последнего человека.

При обсуждении результатов внимание обращается на то, что каждый из нас обладает своим регистром эмоциональности и понять переживания другого человека не всегда легко.

«Три Я»

Каждое из трех эго-состояний может проявляться у одного и того же человека. Но многие люди имеют предпочтительный тип реагирования. Сейчас мы определим, какую из позиций чаще всего занимаете вы.

Инструкция: Оцените в баллах от 0 до 10, насколько эти высказывания характеризуют вас:

1. Мне порой не хватает выдержки.
2. Если мои желания мешают мне, то я умею их подавлять.
3. Родители как более зрелые люди должны устраивать семейную жизнь своих детей.
4. Я иногда преувеличиваю свою роль в каких-либо событиях.
5. Меня провести нелегко.
6. Мне бы понравилось быть воспитателем.
7. Бывает, мне хочется подурачиться, как маленькому.
8. Думаю, что я правильно понимаю все происходящие события.
9. Каждый должен выполнять свой долг.
10. Нередко я поступаю не так, как надо, а так, как хочется.
11. Принимая решение, я стараюсь продумать его последствия.
12. Младшее поколение должно учиться у старших, как ему следует жить.
13. Я, как и многие люди, бываю обидчив.
14. Мне удастся видеть в людях больше, чем они говорят о себе.
15. Дети должны безусловно следовать указаниям родителей.
16. Я – увлекающийся человек.
17. Мой основной критерий оценки человека – объективность.
18. Мои взгляды непоколебимы.
19. Бывает, что я не уступаю в споре, потому что не хочу уступать.
20. Правила оправданы до тех пор, пока они полезны.
21. Люди должны соблюдать все правила, независимо от обстоятельств.

Обработка результатов

Подсчитайте сумму баллов отдельно по трем блокам вопросов.

Вопросы 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19 относятся к позиции Ребенка (Д).

Вопросы 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20 – позиция Взрослого (В).

Вопросы 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21 – позиция Родителя (Р).

Расположите результаты в порядке убывания и запишите формулу своих потенциальных ролей. О чем она может рассказать?

Если вы получили формулу ВДР – это значит, что вы обладаете развитым чувством ответственности, в меру импульсивны и не склонны к назиданиям и поучениям. Вам можно пожелать лишь сохранять эти качества и впредь. Они помогут в любом деле, связанном с общением, коллективным трудом, творчеством.

Хуже, если на первом месте стоит Р. Категоричность и самоуверенность противопоказаны, например, педагогу, организатору – словом, всем тем, кто в основном имеет дело с людьми, а не с машинами.

Например, если ваша формула имеет вид РДВ, то у вас могут возникнуть некоторые сложности, которые способны осложнить жизнь обладателю такой формулы. «Родитель» с детской непосредственностью режет «правду – матку», ни в чем не сомневаясь и не заботясь о последствиях. Но и тут нет поводов для уныния. Если вас не привлекает организаторская работа, шумные компании, и вы предпочитаете побыть наедине с книгой, кульманом или этюдником, то все в порядке. Если же нет, и вы захотите передвинуть свое «Р» на второе и даже на третье место, то это вполне осуществимо.

«Д» на первом месте – это вполне приемлемый вариант, скажем, для научной работы. Эйнштейн шутливо объяснил причины своих научных успехов тем, что он развивался медленно, и над многими вопросами задумался лишь в том возрасте, когда люди обычно перестают о них думать. Но детская непосредственность хороша лишь до определенной степени. Если она начинает мешать делу, пора взять свои эмоции под контроль.

позиция	Ребенка (Д)	Родителя (Р)	Взрослого (В)
определение понятия	эмоциональность, незащитность, безответственность	тот, кто воспитывает, наказывает и т.д.	реальное видение мира
слова и выражения	хочу	надо	могу
тон	неуверенный, капризный	категоричный, самоуверенный	спокойный
эмоции и чувства	беспокойство, тревожность, страх, огорчение	гнев, злость, презрение, ненависть	спокойствие, удовлетворение, уравновешенность
поведение	неуверенное	агрессивное	уверенное

Упражнение «Слепой – поводырь»

Упражнение проводится в парах. В каждой паре выбирается "слепой" и "поводырь". Инструкция "поводырям": "Вы ведете своего партнера за собой. Глаза у него закрыты. Познакомьте его с окружающим миром". Участники в парах расходятся по комнате (возможен выход за пределы помещения). "Поводырь" ведет "слепого" за собой (или поддерживает его сзади), знакомит его с предметами окружающего мира, людьми, интерьером. Через десять минут участники меняются ролями. После завершения упражнения проводится обсуждение. Участники рассказывают, как они себя чувствовали в роли "поводыря" и "слепого", было ли им удобно в этой роли, доверяли ли они своему партнеру.

Цель упражнения. Оно рождает много ассоциаций. Оно позволяет на собственном опыте почувствовать, что значит быть зависимым, кому-то из участников оно может напомнить отношения в семье, в классе, в дворовой компании. Упражнение помогает подростку более отчетливо осознать свои жизненные роли и свою позицию.

Упражнение «Скульптура состояния»

Цель: содействие формированию навыка самоконтроля.

Необходимые материалы: проволока (любая какую найдете), кусачки для проволоки.

Ход работы:

Из проволоки сделать скульптуру своего состояния (настроения), придумать название и легенду (что, откуда, почему и т.п.).

Выставка-презентация скульптур. Пространство класса организуется таким образом, чтобы подростки могли выбрать удобное место для своей скульптуры, разместить ее там и поставить табличку с названием. Рядом с скульптурами ведущий приклеивает чистые листочки. Задача участников группы походить по «музею» и подписать названия к каждой скульптуре (свои ассоциации). В результате на каждом чистом листочке должен появиться список названий к каждой скульптуре. Затем вся группа отправляется на экскурсию. Когда группа останавливается около скульптуры, ее автор презентует свое произведение, рассказывая, какое настроение она отражает, как называется, легенду, а так же свои мысли по поводу ассоциаций группы, написанных на листочке.

Обсуждение:

Участники делятся впечатлениями от работы и выставки, высказывают свои чувства. Если кто-то из участников сделал плохое настроение или деструктивное состояние и хотел бы избавиться от него, предложите ему изменить скульптуру, что-то убрать или добавить.

С целью усложнения задания предложите подросткам сделать не одну, а несколько скульптур, которые будут отражать противоречивые состояния (настроения). Между скульптурами можно провести диалог, договориться о чем-то и т.п.

Упражнение «Слоновая техника»

Упражнение используется при решении больших и очень больших задач. В основе техники – деление большой задачи на маленькие, каждодневные задачи. Главную задачу следует вообразить в виде слона. Например, при подготовке к экзамену по литературе в виде слона можно вообразить все художественные произведения, содержание которых необходимо знать. Конкретные произведения А. С. Пушкина, Л. Н. Толстого и т.п. представляются в виде ушей, хвоста, ног, хобота и других частей тела воображаемого слона. Решение маленьких задач, т.е. чтение и анализ отдельных произведений, поможет поглотить «слона» в целом.

Инструкция: При выполнении упражнения «Слоновая техника» пользуйтесь следующими конкретными правилами:

- относитесь спокойно к большим «слонам»;
- воспринимайте всех «слонов» как захватывающие ваше сознание возможности;
- в своем воображении разрежьте «слона» на маленькие удобные кусочки;
- сосредоточьтесь на задачах дня и «заглатывайте» кусочки каждый день;
- позаботьтесь о том, чтобы съесть одного и того же «слона», пока от него ничего не останется, а затем принимаетесь за другого.

Упражнение «Вопросы к себе»

Упражнение направлено на структурирование объема и этапов работы, на творческую организацию времени. Его целесообразно применять при появлении большого количества задач, которые надо решать в сжатые сроки.

Инструкция: Непосредственно перед каждым важным этапом подготовки к экзамену задавайте себе следующие вопросы:

- Какова моя цель на этом этапе?
- Сколько времени в моем распоряжении?
- Как лучше использовать это время?
- Какие задачи нужно решить в первую очередь?
- В какой последовательности должны решиться эти задачи?
- Что нужно подготовить для решения каждой задачи?

Упражнение «Прогулка»

Упражнение направлено на тренировку наблюдательности, объема внимания, зрительной памяти.

Инструкция: Вспомните какую-либо другую знакомую улицу того города, в котором вы живете. Затем представьте себе прогулку по какой-либо стороне этой улицы. Гуляя в своем воображении по левой или правой стороне улицы, вспомните и назовите вслух (или запишите в тетради) все стоящие на ней дома, театры, магазины, автобусной остановки. Вспоминать надо дом за домом, ничего не пропуская.

При случае можно проверить себя, насколько хорошо вы помните эту часть города.

Упражнение «Спички»

Упражнение направлено на тренировку наблюдательности, объема внимания и зрительной памяти.

Инструкция: Приготовьте коробок спичек и лист газеты (или платок). Возьмите из коробка несколько спичек, не пересчитывая. Бросьте их на стол перед собой. Сосчитайте до трех и накройте газетой.

Спросите себя, сколько спичек Вы бросили? Восемь?

Возьмите из коробки восемь спичек и на открытой части стола разложите их так, как те, что лежат под газетой (или платком).

Проверьте себя: откройте на две секунды лист, исправьте ошибки и проверьте себя снова.

Упражнение «Юлий Цезарь»

Упражнение направлено на тренировку распределения внимания. В его основе одновременное выполнение нескольких действий.

Инструкция: Перемножьте в уме 36 на 24. Одновременно записывайте на листе бумаги хорошо известное стихотворение.

Наоборот: читайте вслух стихи и одновременно на листе бумаги умножайте 36 на 24.

Читайте вслух незнакомый текст, одновременно выполняя в уме какие-либо вычисления.

Переписывайте из книги текст, одновременно производя вычисления в уме.

Делайте то же самое, но у громкоговорящего приемника, телевизора.

Делайте то же самое, но попросите окружающих задавать Вам вопросы. Отвечайте на них, не прекращая переписывать текст из книги.

Упражнение «Утро»

Упражнение направлено на тренировку эмоциональной памяти, способности контролировать эмоциональные реакции, спонтанное проявление чувств.

Инструкция: Выберите утром 10 минут покоя. Продумайте порядок своих дел в течение дня. При этом отвечайте на такие задаваемые себе вопросы:

- Предполагаю, что наступающий день пройдет нормально. Смогу ли я выполнить все, что запланировано? Если нет, то, какие дела необходимо выполнить в первую очередь, какие дела наиболее важны, а что можно не делать?

- Какие неприятные ситуации ожидают меня? Неизбежны ли они? Если да, то, как я собираюсь вести себя в неприятной ситуации?

- Какие радости меня ожидают сегодня? Если никаких радостей не предвидятся, то, что я могу сделать с удовольствием, с охотой? Могу ли я это себе позволить сегодня?

- Обдумывание предстоящего дня заканчивается тем, что можно вспомнить несколько строк любимого стихотворения, любимой песенки, приятные переживания, комплименты в свой адрес и т.п.

Главное в этом упражнении – убежденность в том, что все зависит от Вас, от Вашей воли и решительности».

Приложение 13

Упражнение «Вечерний взгляд назад»

Упражнение направлено на тренировку долговременной памяти и обеспечение эмоционального равновесия.

Инструкция: Вечером, перед сном вспомните весь прошедший день: от подъема до настоящей минуты. Этот обзор должен быть образным и протекать перед глазами, как фильм. Важно при этом оставаться наблюдателем дневных событий и самого себя. Вы видите себя читающим учебник, разговаривающим с друзьями по телефону, отвечающим на вопросы родителей и т.п. При этом воспоминания о событиях должны идти по порядку.

Главная установка в этом упражнении – отделение самого себя от себя, а также от окружающих людей, вещей. Взгляд на себя как на постороннего участника событий.

Приложение 14

Упражнение «Экспресс-сочинение»

Упражнение направлено на тренировку образной памяти.

Инструкция: Возьмите наугад десять существительных, не связанных между собой. Добавляя любые другие слова, напишите логически связное сочинение. Разрешается изменять число и склонять выбранные существительные.

Попробуйте за 3-5 минут написать короткое сочинение, состоящее из следующих слов: дверь, верфь, грач, босс, жгут, зонт, друг, лифт, марш, краб.

Пример такого сочинения: «Босс встретился со своим другом по кличке «Краб». Намечалась серьезная операция по доставке японских зонтов. Они вошли в лифт новой высотной гостиницы «Грач» и прокрались в дверь своего номера. Раздались звуки марша. Затем по радио передавали, что загорелась верфь и что необходим жгут для оказания помощи».

Постепенно задание усложняется. Пример усложненного задания – написать сочинение из десяти слов, начинающихся с одной буквы, например «п».

Упражнение «Снежный ком»

Вариант 1.

Упражнение направлено на знакомство учащихся, обсуждение правил группы, тренировка памяти.

Инструкция: один ведущий, сидя в кругу, читает инструкцию, другой записывает правила на листе ватмана. Ватман висит на доске.

Инструкция для учащихся: учащийся называет свое имя и говорит о том, чего, по его мнению, не должно происходить в группе. Сидящий справа от него участник повторяет сказанное и добавляет свое имя и пожелание. Например: "Меня зовут Антон, и я не хочу, чтобы меня перебивали".

Второй вариант (для группы более 10 чел.): учащиеся получают листы бумаги, дается инструкция: "Напишите, какие правила вы хотели бы принять для нашей группы". Затем учащимся предлагается пройти по классу, посмотреть, какие у кого записаны правила, объединиться в группы с теми, у кого записаны похожие. Далее в каждой мини-группе необходимо сформулировать обобщающее правило.

При обсуждении учащиеся отвечают на вопросы: "Все ли согласны с правилами? Какие правила мы принимаем, а какие нет? Почему?"

Все правила обсуждаются группой и вывешиваются на стенде в классе на каждом тренинге.

Упражнение «Снежный ком»

Вариант 2.

Упражнение направлено на тренировку памяти.

Инструкция: ведущий представляется по имени и говорит какую-нибудь фразу (связанную с экзаменом), например, «ЕГЭ – это легко». Следующий участник (по кругу) повторяет имя ведущего и ту фразу, которую он сказал, затем представляется сам и говорит свою фразу. Игра продолжается до тех пор, пока участники не начнут очень часто ошибаться или пока ведущий не прекратит упражнение.

Упражнение «Тренировка памяти»

Ход упражнения: зачитываются слова. Испытуемые должны постараться запомнить их попарно. Затем читаются только первые слова каждой пары, а испытуемые записывают второе.

1 вариант

курица – яйцо
ножницы – резать
лошадь – сено
книга – учить
бабочка – муха
щетка – зубы
барабан – пионер
снег – зима
петух – кричать
чернила – тетрадь
корова – молоко
паровоз – ехать
груша – компот
лампа – вечер

2 вариант

жук – кресло
перо – вода
очки – ошибка
колокольчик – память
голубь – отец
лейка – трамвай
гребенка – ветер
сапоги – котел
замок – мать
спичка – овца
терка – море
салазки – завод
рыба – пожар
топор – кисель

Упражнение «Лидер – это...»

У каждого из вас есть бланк, на котором вертикально написано слово «ЛИДЕР». Рядом с каждой буквой нужно записать слова, которые начинаются с нее и ассоциируются у вас с каким-либо качеством личности, присущим лидеру. Например, Л – любознательность, И – искренность и т.д.

Время работы – 3 минуты.

Л – любознательность, лояльность, лаконичность, лучезарность.

И – инициативность, изобретательность, индивидуальность, идейность, интуитивность, искренность.

Д – добросовестность, доброжелательность, дисциплинированность, деятельность, дальновидность, дипломатичность.

Е – единомыслие, естественность.

Р – решительность, рациональность, рассудительность, работоспособность, разносторонность, разумность.

Конечно же, лидерских качеств намного больше, и одно из них – умение правильно оценивать не только других, но, в первую очередь, самих себя.

Приложение 19

Упражнение «Круговая кинолента»

Упражнение направлено на тренировку навыка контроля чувств.

Инструкция: Мысленно создайте сценарий небольшого фильма. Желательно выбрать сначала 5-7 кадров. При этом мысленно «склейте» первый и последний кадры, чтобы получился круг кадров-событий.

Начните «крутить» эту киноленту на внутреннем экране от первого до последнего кадра, затем еще раз, затем еще раз с большей скоростью. На любом кадре остановите «просмотр» и попробуйте прокрутить киноленту в обратном порядке с нарастающей скоростью.

Упражнение «Тренировка эмоциональной устойчивости»

Инструкция: Участники разбиваются по парам и садятся лицом друг к другу, как можно ближе. Упражнение выполняется в три этапа. Участники закрывают глаза. Им дается ограничение: запрещаются любые движения телом и даже лицом.

Ведущий: «Настройтесь на тишину и покой в вашей душе и в вашем теле». После того, как эмоциональная устойчивость на предыдущем этапе сформировалась, задание усложняется.

Ведущий: «Теперь вы будете неподвижно сидеть, но с открытыми глазами. При этом вы смотрите на глаза своего партнера и стараетесь сохранять свое спокойствие». После этих подготовительных упражнений в каждой паре один из участников выбирает себе роль тренера. Задача тренера – рассмешить или как-то еще поколебать эмоциональное равновесие. Если ему это удастся, он замолкает и ждет, пока партнер не восстановит утраченное равновесие. Затем упражнение продолжается, при этом важно, чтобы тренер снова повторил то, что вывело его партнера из равновесия. Многократное повторение формирует устойчивость к этому раздражителю. Затем участники меняются ролями, и так – несколько раз.

Упражнение «Самоактуализация»

Инструкция: Попробуйте закончить предложения:

Откровенно говоря, когда я думаю о предстоящих экзаменах...

Откровенно говоря, когда я готовлюсь к экзаменам...

Откровенно говоря, когда я волнуюсь...

Откровенно говоря, когда я не могу собраться с мыслями...

Откровенно говоря, когда я слышу об экзаменах...

Откровенно говоря, когда я прихожу на консультации...

Я хотел бы узнать, как в период подготовки к экзаменам...

Я хотел бы узнать, как во время экзаменов...

Диагностика лидерских способностей «Мастерство общения»

Цель: помочь учащимся осознать значимость процесса общения; формировать уважение, толерантность

Этап	Время	Содержание
Начало работы	5 мин.	Регистрация группы
Разминка	10 мин.	Игры «Улыбка» «Комплимент» «Подарок»
Работа по теме	30 мин.	1. Обсуждение эпиграфа к теме 2. Работа в группах 3. Тренинг «Именной листок» 4. Тест 5. Анализ тренинга и теста
Тренинг	15 мин.	«Футболка с надписью»
Завершение работы	5 мин.	Подведение итогов

1. Начало работы

2. Разминка

А) «Улыбка»

Б) «Комплимент»

В) «Подарок» (по типу «лепим из теста»)

Дети сидят в кругу. Начиная по кругу, участники делают из воображаемого «теста» подарок. Его нужно вручить рядом сидящему - молча (невербально), но так, чтобы он понял, что вы ему дарите, и показал, как он его использует по назначению.

Пока все не получают подарки, говорить ничего не надо. Всё делается молча.

Обсуждение: Поняли ли вы друг друга? Смогли ли договориться? Как удалось понять друг друга?

3. Работа по теме

3.1. Обсуждение эпиграфа

Человек вне общества – или бог, или зверь.

Аристотель

Деление на группы («Милашка. Симпатяжка»)

3.2. Вводные вопросы к теме для работы в микрогруппах:

1 гр. Что такое общение?

2 гр. Какими качествами должен обладать человек для оптимального общения? (уметь слушать, толерантность, уважение, этикет, ...)

3 гр. Какие могут быть препятствия в общении? (настроение, агрессия, конфликт, ...)

4 гр. Модель оптимального общения? (компромиссы, сотрудничество, ...)

5 гр. «Правила общения с людьми» (Будьте искренни! Будьте естественны!...)

Беседа «Уровни общения людей»

• Уровень манипулирования

Это общение с человеком как с вещью. Нужна в данный момент вещь – я её использую: приглашаю в кино, дам списать контрольную, приглашу к себе. Манипулятор предполагает и просчитывает, как он в следующем использует человека.

• Уровень игры

У каждого участника такого общения есть планы, цели, намерения в этих отношениях. Каждый ведёт свою игру. Я не люблю этого человека, но стараюсь быть в его друзьях, потому что он отличник, потому что он сильный, потому что он...

• Уровень правового общения

Все участники общения уважают права каждого человека, участвующего в общении. Нормы и правила общения распространяются на всех.

• Уровень нравственного общения

На этом уровне общение происходит на основе духовности – честности, прямоты, справедливости и порядочности.

Обсуждение: приходилось ли вам сталкиваться в общении с людьми, которые выбирают определённый уровень общения?

Как вы строите общение с таким человеком?

В какое общение стараетесь не вступать:

Как избегать таких уровней в общении, какой принимать?

3.3. Тренинг «Именной листок» (каков я в общении, по мнению других)

Каждому даётся лист бумаги, который подписывается владельцем. Далее передавая листы по кругу, все участники пишут свои впечатления от общения с этим человеком или предположения, каков он в общении (на подписывая себя).

Далее каждый озвучивает о себе то, что написано на «именном листе». Подтверждает или опровергает представленное.

3.4. Тест «Каков я в глазах окружающих»

1. Мой любимый цвет:

- красный/оранжевый – 6;
- белый – 2;
- чёрный – 7;
- тёмно-синий/лиловый – 3;
- жёлтый – 5;
- коричневый/серый/фиолетовый – 1;
- зелёный – 4

2. Когда я иду на вечеринку:

- надеваю яркую, бросающуюся в глаза одежду, с шумом захожу в комнату и надеюсь, что все обратят на меня внимание – 6;
- надеваю что-нибудь особенное, но захожу тихо и надеюсь увидеть кого-нибудь из знакомых – 4;
- надеваю одежду, в которой надеюсь не привлекать к себе особого внимания – 2

3. Когда я ложусь спать, я лежу:

- на спине - 7;
- на животе -6;
- на боку – 4;
- закрыв рукой голову – 2;
- с головой под одеялом – 1

4. Я хожу:

- большими, быстрыми шагами – 6;
- маленькими, быстрыми шагами – 4;
- не очень быстро, голова вперёд – 7;
- не очень быстро, голова вниз – 2;
- медленно – 1

5. Обычно я чувствую себя лучше всего:

- сразу после того, как проснусь – 2;
- днём – 4;
- поздно вечером – 6

6. Если происходит что-нибудь смешное:

- я громко смеюсь – 6;
- тихо смеюсь – 4;

- смеюсь про себя – 3;
- широко улыбаюсь – 5;
- немного улыбаюсь – 2

7. Когда я разговариваю с людьми, то:

- я стою со скрещенными руками – 4;
- держу руки впереди себя – 2;
- одну или обе руки держу на боку – 5;
- дотрагиваюсь до собеседника – 7;
- дотрагиваюсь до своего лица и волос – 6;
- люблю держать в руках какой-нибудь предмет (карандаш, брелок) – 1

8. Когда я расслабленно сижу на стуле, то:

- держу колени, ноги рядом - 4;
- сижу нога на ногу – 6;
- вытягиваю ноги перед собой – 2;
- одна нога подо мной – 1

Результаты:

42 и более баллов: окружающие считают, что ты самоуверенный человек, который любит находиться в центре внимания. Они восхищаются тобой, иногда завидуют, некоторые – боятся. Тебе не легко завязывать дружбу.

От 35 до 41 балла: окружающие находят тебя интересным человеком, с которым можно предпринять много весёлого. Что ты сделаешь в следующий момент – нельзя предсказать, поэтому с тобой интересно. Многие хотели бы себя видеть своим лидером.

От 27 до 34 баллов: тебя считают очень дружелюбным человеком. С тобой общаются, потому что ты приветлив и весел. Многие хотели бы дружить с тобой.

От 20 до 26 баллов: считают, что ты осторожен и практичен. Большому количеству знакомых ты предпочитаешь несколько хороших друзей. Друзья доверяют тебе, а ты – им.

Менее 20 баллов: окружающим кажется, что ты скромный и обеспокоенный человек. Некоторые считают, что ты слишком переживаешь из-за мелочей. По их мнению, ты очень осторожен; прежде чем-либо что-то предпринять, ты всё тщательно обдумываешь.

3.5. Анализ: совпадают ли результаты тренинга и теста

4. Тренинг «Футболка с надписью»

Участникам тренинга предлагается в течение 2-3 минут придумать и записать на листе бумаги надпись, отражающую их состояние, настроение в данный момент (по типу «говорящие» надписи на футболках).

Далее каждый презентует свою запись.

Все пытаются проанализировать, что хотел сообщить о себе человек. Озвучивают. Сравниваем.

Работа в парах: 1. построить неподготовленное диалоговое общение, на любую тему, **обращая внимание** на надпись собеседника (чтобы был оптимальный диалог, учёт интересов и состояния друг друга)

1. построить неподготовленное диалоговое общение, на любую тему, **не обращая внимания** на надпись собеседника (чтобы был конфликтный диалог).

Обсуждение: анализ ситуации.

- помогли ли надписи строить общение?

- как развивалось общение без надписей?

5. Завершение работы

*Самая главная роскошь на земле –
это роскошь человеческого общения.*

Антуан де Сент Экзюпери

Как отсутствие общения может повлиять на человека, его физическое и психическое состояние?

Что вы сегодня узнали об общении?

Что понравилось на занятии? Как складывалось общение? На каком уровне?

На следующем занятии мы продолжим тему «Мастерство общения».

Экспресс – тест «Лидер ли я?»

Инструкция к этому тесту будет такова: «Если ты полностью согласен с приведённым утверждением, то в клеточку с соответствующим номером поставь цифру «4»; если скорее согласен, чем не согласен – цифру «3»; если трудно сказать – «2»; скорее не согласен, чем согласен – «1»; полностью не согласен – «0».

Вопросы к тесту «Я – лидер»

1. Не теряюсь и не сдаюсь в трудных ситуациях.
2. Мои действия направлены на достижения понятной мне цели.
3. Я знаю, как преодолевать трудности.
4. Люблю искать и пробовать новое.
5. Я легко могу убедить в чём-то моих товарищей.
6. Я знаю, как вовлечь моих товарищей в общее дело.
7. Мне нетрудно добиться того, чтобы все хорошо работали.
8. Все знакомые относятся ко мне хорошо.
9. Я умею распределять свои силы в учёбе и труде.
10. Я могу чётко ответить на вопрос, чего хочу от жизни.
11. Я хорошо планирую своё время и работу.
12. Я легко увлекаюсь новым делом.
13. Мне легко установить нормальные отношения с товарищами.
14. Организуя товарищей, стараюсь заинтересовать их.
15. Ни один человек не является для меня загадкой.
16. Считаю важным, чтобы те, кого я организую, были дружными.
17. Если у меня плохое настроение, я могу не показывать это окружающим.
18. Для меня важно достижение цели.
19. Я регулярно оцениваю свою работу и свои успехи.
20. Я готов рисковать, чтобы испытать новое.
21. Первое впечатление, которое я произвожу, обычно хорошее.
22. У меня всегда всё получается.
23. Хорошо чувствую настроение своих товарищей.
24. Я умею поднимать настроение в группе своих товарищей.

25. Я могу заставить себя утром делать зарядку, даже если мне этого не хочется.
26. Я обычно достигаю того, к чему стремлюсь.
27. Не существует проблемы, которую я не могу решить.
28. Принимая решение, перебираю различные варианты.
29. Я умею заставить любого человека делать то, что считаю нужным.
30. Я умею правильно подобрать людей для организации какого-либо дела.
31. В отношении с людьми я достигаю взаимопонимания.
32. Стремлюсь к тому, чтобы меня понимали.
33. Если в работе у меня встречаются трудности, то я не опускаю руки.
34. Я никогда не поступал так, как другие.
35. Я стремлюсь решить все проблемы поэтапно, не сразу.
36. Я никогда не поступал так, как другие
37. Нет человека, который устоял бы перед моим обаянием.
38. При организации дел я учитываю мнение товарищей.
39. Я нахожу выход в сложных ситуациях.
40. Считаю, что товарищи, делая общее дело, должны доверять друг другу.
41. Никто и никогда не испортит мне настроение.
42. Я представляю, как завоевать авторитет среди людей.
43. Решая проблемы, использую опыт других.
44. Мне неинтересно заниматься однообразным, рутинным делом.
45. Мои идеи охотно воспринимаются моими товарищами.
46. Я умею контролировать работу моих товарищей.
47. Умею находить общий язык с людьми.
48. Мне легко удаётся сплотить моих товарищей вокруг какого-либо дела.

После заполнения карточки ответов необходимо подсчитать количество очков в каждом столбце (не учитывая баллы, поставленные за вопросы 8, 15, 22, 29, 34, 36, 41). Эта сумма определяет развитость лидерских качеств:

- А – умение управлять собой;
- Б – осознание цели (знаю, чего хочу);
- В – умение решать проблемы;
- Г – наличие творческого подхода;

- Д – влияние на окружающих;
- Е – знание правил организаторской работы;
- Ж – Организаторские способности;
- З – умение работать с группой.

Если сумма в столбце меньше 10, то качество развито слабо, и надо работать над его совершенствованием, если больше 10, то это качество развито средне или сильно.

Но прежде, чем сделать заключение о том, лидер ли подросток, обратите внимание на баллы, выставленные при ответах на вопросы 8, 15, 22, 27, 29, 34, 36, 41. Если на каждый из них поставлено более 1 балла, мы считаем, что ребенок был неискренним в самооценке.

Приложение 24

Тест «Лидеры бывают разные»

1. Что для вас важнее в игре?

- А) Победа.
- Б) Развлечение.

2. Что вы предпочитаете в общем разговоре?

- А) Проявлять инициативу, предлагать что-либо.
- Б) Слушать и критиковать то, что предлагают другие.

3. Способны ли вы выдерживать критику, не ввязываться в частные споры, не оправдываться?

- А) Да.
- Б) Нет.

4. Нравится ли вам, когда вас хвалят прилюдно?

- А) Да.
- Б) Нет.

5. Отстаиваете ли вы свое мнение, если обстоятельства (мнение большинства) против вас?

- А) Да.
- Б) Нет.

6. В компании, в общем деле вы всегда выступаете заводилой, придумываете что-либо такое, что интересно другим?

А) Да.

Б) Нет

7. Умете ли вы скрывать свое настроение от окружающих?

А) Да.

Б) Нет.

8. Всегда ли вы немедленно и безропотно делаете то, что вам говорят старшие?

А) Нет.

Б) Да.

9. Удастся ли вам в разговоре, дискуссии, убедить, привлечь на свою сторону тех, кто раньше был с вами не согласен?

А) Да.

Б) Нет.

10. Нравится ли вам учить (поучать, воспитывать, обучать, давать советы) других?

А) Да.

Б) Нет.

Обработка и интерпретация результатов теста:

Подсчитать общее количество «А» и «В» ответов.

Высокий уровень лидерства - А = 7-10 баллов.

Средний уровень лидерства - А = 4-6 баллов.

Низкий уровень лидерства - А = 1-3 балла.

Преобладание ответов «В» свидетельствует об очень низком или деструктивном лидерстве.

Тест «Лидер и команда?»

Инструкция к тесту: «Внимательно прочтите каждое из десяти суждений и выберите наиболее подходящий для вас ответ в буквенной форме. Работая с опросником, помните, что нет ни плохих, ни хороших ответов. Немаловажным фактором является и то, что в своих ответах надо стремиться к объективности и записывать тот ответ, который первым приходит в голову».

Тестовый материал

1. Что для вас важнее в игре?

- А) Победа.
- Б) Развлечение.

2. Что вы предпочитаете в общем разговоре?

- А) Проявлять инициативу, предлагать что-либо.
- Б) Слушать и критиковать то, что предлагают другие.

3. Способны ли вы выдерживать критику, не ввязываться в частные споры, не оправдываться?

- А) Да.
- Б) Нет.

4. Нравится ли вам, когда вас хвалят прилюдно?

- А) Да.
- Б) Нет.

5. Отстаиваете ли вы свое мнение, если обстоятельства (мнение большинства) против вас?

- А) Да.
- Б) Нет.

6. В компании, в общем деле вы всегда выступаете заводилой, придумываете что-либо такое, что интересно другим?

- А) Да.
- Б) Нет.

7. Умеете ли вы скрывать свое настроение от окружающих?

- А) Да.
- Б) Нет.

8. Всегда ли вы немедленно и безропотно делаете то, что вам говорят старшие?

А) Нет.

Б) Да.

9. Удастся ли вам в разговоре, дискуссии, убедить, привлечь на свою сторону тех, кто раньше был с вами не согласен?

А) Да.

Б) Нет.

10. Нравится ли вам учить (поучать, воспитывать, обучать, давать советы) других?

А) Да.

Б) Нет.

Обработка и интерпретация результатов теста:

Подсчитать общее количество “А” и “В” ответов.

Высокий уровень лидерства - А = 7-10 баллов.

Средний уровень лидерства - А = 4-6 баллов.

Низкий уровень лидерства - А = 1-3 балла.

Преобладание ответов “В” свидетельствует об очень низком или деструктивном лидерстве.

Проектная работа «Митап» (от английского «meet up»)

Цель: узнать друг друга в работе.

Ведущий рассказывает о формате «В классическом понимании митап — встреча специалистов для обмена опытом и обсуждения тех или иных проблем в неформальной обстановке. От клубов по интересам они отличаются тем, что это короткие мероприятия, состоящие из мини-встреч и решения общей проблемы».

Все участники митапа будут участвовать в обсуждении заданных тем, будут последовательно менять рабочую группу. В каждом последующем этапе обновленная группа должна добавить новые пункты к работе предыдущего состава.

Темы 10 или 5 (каждая дважды): *актуальные темы для мозгового штурма и презентации - задаст организаторами?*

Например:

- как создать идеальную команду
- инструменты мотивации
- новые направления форума
- преемственность поколений проектов
- успех социального проекта

1. Участники рассаживаются в 10 отдельных групп.
2. Каждому столу (группе) выдается большой лист бумаги с написанной темой.
3. Ведущий предлагает участникам выбрать хозяина стола, который будет вести обсуждение и записывать все идеи.
4. Участники одного стола обсуждают вопрос, записывают на бумагу примеры из своей практики (в идеале указывать первоисточники практики, если она у кого заимствована).

На обсуждение дается 10 минут.

5. Затем звучит сигнал, по которому участники перемещаются за другие столы (все расходятся за разные, хаотично). Остается только хозяин стола.
6. Хозяин очень кратко знакомит новых участников с тем, что уже записала предыдущая группа. Идет обсуждение и добавление новых практик.

На обсуждение дается 10 минут.

7. Снова звучит сигнал, по которому участники перемещаются за другие столы (все расходятся за разные, хаотично). Остается только хозяин стола.

8. Хозяин очень кратко знакомит новых участников с тем, что уже записала предыдущая группа. Идет обсуждение и добавление новых практик.

На обсуждение дается 10 минут.

9.1. Выставка. Хозяин стола вывешивает получившийся лист на стену, когда к нему подходят другие участники - презентует. Участники в свободном режиме ходят, знакомятся с результатами работы групп.

9.2. Итог-презентация. Хозяин стола презентует получившуюся работу (по 2-3 минуты).

Приложение 27

ПРИМЕРНЫЙ СЦЕНАРИЙ ЗАНЯТИЯ

Квест – игра «Калейдоскоп профессий»

Игра в рамках профориентационной работы с учащимися по направлению личностного развития.

Цели и задачи:

1. способствовать приобретению подростками знаний о профессиях;
2. систематизировать знания учащихся о профессиях;
3. развивать познавательные процессы, наглядно-образное мышление;
4. воспитывать уважение к труду и людям труда.
5. сплочение команды в процессе преодоления трудностей;
6. организация активного отдыха обучающихся.

К подготовке мероприятия привлекаются активисты школ района. Активные школьники закрепляются за станциями и также продумывают задания для данных станций.

Название станций:

1. **Автосервис**

Команда должна собрать и разобрать металлический конструктор

2. **Филолог**

Проверка знаний русского языка. Команда должна подобрать как можно больше синонимов к определенным словам (чистый – грязный и т.д.)

3. **Флорист**

Команда придумывает свой букет цветов с помощью рисунка, аппликации, лепки.

4. **Учитель – Истории**

Проверка знаний истории России.

5. **Врач**

Проверка знаний о строении человека. Команда называет части тела на примере модели скелета человека.

6. **Хореограф**

Команды разучивают небольшой флешмоб совместно с ведущим станции.

7. **Повар**

Команда должна почистить картофель на время.

8. **Стилист**

Плетение косичек на время.

9. **Тренер**

Проверка физической подготовки команды, выполнение ряда упражнений.

10. **Музыкант**

Проверка знания нот.

11. **Бухгалтер**

Решение математических экономических задач.

12. **ГАИ**

Викторина по знаниям правил дорожного движения.

13. **Художник**

Рисование 4 картин по временам года.

14. **Переводчик**

Перевести текст русского языка на английский.

15. **Актёр**

Обыграть ситуацию заданную ведущим.

В начале квест – игры каждая команда получает маршрутный оценочный лист, затем после прохождения всех станций подводятся итоги игры, подсчитываются все баллы каждой станции. Команда, набравшая максимальное количество баллов вручаются грамоты.

Игра «Клубок»

Цель: объединение команды.

Задача: Сплотить команду, обмениваться положительной энергией.

Эта игра подходит для завершения занятия. (5-10 мин).

Реквизит: несколько клубков шерсти в цветах мероприятия

Приглашаем всех встать в круг.

Впереди у всех нас несколько насыщенных, интересных дней плодотворной работы. Мы настроились на хороший лад, у нас собралась отличная команда! У меня есть 2 клубка ниток и предлагаю вам передать клубок, частичку оставляя у себя и говоря ваши пожелания товарищам на ближайшие дни!

Участники передают друг другу клубок ниток, произнося пожелания, любому участнику, не обязательно соседу справа или слева. Постепенно середина круга превращается в узор из натянутых нитей.

Когда круг завершен, каждый участник натягивает свою нить, и группа минуту стоит с закрытыми глазами, стремясь прочувствовать другого человека.

Тренинг «Взаимодействие и сотрудничество в команде»

Цель: научить ребят сообща принимать решения, выполнять совместные действия

Этап	Время	Содержание
Начало работы	5 мин.	Регистрация группы
Разминка	10 мин.	Игры «Улыбка» «Комплимент» «Кто вы сегодня»
Работа по теме	40 мин.	1. Деление на группы 2. Ассоциограмма «Сотрудничество» 3. Название, девиз команды 4. Упражнение «Картина путешествия»

Разминка	15 мин.	Тренинг «Ярлык»
Продолжение работы по теме	20 мин.	Упражнение «Развитие идеи»
Завершение работы	5 мин.	Подведение итогов

1. Начало работы

2. Разминка

А) «Улыбка»

Б) «Комплимент»

В) «Кто вы сегодня»

С кем вы сейчас ассоциируете себя (объект материального мира, растение, животное). Напишите почему. Скажите кто вы. Группа попробует угадать почему. Сравниваются ощущения.

3. Работа по теме

А) Деление на группы: «Фруктовый микс» (группы по 4 человека)

Б) Общая ассоциограмма «Сотрудничество»

В) Задания для групп:

- Название команды

- Придумать девиз к теме

Упражнение: Картина путешествия.

В этом упражнении речь пойдет о готовности к кооперации, которая потребуется руководителю, чтобы привести свою команду к успеху.

Вначале вводится ряд ограничений. Возникающий в результате этих ограничений стресс - хорошая проверка для процесса общения. Однако стресс компенсируется привлекательностью игры и удовлетворением от решения задачи.

Материалы:

Каждой команде потребуется большой лист бумаги, тюбик клея и десять листов цветной бумаги - чем ярче будут цвета, тем лучше.

Инструкция:

1. Группа делится на команды по четыре человека. Один будет директором (В группе составляется протокол выбора). Трое будут художниками, которые творят с закрытыми глазами под руководством

директора. Директор в отличие от художников может смотреть и говорить, но не может ни к чему прикасаться.

2. Задание для каждой команды состоит в том, чтобы сотворить коллективное произведение под общим названием "Картина путешествия".

Это путешествие может быть как реальным, взятым из опыта одного из участников, так и полностью придуманным. Команда художников делает картину вместе. Директор дает указания команде и пытается придать произведению эстетический вид.

3. Необходимые художникам элементы нужно не вырезать ножницами из разноцветной бумаги, а отрывать от листов руками.

4. Чтобы справиться с заданием, у команд есть 30 минут. Как только все инструкции к процессу будут даны, каждая команда садится за свой стол или на пол. С этой минуты художники закрывают глаза или надевают повязки. Команда сама решает, сколько времени она потратит на планирование, а сколько на сам процесс.

5. Через 30 минут все команды собираются вместе и демонстрируют свои произведения. Затем начинается подведение итогов: сначала внутри самих команд, затем во всей группе.

Обсуждение:

- ваши впечатления?
- как шла работа в группе?
- как чувствовали себя в определённой роли?
- как влияли ограничения на общий дух команды?
- каков был процесс общения в группе?
- достоинства и недостатки совместной работы
- удовлетворены ли созданным шедевром?

4. РАЗМИНКА

Тренинг «Ярлык» (в тех же группах)

- Сейчас некоторым из вас придётся пройти очень неприятное испытание

- Кто доброволец?

- Кто считает себя мужественным, артистичным, умным, красивым, с большим чувством самообладания?

- Итак, все закройте глаза. Я вам на голову надену короны с некоторыми надписями: «Не слушайте меня», «Подчиняйтесь мне», «Хвалите меня», «Жалейте меня», «Не верьте мне», «Делайте, как я».

Вы должны выяснить, какая надпись на вашей голове. Остальные принимают участие в беседе, относясь «коронованному» так, как рекомендует надпись, но не называют того, что написано прямо.

Обсуждение:

«Коронованным» - Легко ли было догадаться, что написано?

- Трудно ли было выдержать отношение окружающих к себе?

Участникам:

- Что вы испытывали, когда приходилось проявлять положительное и отрицательное положение к «Коронованным»?

- Интересно ли было наблюдать за их поведением?

- Какие чувства испытывали к ним?

- Хотелось ли помочь? Посочувствовать?

- Какая роль была самой трудной? Самой приятной?

- Вы бы смогли вынести подобное испытание?

5. Продолжение работы над темой

Упражнение «Развитие идеи»

Эффективно работающие команды отличаются тем, что обращают внимание на идеи и предложения, высказываемые различными членами группы. Это внимание означает, что команда признает ценность любой идеи и любого человека. В командах, в которых слишком быстро, даже не выслушав, реагируют отказом на высказываемые рядовыми участниками предложения, парализуется творческая энергия, и процветают соперничество и конфликты.

Инструкция:

1. Цель этого упражнения: тренировка умения одобрять партнера, демонстрировать ему свое уважение и готовность к сотрудничеству.

2. Два участника разговаривают между собой. Каждый из них должен соглашаться со всем, что говорит ему собеседник, что бы тот ни сказал.

Игрок 1. начинает беседу. Игрок 2. одобряет это высказывание, начиная свое предложение словами: "Да, и еще..." Первый игрок тоже соглашается со вторым и добавляет что-то свое: "Да, и еще..."

3. Если первый игрок, например, говорит: "Пойдем в кино", второй игрок может, к примеру, сказать: "Да, и возьмем большую плитку шоколада с начинкой". Игрок 1. продолжает: "Да, и помимо того, бутылку шампанского". Игрок 2. отвечает: "Да, и еще я хочу, чтобы пробка выстрелила". Таким образом, идет некое нарастание, поскольку каждое предложение подхватывается и продвигается дальше. Как правило, такой диалог неизбежно заканчивается комической ситуацией.

4. Предложите группе несколько ситуаций, которые именно таким образом должны быть обсуждены участниками в парах:

- Сотрудник и шеф застряли вместе в лифте.
- Отец и сын на пикнике.
- Два друга по пути на футбольный матч.
- Муж и жена строят планы на празднование первой годовщины их свадьбы.
- Недавно прооперированный пациент разговаривает с медсестрой.

5. Сначала двое желающих "выступают" публично, остальные члены группы наблюдают за ними.

6. Затем все разбиваются на пары и выполняют упражнение одновременно. Через 2-3 минуты участники должны образовать новые пары так, чтобы у каждого из них была возможность поговорить с разными партнерами.

7. После завершения упражнения подведите итоги.

6. Подведение итогов

Рефлексия

1. *Работа в команде мне понравилась, потому что ...*
2. *Работа в команде мне не понравилась, так как ...*
3. *Общение в группе было ...*
4. *Во время работы группы я испытал (а)...*
5. *В группе была обстановка, так как*
6. *Решающую роль в группе играл(а) ...*
7. *Я в группе ...*

Квест «Вопрос – ответ»

Ведущий заранее вывешивает (рисует на флипчарте) плакат, представляющий собой поле 3 на 3 квадрата. В каждом квадрате вопрос:

1. Кто отдельно собирает мусор?
2. Кто был волонтером на мировом событии?
3. Кто реализует свой проект?
4. Кто занимается спортом?
5. Кто умеет готовить?
6. Кто играет на музыкальных инструментах?
7. Кто был за границей?
8. Кто занимается танцами?
9. Кто является участником школьного самоуправления?

Всего 9 вопросов. Все игроки берут ручки и листочки бумаги. Чертят аналогичное поле, нумеруют квадраты. Задача игроков – опросить играющих и найти среди них тех, кто действительно умеет играть на гитаре, разделяет отходы и т.д. Записать в соответствующую клеточку на своем листке имя и фамилию этого игрока. Нельзя записывать одного и того же человека в одном квадратике (то есть про свое умение или качество). Побеждает тот, кто первым заполнит все поле.

Упражнение «Создавая действительность»

Цель: Формирование позитивных целей и выявление ресурсов для их достижения.

Один час настоящей работы придает человеку больше сил, чем месяц жалоб на жизнь. Бэрнанд Шоу.

В конце работы мы займемся построением позитивных целей. Письменно сформулируйте свои цели на предстоящий год, полугодие. При этом помните, что представление создает действительность. Может быть, вам в это трудно поверить, но вспомните, что человек, который постоянно думает о чем-то, в конце концов, добивается осуществления своей мечты.

Для закрепления темы занятия еще раз проговариваем, что цель должна быть сформулирована утвердительно, позитивно. И нужно точно определить (понять), чего хочешь. Предлагаю работу в парах. Ребята по очереди обсуждают вопросы друг с другом.

– Чего ты хочешь? А не то, что не хочешь. (Например, «участник А» говорит: «Надоело страдать». Тогда «участник В» спрашивает его: «Что будет, когда ты перестанешь страдать? Что хочешь взамен этого?»); и без отрицательной частицы «не». (Например, «участник А» говорит хочу что бы было не тяжело. Тогда «участник В», добивается ответа в позитивной утвердительной форме спрашивая его: «А что бы тогда было? Что будет, когда будет уже не тяжело? Как это будет называться позитивно?»).

Помните, если корабль не знает куда плыть, ни один ветер не будет попутным.

Следите за словами, означающими отрицание (не, прекратить, чтобы не и т.д.) Отрицание существует в языке, но не в опыте. Если мы ставим перед собой цель — должно быть только позитивное утверждение. Используя предлагаемую таблицу, сформулируйте свои ближайшие цели.

«Мои цели»

№	Цель	Что нужно для ее достижения
1		
2		
	и т.д.	

А теперь подумайте над тем, что же нужно сделать для достижения этих целей. И запишите свои мысли в правой части таблицы. Пусть все ваши планы сбудутся!

В заключении ребятам выдается памятка для самостоятельного изучения и подготовки к следующему занятию.

Памятка вопросов, при формулировании и достижении цели:

- Какова Ваша цель? (формулировка цели).
- Как Вы ее представляете? В каких образах, словах и звуках, ощущениях и действиях?
- Почему для Вас важна эта цель? Какие убеждения и ценности ее поддерживают?
- Что Вы будете делать для достижения Вашей цели: во-первых, во-вторых?
- Как Вы будете знать, что движетесь в выбранном направлении? Что Вы будете видеть, слышать и чувствовать в процессе достижения цели? Какие промежуточные результаты Вы выделите в этом процессе?
- Какие трудности могут встретиться Вам на пути достижения цели? Как бы Вы хотели на них реагировать?
- Как Вы узнаете, что достигли Вашей цели? Что Вы увидите, почувствуете и услышите, когда цель будет достигнута? Как Вы поймете, что процесс завершен?

Приложение 32

«Стратегия успеха моей жизни»

Индивидуальная защита проектной работы каждого учащегося «Стратегия успеха моей жизни» на одну из выбранных тем:

- 1 – Любимое дело;
- 2 - Сосредоточитесь только на важных вещах;
- 3 - Будьте гибкими;
- 4 - Сильные, становятся сильнее;
- 5 - Преодолеть страх;
- 6 - Воспитать в себе стойкость;
- 7 - Радуйтесь, живите настоящим.